LE PARCOURS CITOYEN : DU RÊVE À L'ACTION

2021 - 2ÈME ÉDITION

ESSOR
Soutien - Formation - Réalisation
Association de Solidarité Internationale

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

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

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)*

Introduction

L'adolescence : ce terme, qui est un concept assez nouveau en Europe, l'est encore plus dans les pays ou 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 conséquence, 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 RELATIVES À LA LUTTE CONTRE LES CHANGEMENTS 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 vulnérabilité[1].
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'expliciter 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 scolarité[2], 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, etc…).

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.

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 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.

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 hebdomadaire[1] :

	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 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.

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

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 connaitre leur culture, leur histoire, leurs traditions.

Les évènements 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 réplication.

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.

FORMATION INITIALE TYPE D'UNE SEMAINE : L'ANIMATEUR EST UN CRÉATEUR

	JOUR 1	JOUR 2	JOUR 3	JOUR 4
8H/12H	**Introduction**	**Pédagogie participative et techniques d'animation**	**La relation de l'animateur avec les adolescents**	**La diversité dans le cercle de parole**
	Thèmes abordés : • Présentation de ESSOR, de ses partenaires, du Parcours Citoyen de manière ludique • Dynamique et cohésion de groupe • Rôle du leader du jour	**Thèmes abordés :** • Les diverses formes d'apprentissage • Principes de l'éducation participative et de la pédagogie de Paulo Freire • Collaboration et coopération • Les différentes techniques d'animation	**Thèmes abordés :** • La posture de l'animateur • Auto-estime et confiance en soi • Leadership démocratique	**Thèmes abordés :** • L'éducation inclusive • Le cercle de parole
13H/17H	**Les Objectifs de Développement durable**	**Les changements liés à l'adolescence**	**Préparer et animer un atelier éducatif**	**Jeux coopératifs**
	Thèmes abordés : • Les 17 Objectifs de Développement Durable (ODD) à atteindre en 2030 • Les ODD en lien avec le Parcours Citoyen	**Thèmes abordés :** • Les changements et problématiques liés à l'adolescence	**Thèmes abordés :** • Préparation d'un atelier • La routine journalière • Mise en œuvre et animation d'une activité de qualité • Évaluation des activités	**Thèmes abordés :** • Jeux coopératifs vs. jeux compétitifs • Notion de compétition

	JOUR 5	JOUR 6	JOUR 7
8H/12H	**Organiser des événements au sein de la communauté**	**Tisser des relations de qualité avec les familles**	**Bilan de la formation**
	Thèmes abordés : • Les différentes activités du PC et leurs objectifs • Les étapes pour réaliser ces activités	**Thèmes abordés :** • Méthodologie des visites à domicile • Relation de confiance avec les familles • Orientation des familles les plus défavorisées	**Thèmes abordés :** • Évaluation des connaissances et compétences acquises par les participants durant la formation • Évaluation de la formation et auto-évaluation
13H/17H	**Planifier et suivre les activités**	**Sélectionner et inscrire les adolescents en incluant les familles**	
	Thèmes abordés : - Planification mensuelle - Les outils de suivi - Rapport mensuel	**Thèmes abordés :** - Identification des familles les plus vulnérables au sein de la communauté - Les outils d'identification et d'inscription des adolescents	

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

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.

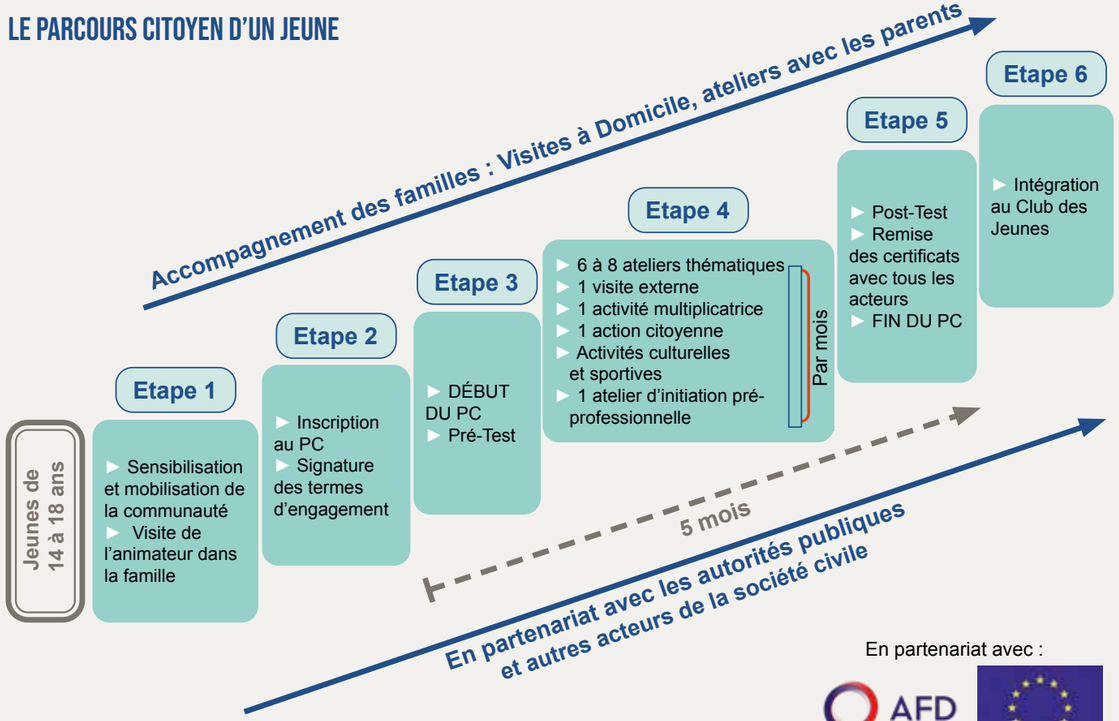
Ainsi, en construisant une relation de confiance avec la famille dans un climat informel, les visites à domicile permettent à l'animateur de connaitre la réalité des conditions de vie des familles bénéficiaires afin de les orienter et les accompagner sur des questions sociales et mettre en place des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

LE PARCOURS CITOYEN D'UN JEUNE



En partenariat avec :

AFD

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 communiquant

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 opinons.

- 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 inexactes.

- 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 toujours des désistements en cours de parcours
2	FICHE D'INSCRIPTION	Inscrire le jeune et mieux connaître son profil	1er 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	1er 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

1. La photo de famille

Fiche à remplir par l'animateur en présence du jeune et l'un de ses parents

Nom du jeune : ..... Nom de l'animateur :.....
Age : ..... Association : .....
Sexe : ..... Contact : .....
Quartier :.....

Questions à poser :

N°	SITUATION FAMILIALE	SITUATION A		SITUATION B		SITUATION C		SITUATION D	
1	**Situation matrimoniale**	Le jeune vit seul sans aucun appui		Le jeune vit avec des membres de sa famille autres que ses parents		Le jeune vit avec un de ses 2 parents		Le jeune vit avec ses 2 parents	
2	**Education du jeune**	Le jeune n'est jamais allé à l'école		Le jeune a abandonné l'école		Le jeune va à l'école mais est en retard scolaire		Le jeune va à l'école et n'a pas de retard scolaire	
3	**Niveau d'éducation des parents**	Analphabète		Niveau primaire atteint		Niveau secondaire atteint		Baccalauréat et plus	
4	**Activité du père ou chargé d'éducation**	Aucune activité professionnelle		Activité génératrice de revenus informelle et irrégulière		Activité génératrice de revenus informelle et régulière		Activité formelle / contrat de travail	
5	**Activité de la mère ou chargée d'éducation**	Aucune activité professionnelle		Activité génératrice de revenus informelle et irrégulière		Activité génératrice de revenus informelle et régulière		Activité formelle / contrat de travail	
6	**Logement**	La famille paie un loyer		Logé gratuitement, la famille ne paie pas de loyer		La famille est propriétaire		La famille est propriétaire et possède d'autres biens immobiliers en location	
7	**Energie utilisée**	Pas d'énergie électrique		Partage un générateur avec d'autres familles		Utilise son propre générateur		Utilise des panneaux solaires	
8	**Eau**	Pas d'accès à l'eau		Accès à un puits traditionnel		Partage un puits manuel avec d'autres familles		Utilise son propre puits manuel	
9	**N° de personnes qui dorment avec le jeune dans la même chambre**	Plus de 5 personnes dans la même chambre		Moins de 5 personnes dans la même chambre		Le jeune partage la chambre avec 1 frère ou 1 relatif		Le jeune a sa propre chambre	

Observation :

N°	SITUATION FAMILIALE	SITUATION A		SITUATION B		SITUATION C		SITUATION D	
10	**Relation parent-enfant**	Enfants très délaissés. Maltraitance ou négligence grave		Enfants délaissés. Peu de soutien parental. (Ex : enfants laissés à eux-mêmes toute la journée)		Enfants soignés. Attention soutenue des parents, temps important passé avec les enfants		Relation harmonieuse	
11	**Conditions d'habitation**	Très précaire, voire insalubre et très petit.		Habitable mais équipement minimum (matelas, marmite)		Habitable avec équipement basique (lit, chaises, table)		Bon état avec équipement de confort (salon, télé, radio, vaisselle…)	
12	**Hygiène**	Aucune hygiène		Hygiène insuffisante		Hygiène acceptable		Bonne hygiène	

Pour chacun des cas de 1 à 12, sélectionner la situation A, B, C ou D qui correspond le mieux à la famille visitée.

Pour identifier les familles les plus vulnérables, comptabiliser le nombre de situation A, situation B, situation C et situation D de chaque famille.
Les familles ayant comptabilisé le plus de situation A et B sont plus vulnérables.
Les familles ayant comptabilisé le plus de situation C et D sont moins vulnérables.

	TOTAL
SITUATION A	
SITUATION B	
SITUATION C	
SITUATION D	

2. La fiche d'inscription

Fiche à remplir avec l'adolescent

Nom : .....
Prénom : .....
Tel du contact : .....
Adresse : .....
.....

Date d'inscription : .....
Date de sortie : .....

IDENTIFICATION

1. Date de naissance ___/___/_____

2. Sexe

F	
H	

3. Etat Civil

Célibataire	
Habite avec son conjoint(e)	
Marié(e)	
Autre	

4. Documents D'identification ?

Registre de naissance	
Carnet de vaccination	
Pièce d'identité	
Autre	

5. As-Tu Des Enfants ?

Oui	
Non	

6. Combien ?

SITUATION SCOLAIRE

7. Est-ce que tu étudies actuellement ?

Oui	
Non	

8. Horaire :

Matin	
Après-midi	

9. Sais-tu lire et écrire ?

Oui	
Non	

10. Niveau de scolarité :

11. Dans quelle classe es-tu ?

12. As tu un retard scolaire ?

Oui	
Non	

13. Combien d'années de retard ?
(A remplir par l'animateur)
.....

14. Quel type de profession tu aimerais faire ?
.....

15. Travailles-tu ?

Oui	
Non	

16. Depuis combien de temps ?

17. Dans quel domaine ?

18. Quels sont les horaires :

19. Quel est ton revenu mensuel ?

FAMILLE

20. Père / chargé d'éducation

Nom	
Profession	
Contact	
Niveau de scolarité	
Nationalité	

21. Mère / chargée d'éducation

Nom	
Profession	
Contact	
Niveau de scolarité	
Nationalité	

22. Frères / soeurs

N°	Nom	Sexe	Age	Habite a la maison		Niveau de scolarité
				Oui	Non	

Ce qui est important ici, c'est de connaître la place de l'adolescent au sein de sa famille.

23. Comment est ta relation avec ta famille ?

Bonne	
Plus ou moins bonne	
A améliorer	

ACTIVITES

24. Est-ce que tu pratiques un sport ?

Oui	
Non	

25. Lequel ?

26. Est-ce que tu participes à un groupe au sein de ta communauté ?

Oui	
Non	

27. Lequel ?
.....
.....

28. D'après toi, quel est le rôle d'un jeune au sein de sa communauté ?
.....
.....
.....

29. Pour quelle raison souhaites-tu participer au Parcours Citoyen?
.....
.....
.....

30. As-tu un projet de vie pour le futur ? Pourrais-tu l'expliquer ?
.....
.....
.....

INSCRIPTION

31. Dans quelle groupe souhaites-tu t'inscrire ?

Matin	
Après-midi	

☐ Pour une meilleure communication et valorisation du projet, acceptes-tu que l'association utilise des photos de toi prises lors des activités ?

Signature de l'Adolescent(e): **Signature du (de la) Coordinateur/Animateur(trice):**

3. Les termes d'engagement

Au moment de l'inscription, un engagement des parties impliquées est requis sur les responsabilités suivantes :

Responsabilité de l'adolescent :

- Participer activement, du début à la fin, au Parcours Citoyen d'une durée de 5 mois.
- Respecter les règles de fonctionnement et le règlement intérieur du groupe.
- Traiter avec respect les collègues du groupe, les animateurs et collaborateurs du projet.
- Multiplier les connaissances acquises auprès d'autres personnes.
- Participer à l'entretien de la salle (ménage à tour de rôle).

Responsabilité de la famille :

- Motiver la participation de l'adolescent aux activités du projet.
- Garantir la présence de l'adolescent à l'horaire prévu pour le début des activités, en évitant les retards.
- Réserver un bon accueil lors des visites à domicile organisées par les animateurs.
- Participer aux rencontres et réunions.
- Valider l'inscription définitive du jeune au Parcours Citoyen et régler la contribution mensuelle symbolique (s'il y a).

Responsabilité de l'animateur :

- Être ponctuel (l'animateur doit arriver 10 mn avant l'heure prévue pour l'activité),
- Préparer et réaliser les activités prévues avec les adolescents.
- Réaliser un suivi des adolescents tout au long du Parcours Citoyen.
- Réaliser les visites initiales et celles à mi et fin de parcours dans les familles des jeunes.
- Garantir que le contenu des ateliers soit réalisé comme prévu.
- Assurer une ambiance accueillante pour l'adolescent et sa famille.
- Avoir une éthique, qui correspond à la confiance donnée par les familles et les adolescents.
- Respecter la confidentialité des propos évoqués entre le jeune, la famille, et l'animateur.

Responsabilité de l'équipe projet :

- Assurer la bonne réalisation du Parcours Citoyen, conforme à la planification et mobiliser les partenaires externes.
- Remettre à l'adolescent au début du parcours un cahier, un stylo ; puis à la fin du parcours un tee-shirt et un certificat de participation si celui-ci n'excède pas 4 absences aux ateliers.
- Mettre en œuvre les moyens nécessaires pour que les responsabilités et engagements cités soient compris par les familles des jeunes.

J'accepte que les photos prises au cours des ateliers et des différentes activités du projet, sur lesquelles l'adolescent apparaît, soient utilisées pour les rapports et publications relatives audit projet par l'ONG ESSOR et ses partenaires.

Signature des parties :

Le Parent du jeune	*L'Animateur référent*	*L'Adolescent*	*Le Coordinateur du Projet*

4. La routine journalière

Pour bien commencer et finir l'atelier, il est important que l'animateur suive une routine journalière. Cela permet de mettre tous les participants en condition d'apprentissage, de faire le lien avec la session précédente et de nommer le leader du jour, de manière ludique et originale. Cela permettra en outre d'éveiller la créativité du groupe.

Les 6 étapes pour une session dynamique et productive qui donne envie de revenir !

1. **Jeu brise-glace** *(5 min)*

2. **Rappel (par les jeunes) de la session antérieure :**
   > De quoi se souviennent-ils, qu'ont- ils appris ? (Privilégier une approche dynamique)

   10 minutes

3. **Dynamique d'intégration pour choisir le « leader du jour» entre les adolescents, qui sera l'assistant officiel de l'atelier**

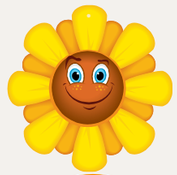
   10 minutes

4. **Thématique du jour**

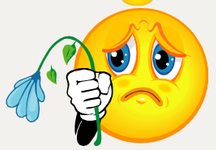
   2h30

5. **Conclusion et évaluation de la session par les jeunes et de forme participative**
   > Favoriser l'expression des jeunes

   15 minutes



Ce que j'ai aimé aujourd'hui



Ce que j'ai moins aimé aujourd'hui

Ce que j'ai appris aujourd'hui

6. **Présentation de la prochaine thématique**
   > Pour mettre en appétit et donner l'envie de revenir !

   5 minutes

5. L'enquête socio-économique

Fiche à remplir avec la famille de l'adolescent, au domicile

Introduction : expliquer le projet, les objectifs, la philosophie

Adresse :	Voisin de :	Nom de maison :	Code d'enregistrement de la famille :
Quartier :	Municipalité :	Province :	
Activiste : Organisation :	Raison de la visite :		Date de la visite: _____/_____/_____

REGISTRE DE LA FAMILLE

Personnes de 17 ans et plus Nom	Date de naissance	Age	Sexe F/M	Alphabétisés		Niveau de scolarisation	Travaillez-vous ou avez-vous une source de revenu?		Maladie chronique (+ de 6 mois) (VIH/ TUBERCULOSE/ malnutrition/dépendance à l'alcool ou autres drogues / Hypertension/Diabète)	Handicap		Alitée		Enceinte		En cas de grossesse, la visite prénatale a-t-elle été réalisée ?	Habitez-vous dans une région sujette à des calamités naturelles?		Carte d'identité	
				Oui	Non		Avec contrat	Sans contrat		Physique	Mental	Oui	Non	Oui	Non		Oui	Type de calamité (innondation, sécheresse, cyclone, ...)	Oui	Non
Total	Nº 17-35: _____ Nº + 60 ans : _____		F:___ M:___			[redacted]			Nº personnes malades _____							N° de femmes enceintes sans contrôle prénatal: _____		[redacted]		

Noms des personnes de 0 à 17 ans	Date de naissance	Age	Sexe F/M	Va à l'école?		Classe (1ª a 12º)	A du matériel scolaire?	A un uniforme scolaire?	A une carte de vaccination à jour?		Maladie ou symptômes ? (Malnutrition/VIH/TB/ Diarrhée/Fièvres)	Handicap		Dort sous une moustiquaire ?		Grossesse?		En cas de grossesse, la visite prénatale a-t-elle été réalisée ?		Orphelin?		Vit avec qui? Grands-parents, oncle, tante, frères, sœurs, autres?	L'enfant a été impliqué dans un conflit avec la loi?		Posséde son Registre de naissance	
				Oui	Non				Oui	Non		Physique	Mental	Oui	Non	Oui	Non	Oui	Non	Père	Mère		Oui	Non	Oui	Non
Total (Nº)	Nº cçs 3-6: _____ Nº cçs 12-17: _____		F:___ M:___			[redacted]					Nº pessoas doente _____											[redacted]				

HEBERGEMENT ET ASSAINISSEMENT				AUTRES INFORMATIONS			
Type de maison		**Traitement de l'eau**		**En cas de maladie, la famille va**		**Modes de transport les plus utilisés**	
Maçonnerie		Eau filtrée		A l'hopital		A pied	
Paille		Eau bouillie		Au centre de santé		Vélo	
Bois et zinc		Eau chlorée		A la pharmacie		Transports en commun	
Bois		Sans traitement		Chez le guérisseur		Taxi	
Autre? A préciser		**Alimentation en eau**		Autre? A préciser		Taxi moto	
Nombre de chambres		Réseau général		**Modes de communication les plus utilisés**		Voiture	
Electricité		Puits		Radio		Autre? A préciser	
Dépenses énergétiques mensuelles		Autre		Television			
Gestion des déchets		**Devenir des excréments**		Autre? A préciser			
Jetés au conteneur		Système d'égouts (réseau général)		**Membre de groupes communautaires?**			
Brûlés et/ou enterrés		Fosse sceptique		Coopérative		Association	
A ciel ouvert		A ciel ouvert		Groupe religieux		Autre? A préciser	

OBSERVATIONS :

Note: Dans le cas de la malnutrition, il est nécessaire d'évaluer le poids et la taille en partenariat avec le service de santé local

6. La visite pédagogique

Fiche d'(auto)évaluation d'atelier du PC

Comité d'évaluation	E1 : Evaluation initiale	E2 : Evaluation à mi-parcours	E3 : Evaluation à la fin du parcours
1. Coordinateur ONG Partenaire			
2. Coordinateur OCB			
3. Animateur			
4. Représentant ESSOR			
5. Représentant des Pouvoirs Publics			
6. Autre:			

Date: _____/_____/_____

OCB: _____

Animateur : _____

N°	Critères et indicateurs	Très bien	Bien	Raisonnable	A améliorer	Observations
Préparation & anticipation						
1	L'animateur arrive 10 min avant le début de l'atelier					
2	L'animateur prépare la salle : propreté, matériel, programme du jour au tableau ...					
3	L'animateur connaît les objectifs du jour & de la fiche thématique					
4	L'animateur connaît et parle des partenaires					
	Total Préparation					
Déroulement de l'atelier						
1	Démarre à l'heure prévue					
2	N° d'adolescents présents					
3	N° d'adolescentes présentes					
4	N° d'adolescents en retard					
5	Fiche de présence à jour					
6	Respect de chaque étape de la routine journalière					
7	Utilisation de différentes techniques d'animation : débat, réflexion en petits groupes, jeux...					
8	Réalisation de chaque étape de la fiche thématique					
9	Bonne gestion du temps					
10	L'animateur occupe bien l'espace					
11	Session dynamique					
12	Participation active du leader du jour					
13	Bonne répartition des rôles entre les animateurs, lorsqu'ils sont 2					
14	L'animateur anime et n'enseigne pas comme un professeur à l'école					
15	La salle est rangée avant de sortir					
	Total atelier					

N°	Critères et indicateurs	Très bien	Bien	Raisonnable	A améliorer	Observations
Relation animateur-adolescent (ce point mérite une attention toute particulière[1])						
1	L'animateur connaît le nom de chaque jeune					
2	L'animateur stimule la participation de chaque adolescent mais ne force pas à parler					
3	Les instructions (travail en groupe, jeux..) sont claires					
4	L'animateur parle à voix haute et distinctement					
5	Les adolescents participent avec plaisir					
6	Bonne répartition de la parole entre les filles et les garçons					
7	L'animateur participe du respect de la Charte de l'animateur et des valeurs de respect de la vie privée, respect de l'autre, responsabilité, droit de ne pas participer...					
9	L'animateur dispose d'une capacité d'auto évaluation					
10	L'animateur gère les conflits entre adolescents					
11	L'animateur parle un langage proche de celui des jeunes					
	Total relation					
	Total général					

1 Le technicien qui fait la visite se doit d'être attentif à formuler des phrases simples privilégiant le côté humain car il ne s'agit pas uniquement d'une technique de travail, mais de relations humaines.

1. Auto Evaluation de l'Animateur

Les points qui fonctionnent bien : 1/ 2/ 3/
Les points qui nécessitent une amélioration : 1/ 2/ 3/
Ce que je peux faire pour améliorer : 1/ 2/ 3/

2. Recommandations de l'Observateur :

Recommandations de la visite actuelle:
Evolution par rapport à la dernière visite :

	L'OBSERVATEUR	L'ANIMATEUR
Nom		
Fonction		
Signature		

8. La fiche de fréquence

Mois : .....

N° de jours utiles : .....

Responsable :.....

Groupe N° : .....

Quartier : .....

NOM	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	TOTAL DES PRÉSENCES	% DE PRÉSENCE
TOTAL DES PRÉSENCES																																
% DE PRÉSENCE																																

Fréquence mensuelle moyenne :

9. Pré et post-test

Nom : ..... Centre / Quartier : .....

Classe : ..... Groupe : .....

Sexe : ..... Nom de l'animateur(trice) : .....

Age : ..... Date : .....

DATE PRÉ-TEST : ..... /..... /.....	DATE POST-TEST : ..... /..... /.....
1 - CONNAISSANCES	**1 - CONNAISSANCES**
MOIS 1	**MOIS 1**
1) Pour être reconnu comme citoyen, quelles pièces d'état civil dois-tu posséder ? □ Registre de naissance □ Carte d'identité □ Passeport □ Permis de conduire □ Carnet de vaccination	**1) Pour être reconnu comme citoyen, quelles pièces d'état civil dois-tu posséder ?** □ Registre de naissance □ Carte d'identité □ Passeport □ Permis de conduire □ Carnet de vaccination
2) Selon toi, quel texte international protège tes droits ? □ La convention Internationale des droits de l'Enfant □ La déclaration universelle des droits de l'Homme □ La charte africaine des droits et du bien-être de l'enfant □ Les Objectifs de développement durable	**2) Selon toi, quel texte international protège tes droits ?** □ La convention Internationale des droits de l'Enfant □ La déclaration universelle des droits de l'Homme □ La charte africaine des droits et du bien-être de l'enfant □ Les Objectifs de développement durable
3) En quoi le travail des enfants est-il néfaste ? □ Parce qu'il a des conséquences sur la scolarité des enfants □ Parce qu'il peut nuire à la santé des enfants □ Parce que ça ramène de l'argent à la maison □ Parce que cela a des conséquences sur le développement de l'enfant	**3) En quoi le travail des enfants est-il néfaste ?** □ Parce qu'il a des conséquences sur la scolarité des enfants □ Parce qu'il peut nuire à la santé des enfants □ Parce que ça ramène de l'argent à la maison □ Parce que cela a des conséquences sur le développement de l'enfant
MOIS 2	**MOIS 2**
4) Comment se protéger face à la grossesse précoce ? □ Utiliser des préservatifs □ Prendre la pilule □ S'abstenir d'avoir des relations sexuelles	**4) Comment se protéger face à la grossesse précoce ?** □ Utiliser des préservatifs □ Prendre la pilule □ S'abstenir d'avoir des relations sexuelles
5) Quelles sont, selon toi, les pratiques et comportements qui peuvent nuire à ta santé ? □ Prendre de la drogue □ Boire de l'alcool □ Être violent □ Jouer à des jeux d'argent □ Avoir des relations sexuelles non protégées □ Ne pas dormir assez □ Poster des photos sur les réseaux sociaux □ Boire beaucoup de boissons sucrées	**5) Quelles sont, selon toi, les pratiques et comportements qui peuvent nuire à ta santé ?** □ Prendre de la drogue □ Boire de l'alcool □ Être violent □ Jouer à des jeux d'argent □ Avoir des relations sexuelles non protégées □ Ne pas dormir assez □ Poster des photos sur les réseaux sociaux □ Boire beaucoup de boissons sucrées
6) Penses-tu que les hommes et les femmes sont égaux en droit ? □ Oui □ Non	**6) Penses-tu que les hommes et les femmes sont égaux en droit ?** □ Oui □ Non

MOIS 3	MOIS 3
7) Comment se transmet le virus du Sida ? □ Toucher une personne contaminée par le virus □ Boire dans le même verre d'eau que cette personne □ Partager le même repas que cette personne □ Avoir des relations sexuelles non protégées avec cette personne □ Utiliser des objets contaminés par du sang (lames, seringues) □ Par le contact direct avec le sang	**7) Comment se transmet le virus du Sida ?** □ Toucher une personne contaminée par le virus □ Boire dans le même verre d'eau que cette personne □ Partager le même repas que cette personne □ Avoir des relations sexuelles non protégées avec cette personne □ Utiliser des objets contaminés par du sang (lames, seringues) □ Par le contact direct avec le sang
8) Parmi ces maladies, lesquelles sont les maladies liées à l'eau ? □ Covid 19 □ Choléra □ Ebola □ Fièvre typhoïde □ Rhume □ Paludisme □ Diarrhée	**8) Parmi ces maladies, lesquelles sont les maladies liées à l'eau ?** □ Covid 19 □ Choléra □ Ebola □ Fièvre typhoïde □ Rhume □ Paludisme □ Diarrhée
9) Quelles conséquences y'a-t-il à boire de l'eau non potable ? □ Diarrhées □ Fièvre □ Paludisme □ Rhume	**9) Quelles conséquences y'a-t-il à boire de l'eau non potable ?** □ Diarrhées □ Fièvre □ Paludisme □ Rhume
10) Quelles pratiques traditionnelles sont néfastes pour ta santé ? □ Les Mutilations Génitales Féminines □ L'allaitement □ Le port du bébé dans le dos □ Les scarifications □ La dépigmentation	**10) Quelles pratiques traditionnelles sont néfastes pour ta santé ?** □ Les Mutilations Génitales Féminines □ L'allaitement □ Le port du bébé dans le dos □ Les scarifications □ La dépigmentation
11) Quand faut-il se laver les mains ? □ Avant les repas □ Après les repas □ En sortant des toilettes □ Avant de cuisiner □ Après avoir cuisiné □ A chaque fois que l'on pense que nos mains sont sales □ En arrivant à la maison	**11) Quand faut-il se laver les mains ?** □ Avant les repas □ Après les repas □ En sortant des toilettes □ Avant de cuisiner □ Après avoir cuisiné □ A chaque fois que l'on pense que nos mains sont sales □ En arrivant à la maison
MOIS 4	**MOIS 4**
12) A-t-on le droit de battre un enfant □ Oui □ Non	**12) Se moquer de qqn est une forme de violence ?** □ Oui □ Non
13) Se moquer de quelqu'un est une forme de violence ? □ Oui □ Non	**13) Se moquer de quelqu'un est une forme de violence ?** □ Oui □ Non
MOIS 5	**MOIS 5**
14) Qu'est-ce qu'une association ?	**14) Qu'est-ce qu'une association ?**
15) Dans ton pays, quel est l'âge légal du mariage ?	**15) Dans ton pays, quel est l'âge légal du mariage ?**
16) Cite 3 conditions pour une bonne communication entre 2 personnes	**16) Cite 3 conditions pour une bonne communication entre 2 personnes**

2 - COMPORTEMENT	2 - COMPORTEMENT
1) Prends-tu facilement la parole en public ? □ Oui □ Non	**1) Prends-tu facilement la parole en public ?** □ Oui □ Non
2) Exprimes-tu facilement tes opinions en cas de désaccord avec tes amis ? □ Oui □ Non	**2) Exprimes-tu facilement tes opinions en cas de désaccord avec tes amis ?** □ Oui □ Non
3) Exprimes-tu facilement tes opinions en cas de désaccord avec ta famille ? □ Oui □ Non	**3) Exprimes-tu facilement tes opinions en cas de désaccord avec ta famille ?** □ Oui □ Non
4) Es-tu membre d'une association ou groupe dans la communauté ? □ Oui □ Non Donne un exemple :	**4) Es-tu membre d'une association ou groupe dans la communauté ?** □ Oui □ Non Donne un exemple :
5) As-tu déjà fait une ou certaines actions pour le bien-être de la communauté ? □ Oui □ Non	**5) As-tu déjà fait une ou certaines actions pour le bien-être de la communauté ?** □ Oui □ Non
6) Est-ce que tu échanges ce que tu vis dans la journée avec tes parents ou tuteur ? □ Jamais □ Parfois □ Souvent Avec qui ?	**6) Est-ce que tu échanges ce que tu vis dans la journée avec tes parents ou tuteur ?** □ Jamais □ Parfois □ Souvent Avec qui ?
7) Lorsque tu as un problème, est-ce que tu cherches de l'aide ? □ Oui □ Non Où ? Avec qui ?	**7) Lorsque tu as un problème, est-ce que tu cherches de l'aide ?** □ Oui □ Non Où ? Avec qui ?
8) Cite le ou les moyens que tu utilises pour éviter une grossesse □ Prendre la pilule □ Utiliser un préservatif □ Prendre la pilule du lendemain □ Se faire avorter □ S'abstenir d'avoir des relations sexuelles	**8) Cite le ou les moyens que tu utilises pour éviter une grossesse** □ Prendre la pilule □ Utiliser un préservatif □ Prendre la pilule du lendemain □ Se faire avorter □ S'abstenir d'avoir des relations sexuelles
9) Quelle est ta consommation d'alcool? □ Je n'ai jamais consommé jamais d'alcool □ Je bois de l'alcool quelques fois par mois □ Je vois de l'alcool toutes les semaines □ Je bois de l'alcool tous les jours	**9) Quelle est ta consommation d'alcool?** □ Je n'ai jamais consommé jamais d'alcool □ Je bois de l'alcool quelques fois par mois □ Je vois de l'alcool toutes les semaines □ Je bois de l'alcool tous les jours

10) Si tu souhaites faire un repas équilibré, quels aliments associes-tu ?	**10) Si tu souhaites faire un repas équilibré, quels aliments associes-tu ?**
11) Un enfant est exclu de la classe, parce qu'il a un handicap. Que fais-tu ?	**11) Un enfant est exclu de la classe, parce qu'il a un handicap. Que fais-tu ?**
12) Comment protèges-tu ton image sur les réseaux sociaux ?	**12) Comment protèges-tu ton image sur les réseaux sociaux ?**
13) Quelles actions mets-tu en place pour protéger l'environnement ?	**13) Quelles actions mets-tu en place pour protéger l'environnement ?**
14) As-tu des pièces d'identité ? □ Oui □ Non Si oui, lesquelles ? □ Registre de naissance □ Carte d'identité □ Passeport = □ Carnet de vaccination	**14) As-tu des pièces d'identité ?** □ Oui □ Non Si oui, lesquelles ? □ Registre de naissance □ Carte d'identité □ Passeport □ Carnet de vaccination
15) En entrant dans la salle d'animation, ton camarade te bouscule et fait tomber ton cahier. Quelle sera ta réaction? □ Tu ne fais rien □ Tu lui demandes de s'excuser ? □ Tu te fâches ?	**15) En entrant dans la salle d'animation, ton camarade te bouscule et fait tomber ton cahier. Quelle sera ta réaction?** □ Tu ne fais rien □ Tu lui demandes de s'excuser ? □ Tu te fâches ?
16) Un ami te confie un problème qu'il rencontre dans sa famille, quelle est ta réaction ? □ Tu l'écoutes attentivement □ Tu l'écoutes mais tu continues à envoyer des messages sur ton téléphone □ Tu vas raconter son problèmes à d'autres personnes	**16) Un ami te confie un problème qu'il rencontre dans sa famille, quelle est ta réaction ?** □ Tu l'écoutes attentivement □ Tu l'écoutes mais tu continues à envoyer des messages sur ton téléphone □ Tu vas raconter son problèmes à d'autres personnes
17) Quel métier souhaiterais-tu exercer le futur ?	**17) Quel métier souhaiterais-tu exercer le futur ?**

10. Le Parcours Citoyen en 5 mois

	MOIS 1	MOIS 2	MOIS 3	MOIS 4	MOIS 5
THÉMATIQUE	Être et vivre ensemble	Mon adolescence	Santé et prévention	Ma relation aux autres	Culture de la paix
VALEURS	Egalité, Solidarité, Citoyenneté	Confiance, famille	Responsabilité, liberté	Engagement	Paix, respect
ATELIERS THÉMATIQUES	Introduction au Parcours Citoyen	Qu'est-ce que l'adolescence ?	Alimentation saine et suffisante	Mon quartier	L'adolescent : acteur de changement
	Groupe et coopération	La relation avec les parents	L'eau	Les différentes formes de violence	L'exode rural et les migrations
	Identité et citoyenneté	Le genre	Les maladies liées à l'eau	Les violences faites aux femmes et aux enfants	Us et coutumes
	Droits et devoirs de l'enfant	Education à l'amour	IST et VIH/Sida	La relation à l'argent	Communication et intelligence émotionnelle
	Droits de l'enfant et travail des enfants	Sexualité	Pratiques néfastes	Les différents médias, l'information et le risque de harcèlement	La Communication Non Violente
	Objectifs de développement durable	Contraception et grossesse précoce	L'environnement	Discrimination et handicap	Atelier libre - thème choisit au début du mois
		Comportements à risque : exploitation sexuelle et prostitution	La bonne hygiène de vie	Cohabitation pacifique	Bilan du PC
		Comportements à risque : consommation de drogues	Prévention Covid-19		
PROJET DE VIE		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'entreprise / Stage d'observation
	6 ateliers	9 ateliers	9 ateliers	8 ateliers	7 ateliers
	ATELIERS PRATIQUES		ATELIERS PRATIQUES		
VISITES EXTÉRIEURES (À TITRE D'EXEMPLE)	Visite à la Ligue des Droits de l'Homme		Visite au centre de dépistage HIV/SIDA		Visite de centres de formation
ATELIERS SPORTIFS ET/OU CULTURELS	1 activité culturelle et/ou sportive par semaine (danse culturelle, grands jeux sportifs, tournoi, sports collectifs, …)		1 activité culturelle et/ou sportive par semaine (danse culturelle, grands jeux sportifs, tournoi, sports collectifs, …)		
MULTIPLICATION DES CONNAISSANCES (À TITRE D'EXEMPLE)	Pièce de théâtre sur la citoyenneté	Film-débat sur l'adolescence	Sensibilisation sur la nutrition	Exposition photos	
SENSIBILISATION / FESTIVITÉS	1 échange / trimestre entre les groupes de jeunes		1 échange / trimestre entre les groupes de jeunes		
	1 évènement / trimestre : épreuves culturelles et sportives.		1 évènement / trimestre : épreuves culturelles et sportives.		
VISITES À DOMICILE	10 visites de famille par semaine par animateur		10 visites de famille par semaine par animateur		
EDUCATION PARENTALE	1 atelier d'éducation parentale par mois		1 atelier d'éducation parentale par mois		

MOTS 1

Être et vivre ensemble

MOIS 1 : ÊTRE ET VIVRE ENSEMBLE
THEME : INTRODUCTION AU PARCOURS CITOYEN

OBJECTIFS :
- Comprendre la philosophie du Parcours Citoyen et ses objectifs
- Apprendre à connaitre ses camarades

MOIS 1 : ATELIER 1/6
DURÉE : 3H

ETAPES	METHODOLOGIE	DUREE
1) Feuille de présence	Recueillir la signature de tous les participants	5 min
2) Accueil par un jeu d'intégration : « Moi aussi »	Les participants forment un cercle. L'un d'eux se met au centre et dit son prénom et un trait personnel, qu'il pense unique. Si d'autres participants partagent cette caractéristique, ils se mettent au centre et disent « moi aussi ». Puis, le premier participant lance le ballon à un autre participant au hasard, qui à son tour se présente avec un trait personnel qu'il pense être unique. Et ainsi de suite.	15 min
3) Présentation du Parcours Citoyen et des partenaires du projet	**Présentation d'ESSOR et du partenaire puis du Parcours par le représentant ESSOR et le représentant de l'ONG partenaire *(annexe 1)* :** - **Les objectifs du PC :** • Stimuler la confiance en soi, l'estime de soi et la conscience de soi • Améliorer le niveau de connaissances et compétences • Inciter une participation plus citoyenne au développement local du quartier • Amener les participants à réfléchir sur leur propre projet de vie et passer du rêve à l'action ! - **La méthodologie** • La routine quotidienne avec le leader du jour (expliquer ses missions et proposer d'élire un premier leader) • Les valeurs fondamentales lors des ateliers : respect de la vie privée, équité, respect de l'autre... • La notion de coût du PC et de responsabilité du jeune : évoquer les termes d'engagement et le rôle des parents • La boîte à questions *(annexe 2)* - **Le planning et la durée => à distribuer à chaque participant**	30 min
4) Jeu de cohésion : « Les mains liées »	Les joueurs sont debout en cercle. Ils doivent se souvenir de leur voisin de droite et leur voisin de gauche. L'animateur invite ensuite tous les participants à déambuler librement. Au signal, les participants doivent, en restant à leur place, prendre la main de leur voisin de droite et de gauche. Le but pour les joueurs est alors de démêler ce nœud humain.	20 min
5) Choix du nom et du slogan du Parcours	Par petits groupes, les participants proposent 3 idées de noms et un slogan. Sur une grande feuille, les participants volontaires écrivent toutes les propositions de noms et de slogan puis l'animateur organise un vote à mains levées pour choisir le nom et le slogan de leur PC.	35 min
6) Pré-test	Les animateurs distribuent les pré-tests, lisent et expliquent les questions si nécessaire. A réaliser à l'oral avec les jeunes qui ont des difficultés à lire et écrire.	1h
7) Evaluation de la session	Chaque adolescent est invité à donner ses impressions sur la session, ce qu'il a appris, ce qui a été important et comment améliorer. Les animateurs partagent également ce qu'ils ont aimé et moins aimé.	10 min
8) Présentation du prochain atelier	L'animateur présente le prochain atelier sur *le groupe et la coopération* et invite les participants à se saluer avant de se quitter.	5 min

Matériel nécessaire :
- Un ballon pour le jeu d'intégration
- Du papier ou un cahier, un stylo pour chaque participant
- Des papiers géants et des marqueurs pour le choix du nom et du slogan, du scotch
- La boîte à questions *(annexe 2)*

Documents supplémentaires :
- La feuille de présence
- Les objectifs du parcours écrits sur papier géant *(annexe 1)*
- La routine quotidienne
- Les termes d'engagement de l'adolescent
- Le planning du Parcours Citoyen avec le calendrier hebdomadaire pour chaque participant
- Des pré-tests pour chaque participant

ANNEXE 1 : PRÉSENTATION DU PARCOURS CITOYEN

Les animateurs peuvent reproduire la présentation du Parcours Citoyen sur un drap ou un support d'affichage assez grand. Des feuilles peuvent cacher certains des éléments et seront retirées au fur et à mesure de la présentation.

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

Méthodologie :
- La routine quotidienne (leader du jour)
- Les valeurs fondamentales
  - Respect de la vie privée, équité, respect de l'autre, etc.
  - La notion de coût et de responsabilité
  - Les termes d'engagement
- La boîte à questions

ANNEXE 2 : LA BOITE À QUESTIONS

Réaliser une boîte à questions à mettre dans la salle d'ateliers du parcours. Il est possible de récupérer une boîte qui n'est plus utilisée ou de la construire avec du matériel recyclé et de la décorer de manière attractive.

Inspirée de la pédagogie Freinet[1], cette boîte permettra aux jeunes d'y déposer toutes les questions qu'ils se posent sur le parcours ou ses thématiques ou bien même de partager leurs ressentis. L'animateur pourra ensuite y répondre en groupe.

Pourquoi ne pas laisser le groupe décider lui-même des modalités de réponse aux questions posées dans la boîte ?

1 *Célestin Freinet (1896-1966) : pédagogue français, créateur de techniques pédagogiques reposant sur la coopération dans l'apprentissage, le tâtonnement expérimental et l'expression libre.*

MOIS 1 : ÊTRE ET VIVRE ENSEMBLE
THEME : GROUPE ET COOPERATION

OBJECTIFS :
- Trouver un consensus parmi les participants pour construire « l'esprit de groupe »
- Réfléchir sur le concept de « faire avec l'autre » et de coopération
- Identifier les habitudes et les règles indispensables pour vivre en groupe

MOIS 1 : ATELIER 2/6
DURÉE : 3H

ETAPES	METHODOLOGIE	DUREE
1) Feuille de présence	Recueillir la signature de tous les participants Recueillir le terme d'engagement de tous les adolescents avec la signature de l'adolescent et des parents. Si ce n'est pas le cas, demandez-leur de l'apporter au prochain atelier ou durant la Visite à Domicile.	10 min
2) Accueil par un jeu d'intégration : « Le bateau de la solidarité »	Tous les participants sont dans l'eau. L'animateur les invite à aller sur le bateau (grandes feuilles de papier au sol[1]). Le bateau prend l'eau : il est de plus en plus inondé. L'animateur retire des feuilles au fur et à mesure pour que les participants trouvent une solution pour que tout le monde reste sur le bateau. **Discussion :** - Tout le monde a pu rester sur le bateau ? - Comment avez-vous fait ? Était-ce facile ou pas ? **Conclusion :** pour atteindre un objectif commun, la collaboration et l'entraide sont indispensables ! La solidarité est essentielle à la réussite quand nous sommes ensemble. - Qu'est-ce que la solidarité ? Avez-vous vécu une situation de solidarité ? Certains jeunes sont invités à expliquer une situation de solidarité qu'ils ont déjà vécue.	15 min
3) Rappel du dernier atelier	Les volontaires sont invités à présenter le dernier atelier de *présentation du Parcours Citoyen.*	10 min
4) Définition du leader du jour	Brassage d'idées : l'animateur laisse 5 minutes pour que chaque binôme note sur une feuille des idées de missions pour le leader du jour. Ensuite, chaque binôme est invité à lire sa liste, l'animateur les note. L'animateur relit chaque proposition. Les participants ont chacun un carton rouge et un carton vert. S'ils veulent garder la mission, il lève le carton vert et inversement le carton rouge. La mission est conservée uniquement avec une majorité de carton vert. A la fin du 1er mois, un bilan pourra être fait sur les missions du leader et la liste pourra être adaptée.	30 min
5) Thématique « Coopération et Solidarité »	L'animateur choisit deux volontaires qu'il met dos à dos, il les lie avec une corde au pied et leur montre chacun un objet disposé loin devant eux. Le but est qu'ils attrapent cet objet. L'opération peut se répéter avec d'autres volontaires jusqu'à ce qu'ils trouvent une solution coopérative. **Discussion** : comment avez-vous fait ? L'animateur affiche la première partie du dessin ***(annexe 2)*** et pose les questions suivantes : - Comment peut-on expliquer le comportement des ânes ? - Quelle peut être la solution pour que les ânes parvienent à manger l'herbe ? L'animateur montre ensuite la dernière partie du dessin ***(annexe 3)*** et lance le débat : - Quels mots peuvent décrire cette scène où les ânes ont uni leur force ? - Quelles sont les actions de coopération que vous pratiquez quotidiennement ? - Quelles sont les qualité, compétences, savoir-faire nécessaires pour coopérer avec quelqu'un ? **Conclusion** : Qu'est-ce que la coopération ? Pourquoi est-ce important, particulièrement au sein d'un groupe ? La solidarité et la coopération aident le groupe à être soudé. Lien vers la valeur du mois : solidarité !	30 min 20 min
6) Exercice pratique « La mascotte »	Par petits groupes, les participants réfléchissent à l'identité et aux valeurs qu'ils souhaitent donner au groupe : ils peuvent penser à des mots, expressions importantes pour le groupe. Un volontaire de chaque groupe restitue. Tous ensemble, les participants vont devoir construire la mascotte en utilisant tous les matériaux à disposition (sac plastique, bouteilles d'eau, cartons, boites vides, chiffons, les végétaux). La mascotte doit représenter les missions, les valeurs. Laissez 10 minutes aux participants pour réfléchir à l'histoire que doit raconter la mascotte et ses pouvoirs magiques puis 20 minutes de fabrication. Les participants décrivent ce que représente la mascotte, l'animateur écrit ces valeurs, missions et les accroche à la mascotte.	30 min
« La Charte du Parcours »	Maintenant que ces valeurs et missions sont identifiées, chacun partage les règles qu'il pense nécessaires à la vie en groupe. Ensemble, établir une liste et parvenir à un consensus. Sur une grande feuille, les différentes règles sont écrites et éclaircies pour être certain qu'elles sont bien comprises. Les animateurs peuvent également compléter s'ils pensent à d'autres règles importantes ***(annexe 4)***. L'animateur signe, en preuve d'engagement, et invite tout le monde à faire de même.	25 min
7) Evaluation de la session	Chaque adolescent est invité à partager comment il se sent à la suite de ce premier atelier.	10 min
8) Présentation du prochain atelier	Présentation par l'animateur : atelier sur *l'identité et la citoyenneté*. L'animateur invite tous les participants à se saluer avant de partir.	5 min

Matériel nécessaire :
- Des grandes feuilles de brouillon ou tissus ou cartons pour le jeu d'intégration
- Des papiers rouges et verts pour chaque participant préférable sur cartoline afin de pouvoir les réutiliser par la suite
- De la corde (assez épaisse pour ne pas blesser les participants)
- Du papier ou un cahier, un stylo pour chaque participant
- Des matériaux de récupération pour fabriquer un totem (ficelles, tissus, branches, etc.)
- Des papiers géants et des marqueurs pour la Charte du Parcours, du scotch ou de la Patafix

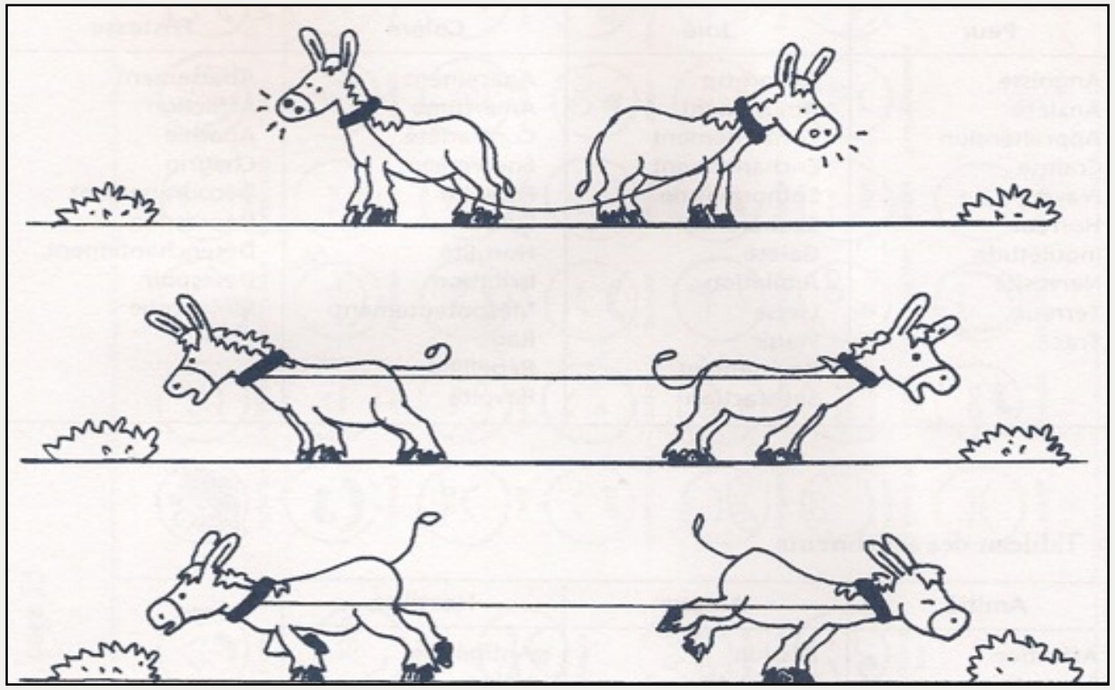
Documents supplémentaires :
- La feuille de présence
- Définition du groupe ***(annexe 1)***
- La première partie du dessin des ânes ***(annexe 2)***
- La deuxième partie du dessin des ânes ***(annexe 3)***
- Quelques idées de règles du Parcours ***(annexe 4)***

1 *Utiliser des feuilles de journal ou des grandes feuilles usagées*

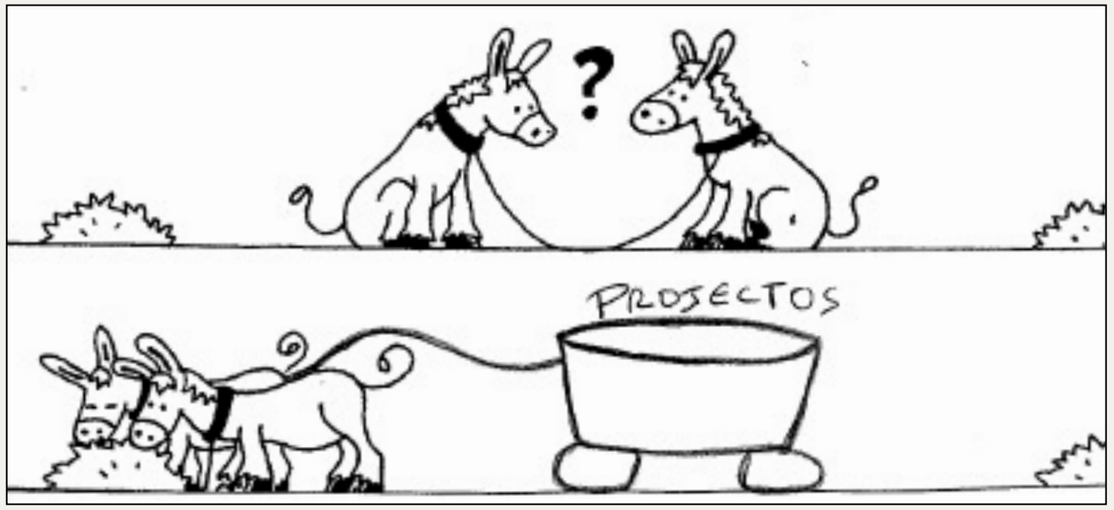
ANNEXE 1 :
DÉFINITION DU GROUPE

Un groupe peut être défini comme un ensemble de personnes qui partagent certaines caractéristiques, interagissent les unes avec les autres, acceptent les droits et obligations en tant que membre du groupe et partagent une identité commune. Pour qu'un groupe social existe, il faut que les individus qui le composent se considèrent partie à part entière du groupe. Des membres d'un groupe peuvent partager des intérêts, des valeurs, des origines ethniques ou linguistiques communes.

ANNEXE 2 :
COOPÉRATION/SOLIDARITÉ (1ÈRE PARTIE)



ANNEXE 3 :
COOPÉRATION/SOLIDARITÉ (2ÈME PARTIE)



ANNEXE 4 :
QUELQUES IDÉES DE REGLES POUR LE PARCOURS

- La liberté de parole, d'expression,
- Le respect des opinions de chacun
- La bienveillance : nécessité d'échanger de façon constructive sans porter de jugement de valeur,
- La confidentialité de l'animateur et des participants sur les échanges
- L'implication : la participation de chacun est importante pour enrichir le Parcours
- La disponibilité : téléphones rangés, participation de façon active au Parcours, ponctualité aux ateliers

MOIS 1 : ÊTRE ET VIVRE ENSEMBLE
THEME : IDENTITE ET CITOYENNETE

OBJECTIFS :
- Découvrir les différentes facettes de son identité
- Comprendre l'importance d'être reconnu et enregistré en tant que citoyen
- Découvrir son pays et ses droits et devoirs en tant que citoyen de ce pays

MOIS 1 : ATELIER 3/6
DURÉE : 3H

ETAPES	METHODOLOGIE	DUREE
1) Feuille de présence	Recueillir la signature de tous les participants.	5 min
2) Accueil par un jeu d'intégration : « Le portrait chinois »	En cercle, chaque participant pioche une carte (animal, couleur, aliment, etc.), la repose et complète la phrase en expliquant pourquoi : - Si j'étais un animal, je serais … - Si j'étais un ustensile de cuisine, je serais … - Si j'étais une couleur, je serais … - Si j'étais une plante ou une fleur, je serais … - Si j'étais un objet, je serais … - Si j'étais un aliment, je serais …	15 min
3) Rappel du dernier atelier	Les volontaires sont invités à présenter le dernier atelier sur *le groupe, ses valeurs, ses règles* et *l'importance de la coopération*.	10 min
4) Choisir le leader du jour	Choisir le leader du jour de façon aléatoire parmi les participants. Le leader change à chaque session, alternant garçon et fille.	5 min
5) Thématique **« Mon identité »**	Chaque jeune réalise individuellement sa carte d'identité à partir d'une série de questions ***(annexe 2)***. Inviter les adolescents à être créatifs en montrant différentes présentations possibles ***(annexe 3)*** et en mettant à disposition du matériel varié : feutres, crayons de couleur…	20 min
« Mon pays »	Les adolescents qui le souhaitent présentent leur carte. Maintenant que les participants ont réfléchi à qui ils sont, l'animateur va tester leur connaissance sur leur pays. Diviser le groupe en équipes de 3 ou 4 personnes. Distribuez les cartons verts et rouges. L'animateur pose des questions et propose 2 réponses ***(annexe 4)***. Chaque équipe lève le carton vert lorsqu'elle pense que c'est la bonne réponse et rouge pour la mauvaise réponse. Les bonnes réponses sont affichées au mur au fur et à mesure.	45 min
6) Exercice pratique « Citoyenneté et documents d'identité »	L'animateur distribue une lettre par participant et écrit les 3 mots sur le tableau : citoyenneté, citoyen et nationalité. Les participants doivent se regrouper pour reconstituer les mots. L'animateur engage ensuite la discussion : • Que signifie être citoyen ? • Etes vous citoyen de votre pays ? • Avez-vous des droits ? Lesquels ? • Avez-vous des devoirs ? Lesquels ? • Qu'est-ce que la nationalité ? • Sur quels documents peut-on trouver notre nationalité ? • Quels sont les documents d'identité de notre pays ? • Où peut-on se les procurer, quel est le coût ?	40 min
« Actions pour une citoyenneté active »	L'animateur met à disposition des morceaux de papiers à chaque participant et pose la question suivante « Que peut-on faire pour encourager la citoyenneté ? ». Les participants ont dix minutes pour écrire une idée par papier. Puis, ils font des boulettes avec leur papier et se livrent à une bataille de boulettes de papier en les lançant entre eux pendant 2 minutes. Puis, les participants ramassent les papiers autour d'eux et les lisent chacun leur tour.	25 min
7) Evaluation de la session	Chaque adolescent est invité à donner ses impressions sur la session, ce qu'il a appris, ce qui a été important et comment améliorer. Les animateurs partagent également ce qu'ils ont aimé et moins aimé.	10 min
8) Présentation du prochain atelier	Présentation par l'animateur : atelier sur *les droits et devoirs de l'enfant*. L'animateur invite tous les participants à se saluer avant de partir.	5 min

Matériel nécessaire :
- Du papier ou un cahier, un stylo pour chaque participant
- Les cartes du portrait chinois (animal, ustensile de cuisine, couleur, plante, objet, aliment) en 1 seul exemplaire
- Des crayons de couleurs, feutres, colles, ciseaux,
- Des cartes rouges et verts pour chaque participant préférable sur cartoline afin de pouvoir les réutiliser par la suite
- Les lettres des mots CITOYENNETE, CITOYEN, NATIONALITE
- Des morceaux de papier pour la bataille de boule de neige
- Des feuilles A3 et des marqueurs, du scotch

Documents supplémentaires :
- La feuille de présence
- Définitions ***(annexe 1)***
- Questions sur l'identité ***(annexe 2)***
- Différentes présentations possibles « qui suis-je ? » ***(annexe 3)***
- Question sur le pays ***(annexe 4)***
- Tableau pratique « documents d'identité » ***(annexe 5)***

ANNEXE 1 : DÉFINITIONS

Citoyen : quelqu'un qui habite sur un territoire, une ville ou un pays et qui en reconnaît les lois. Ce statut donne des droits et devoirs dans la vie de tous les jours ce qui permet à tous les habitants de vivre ensemble. Par opposition au fait d'être simple résident, la citoyenneté donne accès au droit de vote et promeut l'égalité des droits entre les citoyens.

Citoyenneté active : un citoyen peut choisir librement de participer (citoyen actif) ou non (citoyen passif) à la vie publique. Cette citoyenneté active peut s'exprimer de multiples manières : à l'occasion d'élections mais aussi dans l'engagement politique, associatif, syndical, l'expression de ses opinions, etc.

Civique : cet adjectif renvoie aux droits, devoirs et à l'implication des citoyens dans la vie politique (droits civiques, éducation civique, service civique).

Nationalité : lien juridique et politique qui rattache un individu à un Etat souverain, autorité exerçant sur un territoire donné et désigné comme un pays.

Droit à l'identité :

Tout enfant a le droit d'être officiellement enregistré et reconnu, de connaître sa filiation, le nom de ses parents et d'avoir une nationalité (article 7 et 8 de la convention internationale des Droits de l'enfant).

L'enregistrement consiste à faire enregistrer par les autorités administratives la naissance des enfants. Il s'agit d'une preuve permanente et officielle de l'existence d'un enfant, condition essentielle à la réalisation de ses droits et de ses besoins.

ANNEXE 2 :
QUI SUIS-JE ? QUESTIONS SUR L'IDENTITÉ

QUI SUIS-JE ?	D'OÙ VIENS-JE ?	CE QUE J'AIME FAIRE	CE QUE JE N'AIME PAS FAIRE
Nom et prénom Age Activité Responsabilité Mon arbre généalogique (ma position occupée dans la famille)	Lieu de naissance Lieu d'habitation (ville, quartier) Langue(s) que je parle	A la maison A l'école Dans le quartier	

ANNEXE 3 :
DIFFÉRENTES PRÉSENTATIONS POSSIBLES
« QUI SUIS-JE ? »

Modèle 1 :

Modèle 2 :

Modèles de blasons réalisés avec des enfants de 10-12 ans dans des collèges français

ANNEXE 4 :
QUIZ, MON PAYS

1. Mon pays a des frontières avec combien de pays ?
2. Combien d'habitants vivent dans mon pays ?
3. Combien de régions/provinces a mon pays ?
4. Quelle est la date d'indépendance de mon pays ?
5. Quel est le nom du Président actuel ?
6. Quelle(s) est(sont) la(les) langue(s) officielle(s) de mon pays ?
7. Quelle est la devise de mon pays ?
8. Quelle est la monnaie de mon pays ?
9. Qui fait les lois ?
10. Qui peut voter ?

ANNEXE 5 :
TABLEAU PRATIQUE « DOCUMENTS D'IDENTITÉ »
(À COMPLÉTER PAR L'ANIMATEUR POUR LE DISTRIBUER AUX PARTICIPANTS)

Documents officiels d'état civil	Où le réaliser ?	Prix	Délais	Documents nécessaires
Acte de naissance				
Carte d'identité				
Passeport				
Autre(s) document(s) ?				

- ***28 % des naissances dans le monde ne sont pas enregistrées ! (Unicef 2016)***
- ***Lorsqu'un enfant n'est pas enregistré, il n'a aucune existence officielle, il n'a aucun droit et ne peut avoir accès aux soins ou à l'école.***

De quoi le droit à l'identité protège-t-il les enfants ?

- **En enregistrant la naissance d'une personne, l'État reconnaît officiellement l'existence de l'enfant au regard de la loi. Être enregistré à la naissance est le premier des droits civils parce qu'il atteste de l'existence et de l'identité d'un enfant. Sans enregistrement, l'enfant ne peut pas être protégé car il n'a pas d'existence officielle.**
- **Avoir une identité permet de lutter contre la traite, les enlèvements, les mariages précoces, l'exploitation sexuelle, l'enrôlement des enfants dans l'armée, le travail forcé… La déclaration de naissance est obligatoire pour tout enfant. Elle doit être faite par toute personne qui assiste à l'accouchement. Un extrait d'acte de naissance est très souvent nécessaire pour s'inscrire à l'école et avoir accès aux services de santé.**

MOIS 1 : ÊTRE ET VIVRE ENSEMBLE
THEME : DROITS ET DEVOIRS DE L'ENFANT

OBJECTIFS :
- Comprendre le concept de droits et devoirs de l'enfant
- Connaitre les droits fondamentaux des enfants
- Se responsabiliser dans l'application de ces droits dans le quartier, à la maison et à l'école

MOIS 1 : ATELIER 4/6
DURÉE : 3H

ETAPES	METHODOLOGIE	DUREE
1) Feuille de présence	Recueillir la signature de tous les participants	5 min
2) Accueil par un jeu d'intégration : « Les saluts internationaux »	Les participants forment un cercle. L'animateur présente les différentes manières de dire bonjour dans le monde et invite à chaque fois les participants à dire ainsi bonjour à leur voisin : • Inde : mains jointes à plat en disant « Namasté » • Au Japon, mains à plats sur les cuisses et inclinaison du buste en disant « Konnichiwa » • Au Brésil, on se fait un câlin en disant « Bom dia » • Au Maroc, main droite sur le cœur en disant « Salam alaikoum » • Ici, demandez aux participants ! Les animateurs peuvent également adapter cette dynamique avec toutes les manières différentes de saluer dans le pays, dans les différentes ethnies. Les volontaires sont invités à présenter le dernier atelier sur *l'identité et la citoyenneté.*	15 min
3) Rappel du dernier atelier	Choisir le leader du jour de façon aléatoire parmi les participants. Le leader change à chaque session, alternant garçon et fille.	5 min
4) Choisir le leader du jour	Répartir les images devant les participants ***(annexe 1)***. Les participants créent des binômes puis chaque binôme se lève, choisit une image, explique pourquoi il l'a choisie et la relie à un besoin.	5 min
5) Thématique « Mes besoins » « Les droits et devoirs de l'enfant »	L'animateur peut aider à reformuler si nécessaire. Faire le lien entre besoin et droit : les Droits de l'enfant prévoient ainsi de satisfaire les besoins essentiels au bon développement de l'enfant. En petites équipes, les participants imaginent qu'ils vont vivre sur une île déserte, sur laquelle il n'y a aucune loi, ni aucune histoire. Ils réfléchissent aux 10 droits les plus importants (à partir de leurs besoins) et les obligations et devoirs qui y répondent. Chaque équipe va présenter sa liste via un porte-parole. Tous ensemble, les listes sont compilées (supprimer les doublons et reformuler si nécessaire) sur une grande feuille.	30 min 40 min
6) Exercice pratique « La Convention Internationale des Droits de l'enfant » Plan d'action pour une meilleure application de la CIDE	L'animateur affiche « la Convention Internationale des Droits de l'Enfant », la présente et incite les jeunes à la lire ***(annexe 2)***. Il demande à des volontaires de lire la convention simplifiée ***(annexe 2)***. Il distribue à chaque participant des cartes de l'Alphabet des Droits et Devoirs de l'enfant ***(annexe 3)***. Les adolescents doivent tous ensemble recomposer l'abécédaire puis le lire à haute voix. Poser les questions suivantes : • Pourquoi est-il important d'avoir des droits et devoirs reconnus internationalement ? • Quels sont les droits les moins respectés dans ma communauté ? Pourquoi ? L'animateur présente l'activité multiplicatrice et ses différents modes (jeu, sketch, etc.) En petites équipes, les participants choisissent un droit et réfléchissent à la préparation de l'activité multiplicatrice avec une date, un lieu et la répartition des rôles en remplissant le plan d'action ***(annexe 5)***. Pour aller plus loin : le club des jeunes peut choisir un droit qui n'est pas respecté et réalise un arbre à problème en identifiant les causes et conséquences de ce non-respect ***(annexe 6)*** puis recherche les actions à mettre en place et les résultats attendus pour que ce droit soit mieux respecté en complétant l'arbre à solutions ***(annexe 7)***.	30 min 35 min
7) Evaluation de la session	Chaque adolescent est invité à donner ses impressions sur la session, ce qu'il a appris, ce qui a été important et comment améliorer. Les animateurs partagent également ce qu'ils ont aimé et moins aimé.	10 min
8) Présentation du prochain atelier	Présentation par l'animateur : atelier sur *le travail des enfant*s. L'animateur invite tous les participants à se saluer avant de partir.	5 min

Matériel nécessaire :
- Du papier ou un cahier, un stylo pour chaque participant
- Des feuilles A3 et des marqueurs, du scotch

Documents supplémentaires :
- La feuille de présence
- Images photolangage sur les Besoins ***(annexe 1)***
- Convention Internationale des Droits de l'Enfant CIDE ***(annexe 2)***
- L'Alphabet des Droits et Devoirs de l'enfant ***(annexe 3)***
- Eléments sur la CIDE ***(annexe 4)***
- Éléments pour un plan d'action ***(annexe 5)***
- Pour aller plus loin (club de jeunes) : Arbre à problème ***(annexe 6)***
- Pour aller plus loin (club des jeunes) : Arbre à solutions ***(annexe 7)***

ANNEXE 1 :
IMAGES PHOTOLANGAGE SUR LES BESOINS

(Photo des bénéficiaires des projets ESSOR)

ANNEXE 2 :
LA CONVENTION INTERNATIONALE DES DROITS DE L'ENFANT (CIDE)

ANNEXE 3 :
L'ALPHABET DES DROITS ET DEVOIRS DE L'ENFANT[1]

ALPHABET	DROIT	DEVOIR
Alimentation	L'Enfant a droit à une alimentation saine et nutritive. (Art. 24c)	L'Enfant a le devoir de ne pas gaspiller la nourriture.
Bien-être	L'Enfant a droit à la protection et aux soins nécessaires à son bien-être. (Art. 14)	L'Enfant a le devoir de respecter le bien-être des autres.
Conscience	L'Enfant a droit à la liberté de pensée, de conscience et de religion. (Art. 14)	L'Enfant n'a pas le droit de faire tout ce dont il a envie, ni de prendre ce qu'il veut.
Dignité	L'Enfant a droit au respect dû à la dignité humaine en toutes circonstances. (Art. 28-2, 37, 39, 40)	L'Enfant a le devoir de respecter la dignité des autres.
Éducation	L'Enfant a droit à l'éducation. (Art. 28, 29)	L'Enfant a le devoir d'aller à l'école, de respecter les enseignants et ses camarades.
Famille	L'Enfant a droit de vivre avec sa famille. (Art. 5, 9, 19, 18)	L'Enfant a le devoir de respecter sa famille et ses proches comme il est respecté par eux.
Garantie	Les droits de l'enfant sont garantis sans restriction aucune. (Art. 2)	L'Enfant a le devoir d'éviter la discrimination entre les personnes.
Honneur	L'Enfant a droit à la protection de la loi contre les atteintes à son honneur, à sa réputation et à sa vie privée. (Art. 16)	L'Enfant a le devoir de se conformer aux lois qui régissent la société pour protéger son honneur, sa réputation et sa vie privée.
Identité	L'Enfant a droit à son identité y compris sa nationalité et ses relations familiales. (Art. 8)	L'Enfant a le devoir d'accepter son appartenance et sa culture.
Jeune	L'Enfant s'entend de tout être humain de moins de 18 ans. (Art. 1) Il a droit aux jeux et aux amis de son choix.	L'Enfant a le devoir de soigner les jeux, d'éviter des jeux dangereux et d'être honnête avec ses amis.

1 *Extrait de Children's Voice. (s. d.). L'alphabet des droits et devoirs de l'enfant. UNICEF. RD Congo.*

Kermesse comme Fête	L'Enfant a droit à la fête, à la danse, à l'épanouissement. Tous les enfants sont égaux en droits. (Art. 23, 30, 41)	L'Enfant a le devoir de s'épanouir et veiller à l'épanouissement des autres.
Liberté	L'Enfant a droit à la liberté d'expression, d'association et de réunions pacifiques. (Art 13, 15)	L'Enfant a le devoir de respecter la liberté d'expression des autres et d'éviter des rassemblements qui mettent sa vie et celle des autres en danger.
Mesures	Des mesures doivent être prises pour les droits de l'enfant. (Art. 4)	L'Enfant a le devoir de connaître et de respecter les droits de l'enfant.
Nom, Nationalité	L'Enfant a droit à un nom et une nationalité. (Art. 7)	L'Enfant a le devoir d'aimer sa nationalité.
Opinion	L'Enfant a le droit d'exprimer librement son opinion sur toute question l'intéressant, les opinions de l'enfant étant dûment prises en considération eu égard à son âge et à son degré de maturité. (Art. 12)	L'Enfant a le devoir de respecter l'avis des autres et d'accepter des choix différents des siens.
Protection/ Participation	L'Enfant a droit à une protection contre : la violence, la drogue, l'enlèvement, l'exploitation économique et sexuelle, et en cas de conflit armé. (Art. 32, 33, 34, 35, 36, 38)	L'Enfant a le devoir d'éviter la violence, l'usage de substances toxiques pour sa santé et de ne pas influencer les autres.
Qualité de vie	L'Enfant a droit à un niveau de vie suffisant pour son développement harmonieux. (Art. 27)	L'Enfant a le devoir de ne pas détruire, ni endommager les biens publics.
Remplacement	L'Enfant sans famille a droit à une protection de remplacement. (Art. 21, 22)	L'Enfant a le devoir d'accueillir la famille de remplacement
Santé, Sécurité	L'Enfant a droit à la santé et à la sécurité. (Art. 24, 25, 26)	L'Enfant a le devoir de ne pas détruire ni abîmer les installations sanitaires et sécuritaires.
Tolérance	L'Enfant doit être élevé dans un esprit de tolérance. (Art. 29)	L'Enfant a le devoir de tolérer les autres enfants et les adultes.
Unité	L'accès aux médias pour son développement culturel et social est reconnu. (Art. 17)	L'Enfant a le devoir de participer au développement culturel et social.
Vie	L'Enfant a droit à la vie. (Art. 6)	L'Enfant a le devoir de respecter sa vie et la vie des autres.
Week-end	L'Enfant a droit au repos et aux loisirs. (Art 31)	L'Enfant a le devoir de respecter et profiter du temps de repos et de loisir qui lui est accordé et ne pas perturber celui des autres.
Xénophilie	L'Enfant est éduqué dans un esprit d'amitié envers les autres peuples. (Art. 29c)	L'Enfant garde un esprit d'amitié envers les autres enfants.
Yondo Sister ou sa culture	L'Enfant a droit à sa propre culture. (Art. 30)	L'Enfant a le devoir d'accepter sa culture.
Zones	Les droits de l'Enfant seront connus et mis en oeuvre dans toutes les zones du pays. (Art. 42)	Les devoirs de l'Enfant seront connus et mis en oeuvre par tous les enfants et dans toutes les zones du pays.

ANNEXE 4 : ÉLÉMENTS SUR LA CIDE

- Pourquoi est-il important d'avoir des droits et devoirs reconnus internationalement ?
Grâce à la Convention relative aux droits de l'enfant, l'enfant dispose de droits fondamentaux similaires à ceux octroyés à l'adulte par la Déclaration Universelle des droits de l'homme du 10 décembre 1948. Ce sont des droits civils, économiques, sociaux et politiques, auxquels s'ajoutent des droits de protection et de prestation pour tenir compte de sa fragilité, ses spécificités et les besoins propres à son âge.
- Une reconnaissance internationale tient compte de l'importance des traditions et valeurs culturelles de chaque peuple dans la protection et le développement harmonieux de l'enfant et constate l'importance de la coopération internationale pour l'amélioration des conditions de vie des enfants dans tous les pays.
Les adolescents sont-ils des enfants ?
- Oui, la Convention relative aux droits de l'enfant considère enfant un individu qui à entre 0 et 18 ans.

Charte africaine des droits et du bien-être de l'enfant

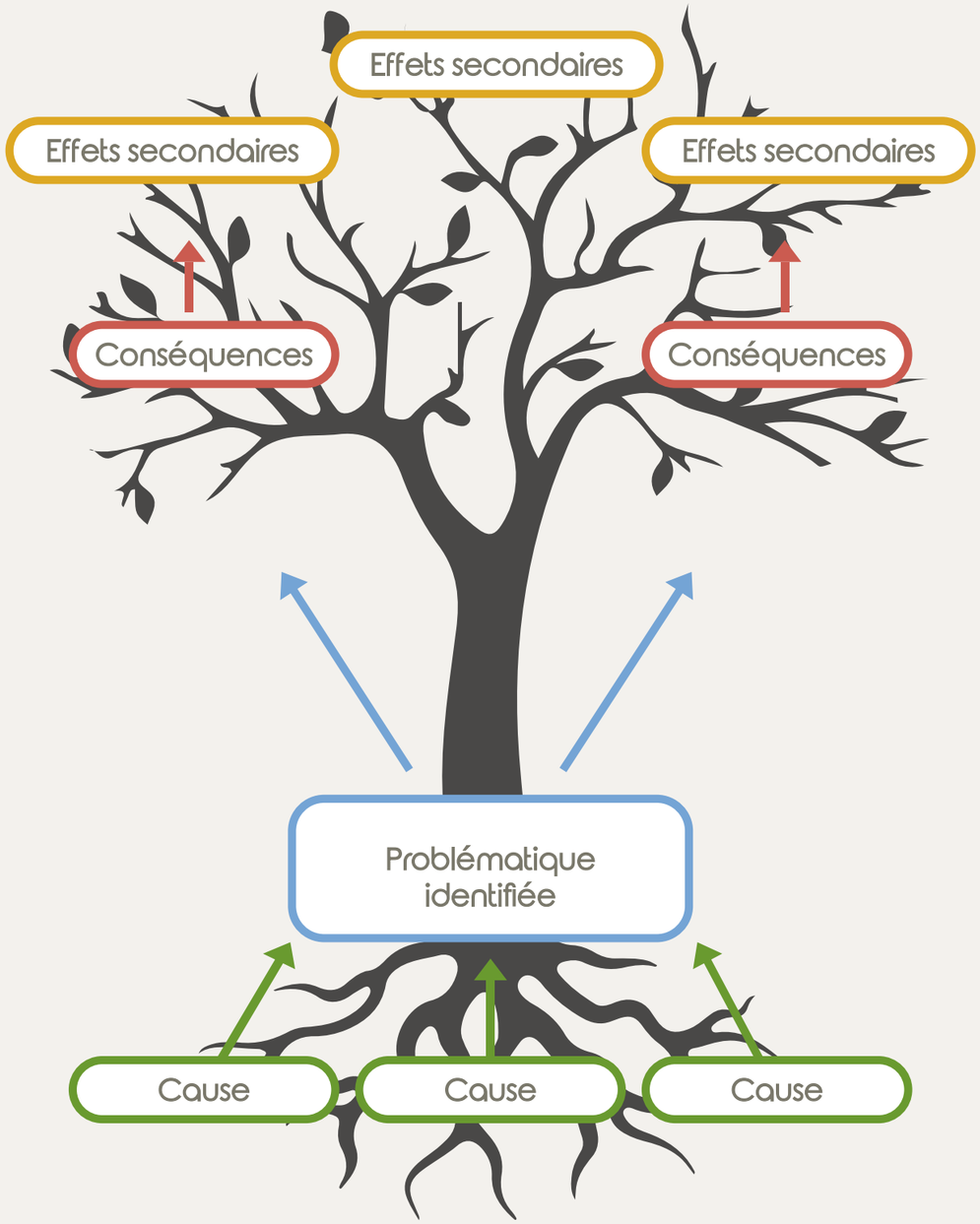
La charte africaine des droits et du bien-être de l'enfant a été adoptée lors de la 26e conférence des chefs d'État et de gouvernement de l'Organisation de l'unité africaine en juillet 1990. Elle est entrée en vigueur le 29 novembre 1999.
Elle s'inspire de la Convention des Nations unies sur les droits de l'enfant et sur la Déclaration sur les droits et le bien-être de l'enfant africain, adopté par l'OUA en juillet 1979, ainsi que de la Déclaration universelle des droits de l'homme, de la Charte africaine des droits de l'homme et des peuples et de la Charte de l'Organisation de l'Unité Africaine. Si certains droits déclinés dans cette charte sont identiques à ceux de la Convention des Nations unies sur les droits de l'enfant, la plupart sont interprétés dans le contexte africain.

ANNEXE 5 : ÉLÉMENTS POUR UN PLAN D'ACTION

Pour aller plus loin – exemple d'activités pour le club des jeunes

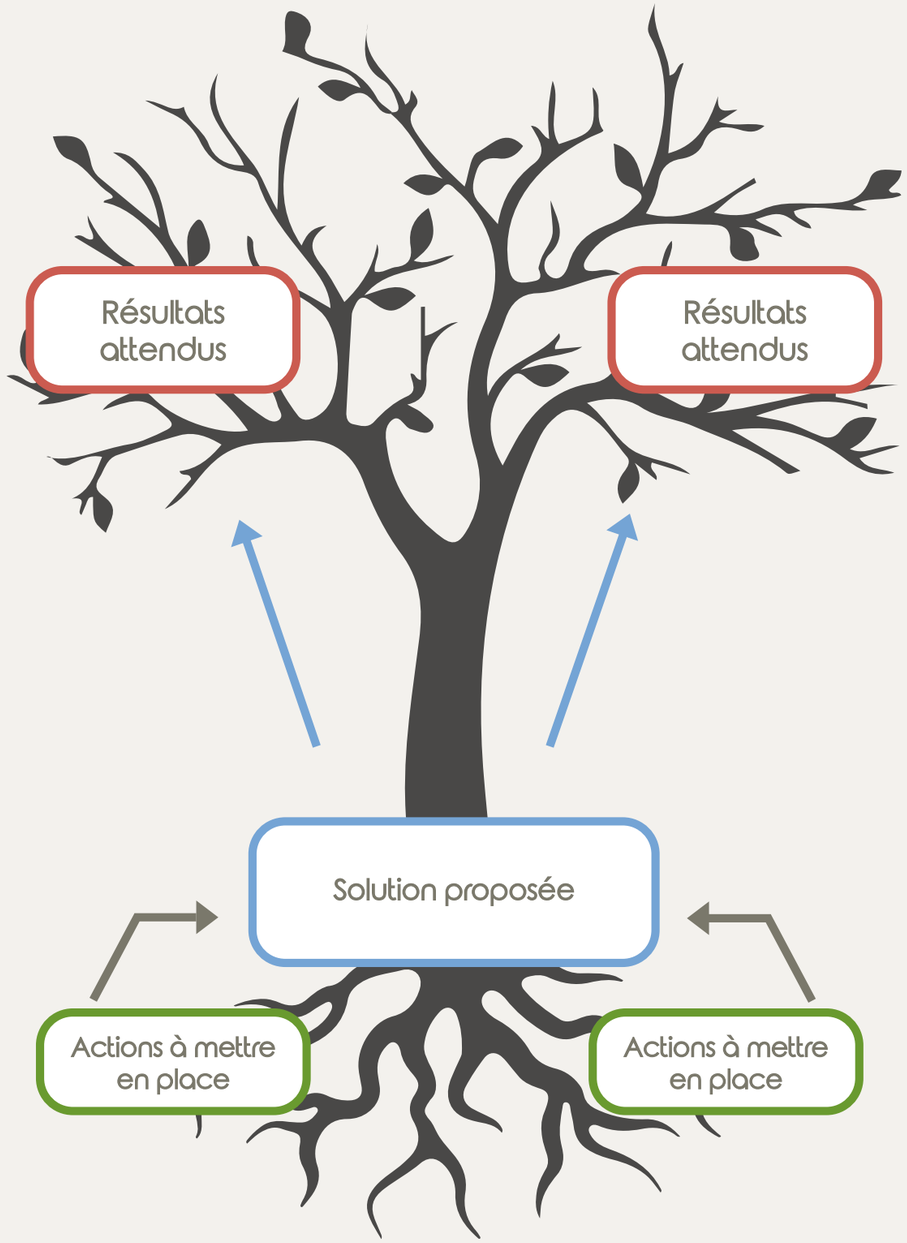
ANNEXE 6 :
ARBRE À PROBLÈME

Choisir un problème et le placer au centre, identifier les causes (racines) et conséquences (branches) de ce problème.



ANNEXE 7 :
ARBRE A SOLUTIONS

Ecrire au centre la solution recherchée puis réfléchir aux actions à mettre en place (racines) et les résultats attendus (branches).



MOIS 1 : ÊTRE ET VIVRE ENSEMBLE
THEME : DROITS DE L'ENFANT ET TRAVAIL DES ENFANTS

OBJECTIFS :
- Approfondir le droit à la protection en parlant du travail des enfants
- Comprendre les problèmes que le travail des enfants soulève et les conséquences sur leur santé et leur vie
- Comprendre les effets (vicieux et vertueux) de la pauvreté sur le travail des enfants et chercher des solutions collectivement

MOIS 1 : ATELIER 5/6
DURÉE : 3H

ETAPES	METHODOLOGIE	DUREE
1) Feuille de présence	Recueillir la signature de tous les participants	5 min
2) Accueil par un jeu d'intégration « Quiz des Droits de l'enfant »	L'animateur distribue à chaque participant un carton rouge et un carton vert. Il lit les questions ***(annexe 2)***, attend la réponse de tous les participants (carton vert lorsqu'ils pensent que l'affirmation est vraie et rouge lorsqu'ils la pensent fausse) et leurs réactions et arguments puis lit les informations complémentaires.	20 min
3) Rappel du dernier atelier	Les volontaires sont invités à présenter le dernier atelier sur *les droits et devoirs de l'enfant.*	5 min
4) Choisir le leader du jour	Choisir le leader du jour de façon aléatoire parmi les participants. Le leader change à chaque session, alternant garçon et fille.	5 min
5) Thématique « Le travail des enfants »	L'animateur montre l'image sur le travail des enfants ***(annexe 3)*** et lit l'histoire d'Iqbal ***(annexe 4)***. Demandez aux participants s'ils savent ce qu'est un dilemme (moral). Le dilemme moral, c'est être confronté à devoir faire un choix entre deux options qui semblent possibles et justes. Dans certaines familles, les enfants doivent travailler pour assurer la survie de leur famille. Les parents n'ont pas le choix et, comme ils n'ont pas toujours pu apprendre à lire et à écrire, ils ne comprennent pas l'importance de l'éducation pour l'avenir de leurs enfants et de leur pays. Formulez le dilemme moral que cette situation de pauvreté entraîne : *faut-il laisser travailler les enfants pour assurer la survie de la famille ou empêcher le travail des enfants et laisser les familles dans une pauvreté temporaire ?* L'animateur peut écrire cette phrase pour qu'elle soit visible.	10 min
« Les droits et devoirs de l'enfant face au travail des enfants »	L'animateur divise la salle en deux et désigne un côté qui représente ceux qui sont « d'accord » et un autre qui représente ceux qui ne sont « pas d'accord ». Ensuite, il lit plusieurs affirmations (*ci-dessous*). Pour chaque phrase, les adolescents doivent choisir leur côté : « d'accord » ou « pas d'accord » et se déplacent dans la salle pour aller du côté qui correspond à leur choix. L'animateur précise qu'il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse ***(annexe 5)***. • Si j'étais Iqbal, je permettrais le travail des enfants. • Si j'étais les parents d'Iqbal, je permettrais le travail des enfants. • Si j'étais Eshan Kahn, président de la Ligue contre le travail des enfants, je permettrais le travail des enfants. • Si j'étais Guzman, le marchand de tapis, je permettrais le travail des enfants.	50 min
	A chaque fois, l'animateur laisse un peu de temps pour que les adolescents réfléchissent à des arguments expliquant leur choix, en pouvant les illustrer par des exemples issus de l'histoire d'Iqbal. Puis, l'animateur accompagne la discussion en alternant la parole 5 minutes pour chaque groupe (d'accord/pas d'accord) puis conclut en posant les questions suivantes : • Quels sont les droits et devoirs d'Iqbal ? • Quels sont les droits et devoirs des adultes (parents d'Iqbal, Eshan Kahn et Guzman) ? => La synthèse peut se faire grâce aux pistes de réflexions et à un tableau ***(annexe 6)***	30 min
6) Exercice pratique « Les cercles en folie »	L'animateur distribue les cartes rouges et vertes de façon arbitraire aux adolescents. S'il y a plus d'adolescents que de cartes, l'animateur crée des binômes. Expliquez les règles du jeu et ce que les cartes représentent ***(annexe 7)***. Le but du jeu est de comprendre les effets de la pauvreté sur le travail des enfants et comment y remédier en transformant le cercle vicieux en cercle vertueux. Les problèmes (cartes rouges) ne peuvent être débloqués qu'en trouvant les solutions adaptées aux situations permettant d'améliorer la situation des enfants et de leurs familles (cartes vertes). L'animateur propose une restitution à l'oral pour discuter des réponses données. Puis il demande aux participants d'identifier la cause du travail des enfants, expliquez qu'il n'y a pas qu'une seule cause, c'est un cercle vicieux. Il demande aux participants d'identifier la « meilleure solution » pour lutter contre le travail des enfants. Il accompagne les participants dans la prise de conscience du besoin d'agir dans différents domaines.	35 min
« Jeu de rôle Droits de l'enfant »	Si le temps le permet, les adolescents préparent pendant 15 minutes une saynète sur un droit qu'ils choisissent, ils peuvent choisir une scène où ce droit, et le devoir associé, ne sont pas respectés ou inversement une scène où ce droit, et le devoir associé, sont respectés. Chaque équipe présente sa saynète et explique le message de la pièce.	
7) Evaluation de la session	Chaque adolescent est invité à donner ses impressions sur la session, ce qu'il a appris, ce qui a été important et comment améliorer. Les animateurs partagent également ce qu'ils ont aimé et moins aimé.	10 min
8) Présentation du prochain atelier	Présentation par l'animateur : atelier sur *les objectifs de développement durable*. L'animateur invite tous les participants à se saluer avant de partir.	5 min

Matériel nécessaire :
- Du papier ou un cahier, un stylo pour chaque participant
- Des papiers rouges et verts pour chaque participant préférable sur cartoline afin de pouvoir les réutiliser par la suite
- Des feuilles A3 et des marqueurs, du scotch

Documents supplémentaires :
- La feuille de présence
- Travail des enfants – infos complémentaires ***(annexe 1)***
- Quiz des Droits de l'enfant ***(annexe 2)***
- Photos travail des enfants ***(annexe 3)***
- Histoire d'Iqbal ***(annexe 4)***
- Fiche débat ***(annexe 5)***
- Droits et devoirs des protagonistes ***(annexe 6)***
- Cartes « cercles en folie » ***(annexe 7)***

ANNEXE 1 :
TRAVAIL DES ENFANTS – INFOS COMPLÉMENTAIRES (UNICEF 2016)

« Aujourd'hui, dans le monde, beaucoup trop d'enfants travaillent encore (à la maison, dans les champs, dans les usines, dans la rue, etc.) Actuellement, on estime que 168 millions d'enfants de 5 à 17 ans travaillent dans le monde, soit 11% des enfants ».

POURQUOI LES ENFANTS TRAVAILLENT-ILS ?

- Dans beaucoup de familles pauvres, les enfants doivent travailler pour assurer la survie de leur famille. Ils sont parfois les seuls de la famille à pouvoir travailler et nourrir leurs proches.
- C'est dans le domaine de l'agriculture que les enfants travaillent le plus, aux champs pour aider leurs familles par exemple. Certains événements (conflits, catastrophes naturelles, etc.) poussent les familles à faire travailler leurs enfants.
- Beaucoup d'enfants sont aussi réduits à l'esclavage, recrutés de force, victimes de la traite, obligés de participer à des activités illégales ou dangereuses pour leur vie : ils sont exploités. On les force parfois à travailler dans des endroits qui peuvent ressembler à des prisons.

LE TRAVAIL DES ENFANTS EST-IL PERMIS ?

- Idéalement, les enfants ne doivent pas travailler. Le travail les expose à la violence, ils peuvent y être maltraités. De nombreux enfants travaillent sans être reconnus, ils ne sont pas protégés par les gouvernements.
- Si les enfants travaillent pour aider leur famille, leur travail ne doit pas être dangereux pour leur vie et leur santé et ils devraient pouvoir aller à l'école (gratuitement) malgré tout.
- Les pires formes de travail des enfants sont interdites par des lois, mais il est très difficile d'éliminer le travail des enfants dans le monde.

LE CADRE INTERNATIONAL

- Depuis sa création, en 1919, l'Organisation internationale du travail (OIT) s'est intéressée à la question du travail des enfants en adoptant la convention n° 5 sur l'âge minimum qui interdit le travail des enfants de moins de 14 ans dans les établissements industriels. Puis neuf autres conventions viendront ensuite compléter ce dispositif juridique international.
- Pour réglementer le travail des enfants, il y a aussi la convention relative aux droits de l'enfant du 20 novembre 1989, entrée en vigueur le 2 septembre 1990, qui vise à protéger les enfants et à défendre leurs droits partout dans le monde.
- Le 12 juin est la Journée mondiale contre le travail des enfants, créée par l'Organisation internationale du Travail (OIT). À l'OIT, il existe un Programme international pour l'abolition du travail des enfants (IPEC).

QUE DIT LA CONVENTION INTERNATIONALE DES DROITS DE L'ENFANT ?

Chaque enfant a le droit de grandir dans un environnement qui le protège de la maltraitance et de l'exploitation et a le droit de ne pas travailler.
C'est le droit à la protection auquel tous les enfants ont droit et c'est l'un des droits de la Convention internationale des droits de l'enfant (CIDE) : (art. 19, 22, 32 à 35, 39 et 40).
"Les enfants ont le droit de grandir dans un cadre qui leur garantisse la protection."
"L'enfant a le droit d'être protégé contre tout travail mettant en danger sa santé, son éducation ou son développement. L'État fixe des âges minimaux d'admission à l'emploi et réglemente les conditions d'emploi."

QUELLES SONT LES LOIS DANS TON PAYS ?
RENSEIGNE-TOI.

ANNEXE 2 :
QUIZ SUR LES DROITS DE L'ENFANT

1) La Convention permet de protéger uniquement les enfants des pays riches économiquement ?

o Vrai
o Faux

Faux, *la Convention est un texte international visant à protéger les enfants de tous les pays du monde.*

2) Tous les enfants ont-ils le droit d'aller à l'école gratuitement ?

o Vrai
o Faux

Vrai, *mais ce n'est pas encore le cas partout ! En 2019 environ 263 millions d'enfants, d'adolescents et de jeunes dans le monde (un sur cinq) ne sont pas scolarisés dont 130 millions de filles. (ONU)*

3) Les filles et les garçons ont-ils les mêmes droits ?

o Vrai
o Faux

Vrai, *bien sûr ! Dans la réalité, ce n'est pas toujours le cas. Beaucoup de filles ne peuvent pas aller à l'école parce qu'elles doivent aller chercher de l'eau au puit, prendre soin de leurs frères et sœurs plus jeunes ou faire le ménage.*

4) Le manque d'eau potable provoque 80% des maladies dans les pays dits en voie de développement ?

o Vrai
o Faux

Vrai, *une personne sur dix n'a pas accès à l'eau potable dans le monde et chaque jour, 15000 personnes meurent de maladies liées à l'eau dans le monde.*

5) Existe-il un droit aux loisirs, aux jeux et au repos ?

o Vrai
o Faux

Vrai, *après l'école et les devoirs, il est important de profiter du temps libre pour jouer, se détendre, voir ses amis. Cela permet aux enfants de s'épanouir.*

6) Les mutilations génitales sont autorisées par la Convention relative aux droits de l'enfant ?

o Vrai
o Faux

Faux, *l'excision est une mutilation qui a des conséquences très graves sur la santé physique et psychologique des filles. En 2016, les Nations Unies dénombraient 200 millions de filles et de femmes ayant subi une forme de mutilation génitale.*

7) Dans le monde, il y a des enfants soldats et 40% d'entre eux sont des filles.

o Vrai
o Faux

Vrai, *environ 250 000 enfants de moins de 18 ans sont utilisés comme soldats dans les conflits à travers le monde. 40% des enfants soldats sont des filles (UNICEF, 2012). Des milliers meurent chaque année, tués dans les combats.*

8) 11% d'enfants dans le monde travaillent ?

o Vrai
o Faux

Vrai*, 11% d'enfants, soit 168 millions d'enfants dans le monde sont privés de leur enfance parce que impliqués dans le travail (UNICEF, septembre 2017). 115 millions d'entre eux exercent des activités dangereuses.*

9) L'exploitation économique est-elle due au fait qu'un enfant est contraint de faire un travail dangereux pour sa santé physique et psychologique ?

o Vrai
o Faux

Vrai, *cela concerne 115 millions d'enfants dans le monde (UNICEF, septembre 2017). Certains travaillent dans des usines ou des mines ou sont utilisés comme esclaves, la prostitution, la vente de drogues, le crime ou l'enrôlement comme soldat.*

ANNEXE 3 :
PHOTOS TRAVAIL DES ENFANTS

© UNICEF/UN020087/Khuzaie

© UNICEF

ANNEXE 4 :
HISTOIRE D'IQBAL MASIH (UNICEF)

Iqbal n'avait que quatre ans lorsque qu'il rejoint une fabrique de tapis géré par Guzman. Ses parents ont contracté une importante dette et c'est le seul moyen pour eux de la rembourser tout en pouvant soigner son frère, malade. A dix ans, l'enfant esclave a déjà les mains ravagées d'avoir noué douze heures par jours et pendant six ans de précieux tapis ; il est épuisé et soumis à de mauvais traitements.

Lors d'une réunion dans le village d'Iqbal, Eshan Kahn, le président de la Ligue contre le travail des enfants découvre le jeune enfant effrayé et le libère. Il rejoint le Front de Libération du travail des enfants et participe à leur campagne, devenant un porte-parole de l'enfance exploitée.

Deux ans plus tard, il participe à une convention contre l'esclavage des enfants à Lahore. Il parcourt son pays et le reste du monde afin d'alerter l'opinion internationale. Sous la pression internationale, le gouvernement pakistanais ferme plusieurs dizaines de fabriques de tapis et 3000 enfants sont libérés.

ANNEXE 5 :
FICHE DÉBAT

ANIMER UN DÉBAT : RÈGLES À FAIRE RESPECTER PAR LE MODÉRATEUR

- Demander la parole en levant le doigt.
- Ne pas parler de ce qui a été dit pendant le débat à l'extérieur.
- Écouter et respecter ce que disent les autres, ne pas se moquer.
- Ne pas interrompre celui qui parle.
- Parler chacun son tour.
- Rester dans le sujet du débat, ne pas parler d'autre chose.
- Donner la priorité à celui qui n'a jamais encore parlé.
- Ne pas répéter ce que quelqu'un vient de dire.
- Utiliser un vocabulaire correct, ne pas tenir de propos racistes, injurieux ou diffamatoires.
- Parler suffisamment fort pour que tout le monde vous entende.
- Mais ne pas crier pour imposer ses idées.
- Ne pas monopoliser la parole, laisser les autres s'exprimer.

AFFIRMATIONS POUR QUE LES PARTICIPANTS SE POSITIONNENT :

- Si j'étais Iqbal, je permettrais le travail des enfants.
- Si j'étais les parents d'Iqbal, je permettrais le travail des enfants.
- Si j'étais Eshan Kahn, président de la Ligue contre le travail des enfants, je permettrais le travail des enfants.
- Si j'étais Guzman, le marchand de tapis, je permettrais le travail des enfants.

ANNEXE 6 : DROITS ET DEVOIRS DES PROTAGONISTES

Quels sont les droits et devoirs d'Iqbal ?
Quels sont les droits et devoirs des adultes (parents d'Iqbal, Eshan Kahn et Guzman) ?

IQBAL		LES ADULTES (PARENTS D'IQBAL, ESHAN KAHN ET GUZMAN)	
DROIT	**DEVOIR**	**DROIT**	**DEVOIR**
Droit à la protection	Devoir de respecter le bien-être des autres	Droit au respect et à une protection légale	Devoir de protection
Droit de jouer, rêver, rire, chanter, etc.	Devoir de prendre soin des jeux, d'éviter les jeux dangereux et de ne pas perturber les temps de loisirs des autres enfants	Droit d'exprimer sa pensée, de donner et de recevoir des informations. Droit au repos et aux loisirs	Devoir d'orienter et de conseiller
Droit d'être soigner pour être en bonne santé	Devoir de prendre soin des autres et ne pas abîmer les installations de santé	Droit de demander de l'aide et droit à une assistance médicale	Devoir de prendre soin et de demander conseil et aide
Droit d'être nourri suffisamment et de boire de l'eau potable pour bien grandir	Devoir de ne pas gaspiller la nourriture	Droit à un niveau de vie décent	Devoir de procurer une alimentation saine
Droit d'aller à l'école	Devoir d'aller à l'école	Droit d'être formé, de participer à la vie culturelle, d'adhérer à des associations	Devoir d'encourager l'accès à l'éducation

- **CONTRE** : Les enfants qui travaillent ne peuvent pas, la plupart du temps, aller à l'école non plus. Ils peuvent parfois : être victimes de maltraitance, être exposés aux dangers (souvent liés au travail forcé), ne pas être soignés, ou éloignés de leur famille.
- **POUR** : Mais s'ils ne vont pas travailler, la survie de leur famille est remise en question, ils ne peuvent pas aider leur famille à se nourrir car le travail des enfants est souvent la seule source de revenus. (C'est un véritable cercle vicieux : cf. annexe 7)

Faites remarquer que cette situation est discutable.

Ce qui paraît inacceptable au début (le travail des enfants), peut être toléré/permis sous certaines conditions, notamment pour la survie de la famille si cela n'a pas de conséquences sur la santé et l'avenir des enfants. Cela dépend des exigences ou besoins de chacun : ceux d'Iqbal (aider son frère et sa famille), de sa mère (soigner son fils), et de Guzman (gagner de l'argent) ne sont évidemment pas les mêmes.

►Il est important de connaître l'origine de ce que nous achetons pour aider ceux qui luttent contre l'exploitation.

ANNEXE 7 : CARTES « CERCLE EN FOLIE »[1]

- Les cartes **rouges** représentent les cercles vicieux (situations de pauvreté desquelles les familles ne parviennent pas à sortir aboutissant au travail des enfants).
- Les cartes **vertes** représentent les cercles vertueux (la situation des familles s'améliore et le travail des enfants a été supprimé ou est compatible avec l'école).
  - Au 1er tour, les joueurs disposant de cartes **rouges** s'installent en cercle (en regardant vers l'extérieur) et lisent à haute voix ce qui est écrit sur leurs cartes. Ils gardent leurs cartes visibles à tout moment.
  - Au 2ème tour, les joueurs disposant de cartes **vertes** se déplacent autour du cercle rouge, ils s'y déplacent librement jusqu'à qu'ils trouvent leur partenaire rouge. Les joueurs rouges donnent aussi leur avis sur le choix des joueurs verts. Les joueurs verts forment un 2ème cercle à l'extérieur du cercle rouge : chaque paire (rouge-vert) formée est alignée.
    ►On aboutit à la formation de deux cercles (rouges, vert) et de duos de joueurs faisant correspondre pour chacun : un problème, une solution/amélioration

1 *Source : Iqbal, l'enfant qui n'avait pas peur | UNICEF France. (s. d.). Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse https://my.unicef.fr/contenu/iqbal-lenfant-qui-navait-pas-peur*

NOTIONS	CERCLE VICIEUX	SOLUTION : CERCLE VERTUEUX
La santé des enfants	**Les enfants qui travaillent réalisent souvent des tâches fatigantes qui peuvent nuire à leur santé. Les pires formes de travail* peuvent même être dangereuses pour les enfants.**	**En allant à l'école au lieu de travailler, les enfants ne sont plus exposés aux conditions qui peuvent nuire à leur santé. Si les enfants travaillent, il ne faut pas que le travail soit dangereux pour eux.**
Des tâches minutieuses	**Certaines tâches minutieuses sont plus facilement faites par des enfants que par des adultes, car les enfants sont plus petits.**	**Aider financièrement les entreprises pour qu'elles inventent de nouvelles technologies pour réaliser les tâches minutieuses : les machines effectuent ces tâches à la place des enfants.**
Le travail forcé	**Pour différentes raisons, les enfants peuvent être forcés à travailler, comme Iqbal.**	**Les employeurs savent qu'il est interdit de forcer un enfant à travailler, leur rappeler les sanctions s'ils ne connaissent pas les lois.**
Les enfants orphelins	**Beaucoup d'enfants se retrouvent orphelins et doivent travailler pour se nourrir.**	**Accueillir les enfants orphelins dans des familles ou centres d'accueil pour qu'ils soient entourés d'adultes qui peuvent les soutenir pour éviter qu'ils soient obligés de travailler.**
Les lois interdisant le travail des enfants	**Le travail des enfants est interdit mais comme beaucoup d'enfants travaillent, les lois ne sont pas appliquées.**	**Faire appliquer les lois contre le travail des enfants, en faisant payer des amendes par exemple, pour que les lois soient respectées.**
Les aides financières	**Quand les familles sont très pauvres, les parents n'ont parfois pas d'autre choix que de faire travailler leurs enfants.**	**Grâce à une solidarité communautaire ou par une aide financière exceptionnelle, les parents peuvent envoyer leurs enfants à l'école malgré leur pauvreté.**
Le marché du travail : la concurrence avec les adultes	**Les employeurs font travailler les enfants car ils les paient moins chers que les adultes.**	**Les places de travail disponibles sont données en priorité aux adultes : il ne reste plus de travail pour les enfants.**
La norme culturelle	**Le travail des enfants semble normal : il est plus important de gagner de l'argent que d'aller à l'école.**	**Rendre l'école obligatoire et accessible aux enfants issus de familles pauvres pour qu'aller à l'école soit normal.**
De génération en génération	**Parfois, les parents mettent leurs enfants au travail tout comme leurs parents ont fait avec eux parce qu'ils ne sont pas allés eux-mêmes à l'école.**	**Permettre aussi aux adultes d'apprendre à lire et écrire pour leur donner envie d'envoyer leurs enfants à l'école plutôt qu'au travail.**
L'éducation des filles	**Les filles ont souvent plus de responsabilité à la maison que les garçons. Envoyer les garçons à l'école semble plus important que d'envoyer les filles à l'école.**	**Convaincre les parents que l'éducation des filles est aussi importante que l'éducation des garçons.**

Pour récapituler l'idée de cercle vicieux :
Souvent, les enfants qui travaillent ne peuvent pas aller à l'école. Ils peuvent parfois : être victimes de maltraitance, être exposés aux dangers (souvent liés au travail forcé), ne pas être soignés, ou éloignés de leur famille. Mais s'ils ne vont pas travailler, la survie de leur famille est remise en question car le travail des enfants est souvent la seule source de revenus.

Pour récapituler l'idée du cercle vertueux :
Quand le travail des enfants a été supprimé ou est compatible avec l'école, alors la société trouve un nouvel équilibre social/humain et économique qui permet aux familles de miser sur l'avenir en envoyant leurs enfants à l'école notamment.

** Les pires formes de travail : les enfants assujettis à la servitude pour dettes, aux travaux forcés, à l'enrôlement dans des groupes armés, à la traite en vue de leur exploitation sexuelle ou au recrutement pour des activités illicites comme le trafic des stupéfiants.*

MOIS 1 : ÊTRE ET VIVRE ENSEMBLE
THEME : OBJECTIFS DE DEVELOPPEMENT DURABLE

OBJECTIFS :
- Connaitre les 17 Objectifs de Développement Durable (ODD) à atteindre en 2030
- Devenir acteur dans la réalisation de ces ODD

MOIS 1 : ATELIER 6/6
DURÉE : 3H

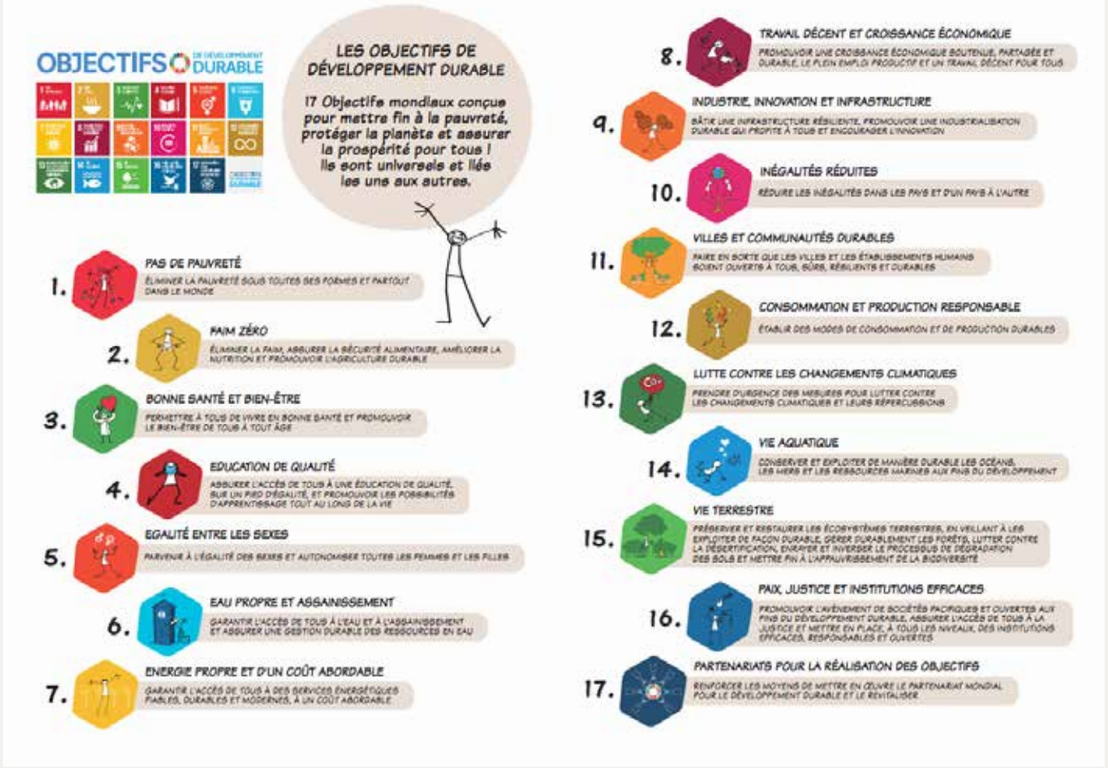
ETAPES	METHODOLOGIE	DUREE
1) Feuille de présence	Recueillir la signature de tous les participants	5 min
2) Accueil par un jeu d'intégration : « Jeu des mains tendues »	L'animateur se place au centre de la salle et tend une main en proposant une valeur du parcours, puis tend l'autre main et propose un autre thème. Un adolescent qui apprécie l'un des deux thèmes se raccroche à la main tendue et propose à son tour un thème qui lui plaît et ainsi de suite. A la fin du jeu, tous ont les mains tendues et forment une chaîne humaine.	15 min
3) Rappel du dernier atelier	Les volontaires sont invités à présenter le dernier atelier sur *les droits de l'enfant et le travail des enfants*.	5 min
4) Choisir le leader du jour	Choisir le leader du jour de façon aléatoire parmi les participants. Le leader change à chaque session, alternant garçon et fille.	5 min
5) Thématique « Découvrir les Objectifs de Développement Durable »	L'animateur présente brièvement le but des Objectifs de Développement Durable en donnant pour exemples 2 ou 3 objectifs ***(annexe 1)***. Puis, il explique les règles du jeu de l'oie : c'est un jeu coopératif, le groupe gagnera si toutes les équipes atteignent la case 2030 en moins de 1h30 ***(annexe 3)***. Pour répliquer, l'animateur peut imprimer le plateau sur une bâche https://go-goals.org/fr/materiel-a-disposition/ (ou en portugais https://go-goals.org/pt-pt/faz-o-download-aqui/) ou créer le jeu grandeur nature (1 feuille de papier pour chaque case). L'animateur peut utiliser les cartes vierges pour créer des questions propres aux problématiques de son pays.	1h45
6) Exercice pratique « Atelier créatif ODD et Droits de l'enfant »	L'animateur affiche les 17 objectifs ***(annexe 1)*** et distribue un objectif par équipe (Education, genre, faim zéro, pauvreté, etc.) et une contrainte ***(annexe 2)***. Chaque équipe a 20 minutes pour préparer une improvisation sur l'objectif reçu. L'improvisation doit être courte : 2 minutes maximum. Les animateurs peuvent aider les équipes dans la préparation. Puis chaque équipe réalise son improvisation et les autres équipes doivent deviner de quel ODD il s'agit. **Pour aller plus loin** : les adolescents créent une affiche sur un ODD de leur choix, en lien avec un droit de l'enfant, par équipe. Ce peut être une affiche de sensibilisation ou une affiche présentant leur réflexion sur les étapes à suivre pour atteindre cette ODD. Après 25 minutes, chaque équipe épingle son affiche et les équipes déambulent pour regarder toutes les productions.	30 min
7) Evaluation de la session	Chaque adolescent est invité à donner ses impressions sur la session, ce qu'il a appris, ce qui a été important et comment améliorer. Les animateurs partagent également ce qu'ils ont aimé et moins aimé.	10 min
8) Présentation du prochain atelier	Présentation par l'animateur du prochain mois sur l'adolescence. L'animateur invite tous les participants à se saluer avant de partir.	5 min

Matériel nécessaire :
- Du papier ou un cahier, un stylo pour chaque participant
- Des feuilles A3 et des marqueurs, du scotch ou de la Patafix

Documents supplémentaires :
- La feuille de présence
- Les Objectifs de Développement Durable ***(annexe 1)***
- Exemple de contraintes pour l'improvisation ***(annexe 2)***
- Jeu de l'oie sur les Objectifs du Développement Durable ***(annexe 3)***

ANNEXE 1 :
LES OBJECTIFS DE DÉVELOPPEMENT DURABLE[1]

Les Objectifs de développement durable (ODD) est un programme mondial adopté lors du Sommet des Nations Unies sur le développement durable en septembre 2015.
Les thèmes peuvent être divisés en quatre dimensions principales :
- **Social** : lié aux besoins humains, à la santé, à l'éducation, à l'amélioration de la qualité de vie et à la justice.
- **Environnement** : traite de la préservation et la conservation de l'environnement, avec des actions allant de la la protection des forêts et de la biodiversité, lutte contre la désertification, l'utilisation durable des océans et des ressources marines à l'adoption de mesures efficaces contre le changement climatique.
- **Économique** : traite de l'utilisation et de l'épuisement des ressources naturelles, de la production de déchets, de la consommation d'énergie, entre autres.
- **Institutionnel** : fait référence aux capacités de mise en œuvre de l'ODD



1 *Source : Matériel à disposition | Objectifs planète durable. Jeu de plateau sur les ODD. (s. d.). Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse https://go-goals.org/fr/materiel-a-disposition/*

ANNEXE 2 :
EXEMPLES DE CONTRAINTES POUR L'IMPROVISATION

Mime : les personnes n'ont pas le droit de parler mais peuvent faire du bruit avec leur corps ou utiliser des cartons.

Tableau vivant : les scènes sont jouées selon une succession de plans arrêtés (personnes qui se figent) et une personne conte la scène en parallèle.

Spot de pub : tout comme la publicité, le but est de faire passer un message commercial avec la volonté de vendre un produit (ici la réalisation d'un ODD) pendant un temps très court.

Marionnette : à l'aide de chaussettes détournées ou de marionnettes existantes,

Abécédaire (inversé ou non) : la première réplique commence par « A », la seconde par « B » jusqu'à la fin de la scène

Zone d'humeur : l'animateur délimite différentes zones auxquelles il associe une humeur (joie, tristesse, colère, peur, désir, etc.). En se déplaçant d'une zone à l'autre, les adolescents doivent adopter l'humeur adéquate.

ANNEXE 3 :
JEU DE L'OIE LES OBJECTIFS DE DÉVELOPPEMENT[1]

1 Source : Matériel à disposition | Objectifs planète durable. Jeu de plateau sur les ODS. (s. d.). Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse https://go-goals.org/fr/materiel-a-disposition/

Jeu de questions 1/5

10 INÉGALITÉS RÉDUITES

Pour lutter contre la pauvreté le mieux est de :

a) Continuer sa vie et ignorer le problème
b) Partager plus équitablement les richesses du monde
c) Empêcher les étrangers de venir dans notre pays

11 VILLES ET COMMUNAUTÉS DURABLES

Combien de personnes dans les pays en développement vivent dans des bidonvilles ?

a) 30%
b) 55%
c) 80%

12 CONSOMMATION ET PRODUCTION RESPONSABLE

Affirmation : Il y a énormément de poissons dans l'océan

a) C'est vrai et je peux en manger autant que je veux !
b) C'est faux, il y en a de moins en moins à cause de la surpêche, de la pollution et du réchauffement climatique

13 LUTTE CONTRE LES CHANGEMENTS CLIMATIQUES

Qu'est-ce que l'énergie renouvelable ?

a) Une nouvelle marque de boissons énergisantes
b) De l'énergie générée grâce à des ressources naturelles, comme le vent et les rayons solaires
c) Une énergie dont on renouvelle l'abonnement tous les mois

14 VIE AQUATIQUE

Lequel des éléments suivants contribue à la pollution marine ?

a) Les méduses et les crabes
b) Les déchets sur les plages
c) Les algues

15 VIE TERRESTRE

Nous devons protéger nos forêts pour combattre le changement climatique, parce que :

a) Les forêts sont des lieux de promenades
b) Les arbres produisent de l'oxygène
c) On a besoin de bois pour la construction

16 PAIX, JUSTICE ET INSTITUTIONS EFFICACES

Lequel des systèmes politiques suivants est une démocratie ?

a) Un pays dirigé par un groupe de personnes éduquées et riches
b) Un pays dirigé par des représentants élus par les habitants
c) Un pays dirigé seulement par des femmes

17 PARTENARIATS POUR LA RÉALISATION DES OBJECTIFS

On parle de partenariat lorsque :

a) Tu joues au papa et à la maman avec des amis
b) Les gens se mettent ensemble pour atteindre un objectif
c) Deux écoliers mangent à la même table à la cantine chaque jour

OBJECTIFS DE DÉVELOPPEMENT DURABLE

Jeu de questions 2/5

1 PAS DE PAUVRETÉ

Le nombre de personnes vivant sous le seuil de pauvreté a-t-il diminué ces 25 dernières années ?

a) Non, 1 milliard de personnes vivent actuellement sous le seuil de pauvreté
b) Oui, 1 milliard de personnes ont été sorties de cette situation

2 FAIM ZÉRO

Vrai ou faux ? le nombre de personnes qui meurent de faim dans le monde diminue.

a) Vrai
b) Faux

3 BONNE SANTÉ ET BIEN-ÊTRE

Choisis deux choses qui aideraient à sauver la vie d'un enfant âgé de moins de 5 ans :

a) De la nourriture nutritive
b) Un téléphone portable
c) De l'eau propre et potable
d) Des sodas

4 EDUCATION DE QUALITÉ

Vrai ou faux ? Dans le monde, il y a moins de filles que de garçons qui vont à l'école.

a) Faux
b) Vrai

5 EGALITÉ ENTRE LES SEXES

Quel pays a été le premier au monde à donner aux femmes le droit de vote et d'être candidate ?

a) La France
b) Les Etats-Unis
c) La Finlande

6 EAU PROPRE ET ASSAINISSEMENT

L'eau potable est :

a) De l'eau que l'on peut boire sans risque
b) De l'eau que l'on trouve dans les pots de fleurs
c) De l'eau qui a l'air propre

7 ENERGIE PROPRE ET D'UN COÛT ABORDABLE

Que signifie « l'efficacité énergétique » ?

a) Lorsque la lumière d'une lampe est très vive
b) Lorsque l'on peut utiliser l'électricité sans s'inquiéter de sa consommation
c) Un appareil ou un bâtiment qui utilise relativement peu d'énergie pour fonctionner

8 TRAVAIL DÉCENT ET CROISSANCE ÉCONOMIQUE

Si tu as un travail, est-ce que cela veut dire que tu es à l'abri de la pauvreté ?

a) Oui, parce que tu travailles pour gagner de l'argent
b) Non, il est possible d'avoir un travail et d'être pauvre (1 travailleur sur 7 dans le monde vit en dessous du seuil de pauvreté)

9 INDUSTRIE, INNOVATION ET INFRASTRUCTURE

Vrai ou faux ? tout le monde à accès à internet ?

a) Vrai
b) Faux

10 INÉGALITÉS RÉDUITES

Vrai ou faux ? au cours des 25 dernières années, le nombre de personnes vivant dans une pauvreté extrême n'a pas diminué ?

a) Vrai
b) Faux, depuis 1990, le nombre de personnes vivant dans une pauvreté extrême a diminué de moitié

11 VILLES ET COMMUNAUTÉS DURABLES

Des solutions pour économiser l'énergie et protéger la planète existent déjà. Laquelle n'existe pas ?

a) Les vélos
b) Les bus électriques
c) Les voitures volantes

12 CONSOMMATION ET PRODUCTION RESPONSABLE

Combien de nourriture est gaspillée chaque jour dans le monde ?

a) Aucune, tout est consommé et certaines personnes n'ont pas à manger
b) Un tiers de la production
c) Très peu, car les gens font de plus en plus attention

13 LUTTE CONTRE LES CHANGEMENTS CLIMATIQUES

Laquelle de ces affirmations est correcte ?

a) Le climat ne se réchauffe pas, la preuve, il faisait très froid l'hiver dernier
b) Il y a encore de la banquise et de la neige en hiver, donc le réchauffement climatique n'existe pas
c) Le réchauffement climatique est en cours et va engendrer plus d'inondations et de grosses tempêtes

14 VIE AQUATIQUE

Qu'est-ce que la surpêche ?

a) Manger trop de poissons et en être malade
b) Lorsque trop de poissons sont pêchés et qu'ils ne se reproduisent pas assez vite pour renouveler leur population
c) Trop nourrir les poissons pour les engraisser

15 VIE TERRESTRE

L'extinction de certaines espèces est due :

a) Aux activités humaines
b) Aux animaux qui se dévorent entre eux
c) Aux ondes produites par Internet

16 PAIX, JUSTICE ET INSTITUTIONS EFFICACES

Qu'est-ce qu'un enfant soldat ?

a) Un enfant qui joue à la guerre avec d'autres enfants
b) Un enfant enrôlé dans un groupe armé
c) Un enfant dont le père ou la mère est dans l'armée

17 PARTENARIATS POUR LA RÉALISATION DES OBJECTIFS

En quoi le commerce équitable contribue-t-il aux ODD ?

a) Il offre de meilleures conditions aux producteurs et aux travailleurs
b) Il augmente le profit des industries
c) Il encourage les producteurs à faire travailler des enfants

OBJECTIFS DE DÉVELOPPEMENT DURABLE

1 PAS DE PAUVRETÉ

Combien de personnes dans le monde vivent dans une situation de pauvreté extrême ?

a) Environ 800 personnes
b) Environ 8 000 personnes
c) Environ 800 millions de personnes

2 FAIM ZÉRO

Combien de personnes dans le monde ne mangent pas assez pour être en bonne santé ?

a) Presque 90 personnes
b) Presque 9 000 personnes
c) Presque 900 millions de personnes

3 BONNE SANTÉ ET BIEN-ÊTRE

Qu'est-ce qui est le mieux pour un bébé qui vient de naître ?

a) Boire de la limonade
b) Boire du jus d'orange
c) Etre allaité par sa maman
d) Boire du lait en poudre

4 EDUCATION DE QUALITÉ

L'éducation...

a) Tempêchera de trouver un travail
b) Taidera à trouver du travail et à améliorer tes conditions de vie
c) Est utile uniquement pour les enfants très intelligents

5 EGALITÉ ENTRE LES SEXES

Combien de pays dans le monde ont une femme comme président ou chef d'Etat ?

a) 5
b) 20
c) 100

6 EAU PROPRE ET ASSAINISSEMENT

Où part la majorité des eaux usées (sales) provenant des activités humaines ?

a) Elles sont traitées et recyclées
b) Elles sont conservées en lieu sûr
c) Elles sont déversées dans les rivières ou les mers sans avoir été traitées

7 ENERGIE PROPRE ET D'UN COÛT ABORDABLE

Le réchauffement climatique est dû à la présence dans l'atmosphère de trop de gaz. Lequel ?

a) L'ozone
b) Le carbone
c) L'essence

8 TRAVAIL DÉCENT ET CROISSANCE ÉCONOMIQUE

Qu'est-ce que « croissance économique » signifie ?

a) Tu économises plus d'argent chaque mois
b) Les prix augmentent
c) Une augmentation de la valeur des biens et services produits par un pays

9 INDUSTRIE, INNOVATION ET INFRASTRUCTURE

Vrai ou faux ? tout le monde a accès à l'électricité ?

a) Vrai
b) Faux, environ 1/3 de la population n'a pas l'électricité

10 INÉGALITÉS RÉDUITES

A l'école :

a) Les filles doivent apprendre la couture et la cuisine
b) Les garçons doivent apprendre les sciences et la technologie
c) Les filles et les garçons doivent recevoir le même enseignement

11 VILLES ET COMMUNAUTÉS DURABLES

Qu'est-ce qu'une énergie renouvelable ?

a) Une énergie qui provient de ressources naturelles et qui ne s'épuise jamais
b) Une énergie venant de l'espace
c) Une forme d'énergie utilisée par les pharaons de l'ancienne Egypte

12 CONSOMMATION ET PRODUCTION RESPONSABLE

L'industrie pétrolière est celle qui rejette le plus de gaz à effet de serre qui réchauffe l'atmosphère. Laquelle vient en second ?

a) L'industrie du charbon
b) L'industrie textile (vêtements)
c) L'industrie du téléphone portable

13 LUTTE CONTRE LES CHANGEMENTS CLIMATIQUES

Les pays devraient s'assurer qu'ils utilisent plus :

a) De charbon et de pétrole pour produire de l'énergie
b) D'énergie solaire, éolienne (vent) et celle des vagues
c) D'énergie nucléaire

14 VIE AQUATIQUE

Quel pourcentage des espèces marines avons-nous identifié ?

a) Environ 5%
b) Environ 50%
c) Plus de 80%

15 VIE TERRESTRE

Le terme « biodiversité » signifie :

a) Les variétés de produits sains qu'on trouve dans les supermarchés
b) Le nombre de planètes sur lesquelles les humains pourraient vivre
c) La diversité d'animaux et de plantes vivant sur notre planète

16 PAIX, JUSTICE ET INSTITUTIONS EFFICACES

Un casque bleu est :

a) Un soldat qui travaille pour les Nations Unies afin de protéger la paix
b) Un pompier dans la marine
c) Un enfant soldat

17 PARTENARIATS POUR LA RÉALISATION DES OBJECTIFS

Qu'est-ce qui rend la communication entre les partenaires plus simple ?

a) Les pigeons voyageurs
b) Internet
c) Les messages dans les bouteilles

OBJECTIFS DE DÉVELOPPEMENT DURABLE

1 PAS DE PAUVRETÉ

La majeure partie des personnes vivant sous le seuil de pauvreté vivent en :

a) Europe
b) Amérique du Nord et du Sud
c) Afrique et Asie

2 FAIM ZÉRO

Laquelle de ces affirmations est-elle vraie ?

a) Tu as besoin d'au moins un soda par jour pour rester en bonne santé
b) Il y a assez de nourriture pour nourrir le monde
c) Il est possible de rester en bonne santé sans manger de fruits et de légumes

3 BONNE SANTÉ ET BIEN-ÊTRE

Combien de temps un enfant entre 5 et 17 ans devrait faire du sport chaque jour ?

a) 60 minutes
b) 30 minutes
c) Il n'est pas nécessaire de faire du sport tous les jours

4 EDUCATION DE QUALITÉ

Une éducation de qualité contribue à :

a) Une meilleure santé
b) Moins de pauvreté
c) Les deux

5 EGALITÉ ENTRE LES SEXES

Qui devrait faire la cuisine et le ménage dans un foyer ?

a) Les hommes
b) Les femmes
c) Tout le monde doit aider !

6 EAU PROPRE ET ASSAINISSEMENT

Laquelle de ces affirmations est-elle correcte ?

a) Plus de gens ont un téléphone portable qu'ils n'ont de toilettes
b) La plupart des gens ont des toilettes mais n'ont pas les moyens de s'acheter un téléphone portable
c) Tout le monde a un téléphone portable et des toilettes

7 ENERGIE PROPRE ET D'UN COÛT ABORDABLE

Certaines énergies sont renouvelables, pourquoi ?

a) Parce qu'elles ne polluent pas
b) Parce qu'elles sont nouvelles
c) Parce qu'elles peuvent être reconstituées par la nature rapidement

8 TRAVAIL DÉCENT ET CROISSANCE ÉCONOMIQUE

Combien de personnes sont au chômage dans le monde ?

a) 2 millions
b) 20 millions
c) 200 millions

(1 personnes sur 40 à l'échelle du monde)

9 INDUSTRIE, INNOVATION ET INFRASTRUCTURE

Laquelle de ces innovations est la meilleure afin de combattre le changement climatique :

a) La voiture électrique
b) La voiture diesel
c) La voiture essence

Jeu de questions 4/5

10 INÉGALITÉS RÉDUITES

Afin de réduire les inégalités en terme de santé, tous les enfants devraient avoir accès à :

a) De l'eau potable
b) Des soins médicaux
c) Des vaccins
d) Toutes ces réponses

11 VILLES ET COMMUNAUTÉS DURABLES

Quelle région du monde connaît l'urbanisation la plus rapide ?

a) L'Europe
b) Les Etats-Unis
c) Les pays en développement

12 CONSOMMATION ET PRODUCTION RESPONSABLE

Les sacs plastiques sont un gros problème pour notre environnement. Quel pays a été le premier à les interdire ?

a) La Suède
b) La Russie
c) Le Rwanda

13 LUTTE CONTRE LES CHANGEMENTS CLIMATIQUES

Qui doit prendre soin de la planète ?

a) Les scientifiques
b) Les stars et les personnes célèbres
c) Le gouvernement
d) Tout le monde

14 VIE AQUATIQUE

Vrai ou faux ?
Si nous ne changeons pas nos habitudes, d'ici à 2050, il y aura plus de sacs en plastique dans les océans que de poissons ?

a) Vrai
b) Faux

15 VIE TERRESTRE

Globalement, les forêts sont :

a) De plus en plus vastes, il y a des arbres partout
b) Replantées au fur et à mesure qu'elles sont coupées
c) En train de disparaître, environ la moitié de toutes les forêts ont déjà disparu

16 PAIX, JUSTICE ET INSTITUTIONS EFFICACES

Qu'est-ce qu'un camp de réfugiés ?

a) Une colonie de vacances dans les montagnes
b) Un camp de protection pour les personnes qui fuient leur pays
c) Un camp militaire

17 PARTENARIATS POUR LA RÉALISATION DES OBJECTIFS

De quoi a-t-on besoin afin que les 17 Objectifs de développement durables soient atteints ?

a) L'implication de tous les pays
b) Que les pays en développement mènent le changement
c) Que les pays développés mènent le changement

OBJECTIFS DE DÉVELOPPEMENT DURABLE

Jeu de questions 5/5

1 PAS DE PAUVRETÉ

En 1990, près de 4 personnes sur 10 (38%) étaient extrêmement pauvres. Combien de personnes le sont maintenant ?

a) 1 sur 10
b) 3 sur 10
c) 5 sur 10

2 FAIM ZÉRO

Qu'est-ce que la malnutrition ?

a) Lorsque tu ne manges pas trois repas par jour
b) Lorsque tu ne manges pas de viande tous les jours
c) Lorsque tu ne manges pas assez de nourriture saine pendant une longue période

3 BONNE SANTÉ ET BIEN-ÊTRE

Lequel de ces insectes est responsable du paludisme ?

a) Les moustiques
b) Les libellules
c) Les vers luisants

4 EDUCATION DE QUALITÉ

Combien d'adultes savent lire et écrire dans le monde ?

a) 8 sur 10
b) 6 sur 10
c) 3 sur 10

5 EGALITÉ ENTRE LES SEXES

Quel est le pourcentage de chercheurs féminins dans les domaines scientifiques et technologiques ?

a) 50%
b) 30%
c) 70%

6 EAU PROPRE ET ASSAINISSEMENT

Quel est le pourcentage d'eau potable dans le monde ?

a) Seulement 3%
b) La moitié de l'eau, soit 50%
c) Presque toute l'eau, 97%

7 ENERGIE PROPRE ET D'UN COÛT ABORDABLE

Laquelle de ces énergies est renouvelable ?

a) Le pétrole
b) L'essence
c) La lumière du soleil

8 TRAVAIL DÉCENT ET CROISSANCE ÉCONOMIQUE

Vrai ou faux ? tous les adultes mettent leur argent dans une banque ?

a) Vrai
b) Faux, 40% des personnes dans le monde n'ont pas de compte bancaire

9 INDUSTRIE, INNOVATION ET INFRASTRUCTURE

Qu'est ce qui est le plus important pour une bonne éducation ?

a) Des écoles propres, des enseignants, du matériel comme des livres et des cahiers
b) Des aires de jeux et des goûters au chocolat
c) Des enseignants qui possèdent des téléphones portables

10 INÉGALITÉS RÉDUITES

Nous pouvons combattre les inégalités en :

a) Améliorant l'accès à l'éducation pour tous
b) En habillant tout le monde de la même façon
c) En demandant à tous de regarder les mêmes programmes à la télé

11 VILLES ET COMMUNAUTÉS DURABLES

En 2030, quel pourcentage de la population mondiale vivra dans des villes ?

a) 60%
b) 100%
c) 20%

12 CONSOMMATION ET PRODUCTION RESPONSABLE

Pourquoi les abeilles sont importantes pour nous ?

a) Elles aident les plantes à pousser et produire de la nourriture
b) Elles font du miel
c) Elles mangent d'autres insectes

13 LUTTE CONTRE LES CHANGEMENTS CLIMATIQUES

En 2015, dans quelle ville les chefs d'Etats ont-ils adopté un plan pour le climat ?

a) Paris (l'accord de Paris)
b) Londres (l'accord de Big Ben)
c) New York (l'accord de Manhattan)

14 VIE AQUATIQUE

Les sacs en plastiques sont dangereux pour les tortues parce que parfois elles pensent que ce sont :

a) De la nourriture
b) Un jouet
c) Un coquillage

15 VIE TERRESTRE

Les arbres sont essentiels car :

a) Ils sont un habitat pour la faune et la flore
b) On peut y grimper
c) Le plastique est produit à partir des arbres

16 PAIX, JUSTICE ET INSTITUTIONS EFFICACES

Qu'est-ce qu'un enfant déplacé ?

a) Un enfant qui part en vacances
b) Un enfant qui doit fuir sa maison à cause d'un conflit armé
c) Lorsqu'un enfant passe la nuit chez un copain

17 PARTENARIATS POUR LA RÉALISATION DES OBJECTIFS

Qui devrait être impliqué dans un partenariat afin d'atteindre les 17 Objectifs ?

a) Les citoyens
b) Les gouvernements
c) Les entreprises
d) Toutes ces réponses

OBJECTIFS DE DÉVELOPPEMENT DURABLE

Mon adolescence

MOIS 2

MOIS 2 : MON ADOLESCENCE
THÈME : QU'EST-CE QUE L'ADOLESCENCE ?

OBJECTIFS :
- Comprendre les principaux changements physiques et mentaux chez les filles et chez les garçons liés à la puberté
- Analyser les changements sociaux qui affectent les filles et les garçons pendant l'adolescence (préparation à la notion de genre)
- Prendre conscience de ce qu'est l'adolescence

MOIS 2 : ATELIER 1/9
DURÉE : 3H

ETAPES	METHODOLOGIE	DUREE
1) Feuille de présence	Recueillir la signature de tous les participants	5 min
2) Accueil par un jeu d'intégration : « Les peurs dans le chapeau »	Distribuer à chaque participant une feuille et de quoi écrire. Chacun note anonymement une peur/une difficulté qu'il a vis-à-vis de l'adolescence. Il s'agit d'être le plus honnête possible sans pouvoir être reconnu. Mettre tous les papiers dans un chapeau ou un récipient creux. Chaque jeune tire un papier et le lit au groupe. Il peut développer avec ses propres mots ce que, selon lui, la personne a voulu exprimer. Les autres ne réagissent pas. Lorsque tout a été lu, on échange : quelles sont les peurs partagées par beaucoup ? Quels sont les ressentis par rapport au jeu ?	20 min
3) Rappel du dernier atelier	Les volontaires sont invités à présenter le dernier atelier sur les *objectifs de Développement Durable*.	10 min
4) Choisir le leader du jour	Choisir le leader du jour de façon aléatoire parmi les participants. Le leader change à chaque session, alternant garçon et fille.	5 min
5) Thématique « L'adolescence » **« Les changements corporels »**	L'animateur a préparé 4 tables, sur chaque table est affichée une question : • Qu'est-ce que l'adolescence ? • Est-on bien préparé aux changements de l'adolescence ? • Quels sont les changements dans mes relations amicales et scolaires ? • Quels sont les changements dans mes relations familiales ? Parlez- vous de vos problèmes avec votre famille ? Les participants se répartissent par sexe autour des tables (4 équipes) puis ont 5-10 minutes pour échanger et écrire ce qu'ils en pensent, puis changent de tables. Lorsqu'ils arrivent sur la 4ème table, ils font une synthèse des réponses pour la présenter en grand groupe (2 minutes par groupe). Les équipes s'installent de nouveau autour des tables (une équipe par table). Par équipe, les adolescents réfléchissent ensemble aux conséquences de la puberté sur leur propre corps : au niveau physique ainsi qu'au niveau émotionnel et psychologique. Ensuite, pour compléter la réflexion, l'animateur distribue les fiches d'information sur la puberté féminine ***(annexe 2)*** aux groupes d'adolescentes et sur la puberté masculine ***(annexe 3)*** aux groupes d'adolescents. Chaque groupe doit créer un support de communication sur la puberté destiné aux plus jeunes, n'ayant pas encore atteint l'âge de la puberté. Ce matériel peut être réalisé sous forme d'affiche, de livre, de chanson, de lettre, d'article, etc. L'animateur encourage la créativité en mettant à disposition des feutres, crayons, feuilles A3 ou A4, etc. L'animateur aide les groupes à rectifier ou compléter les informations incorrectes ou manquantes. Chaque groupe désigne un porte-parole pour présenter en grand groupe. L'animateur invite les adolescents à utiliser leur production pour des activités multiplicatrices.	40 min 45 min
6) Exercice pratique « Les changements corporels »	L'animateur reproduit le tableau sur les changements sociaux affectant les jeunes ***(annexe 5)*** sur une feuille de papier géant. Il lit à voix haute chaque changement et laisse les adolescents s'exprimer pour identifier s'il s'agit d'un changement affectant plutôt les filles ou plutôt les garçons et pourquoi. Finaliser la session par un débat autour des questions suivantes : • Que remarquez-vous dans les changements qui affectent les garçons ? • Que remarquez-vous dans les changements qui affectent les filles ? • Que pourrait faire la société pour favoriser une meilleure approche de l'adolescence ?	20 min 20 min
7) Evaluation de la session	Chaque adolescent est invité à donner ses impressions sur la session, ce qu'il a appris, ce qui a été important et comment amélioré (bilan qui peut être réalisé à l'oral ou à l'écrit). Les animateurs partagent également ce qu'ils ont aimé et moins aimé.	10 min
8) Présentation du prochain atelier	L'animateur présente le prochain atelier sur *la relation avec les parents* et invite les participants à se saluer avant de se quitter.	5 min

Matériel nécessaire :
- Un chapeau ou récipient creux
- Des papiers géants et des marqueurs, du scotch
- Des crayons de couleurs, feutres, colles, ciseaux

Documents supplémentaires :
- La feuille de présence
- Définition de l'adolescence ***(annexe 1)***
- Fiche information sur la puberté féminine ***(annexe 2)***
- Fiche information sur la puberté masculine ***(annexe 3)***
- Les changements mentaux à l'adolescence ***(annexe 4)***
- Les changements sociaux à l'adolescence ***(annexe 5)***

ANNEXE 1 : DÉFINITION DE L'ADOLESCENCE

L'adolescence, (du latin *adolescere* : «grandir»), est une phase du développement humain physique et mental qui survient généralement entre la puberté et l'âge adulte légal et suit la phase de l›enfance.
Elle comporte des modifications morphologiques, impressionnantes aussi bien pour l'entourage que pour l'adolescent, et de fait celui-ci se trouve confronté à une double question :

- Qui est ce nouvel individu pour moi (renvoyant ici essentiellement à la sphère psychique : L'adolescent ne se reconnaît plus) ?
- Qui est ce nouvel individu pour les autres (renvoyant là plus à l'organisation sociale, avec de plus la difficulté de se faire identifier dans deux groupes différents, celui de ses pairs et celui des adultes dont le regard est fondamentalement différent) ?

- A l'adolescence, tout change - ou beaucoup de choses, au niveau physique comme psychologique. Cette période peut être difficile pour le jeune, comme pour les parents.
- Il importe peu de se développer plus vite ou plus lentement que les camarades. Le corps changera lorsqu'il sera prêt et personne ne peut changer son rythme.

Certaines filles et certains garçons peuvent se développer beaucoup plus tard ou plus tôt que les autres, tout en restant parfaitement normaux et en bonne santé.

La puberté désigne le passage de l'enfance à l'adolescence. Cela correspond à d'importants changements physiques, psychologiques et émotionnels qui permettront à une fille ou à un garçon de procréer, d'aimer en dehors de leur famille et de prendre leur place en tant qu'adulte dans la société.

Sherry, 18 ans, Ghana

« J'étais en sixième. Je ne sais pas si mes amies se sont développées tard ou si j'étais précoce mais je me suis sentie mal à l'aise quand mes seins ont poussé. J'ai entendu ma maman raconter qu'en son temps on utilisait un tapoli (un petit ustensile en bois pour écraser les piments) pour essayer de réduire la masse du sein. C'est ainsi que j'ai essayé – peut-être trois fois. Je trouvais ça assez drôle et évidemment, ça n'a pas marché. Mais maintenant, celles qui se moquaient de moi ont de plus gros seins que moi. »

ANNEXE 2 : FICHE INFORMATIONS SUR LA PUBERTÉ FÉMININE

Pour les filles, la puberté commence entre l'âge de 8 et 13 ans, environ deux ans plus tôt que pour les garçons. Elle se termine entre 16 et 17 ans, ou quand la croissance du squelette est terminée.

A quoi s'attendre ?
- Les seins commencent à bourgeonner, souvent d'un seul côté d'abord. Le développement complet prend environ deux ans.
- La pilosité pubienne apparaît, progressivement plus épaisse, plus drue et bouclée.
- À l'intérieur du corps de la fille, la surface du vagin s'épaissit et l'utérus et les ovaires grossissent.
- La première menstruation survient généralement deux à trois ans après le début du développement des seins. Les règles sont souvent irrégulières pendant les deux premières années.

- Des poils poussent sous les bras et la sueur prend une odeur de transpiration adulte.
- Le col de l'utérus commence à produire une glaire qui s'écoule par le vagin. Normale, cette glaire est le signe de changements naturels ayant trait à la fécondité et la menstruation.
- Les filles traversent aussi une période de croissance rapide, leur bassin et leurs hanches s'élargissent, les tissus adipeux (gras) s'épaississent et la peau devient plus grasse, favorisant l'apparition d'acné.

Comme pour les garçons, les intérêts et les sentiments des filles peuvent changer à la puberté. Durant les jours qui précèdent la menstruation, certaines d'entre elles peuvent ressentir des sentiments de joie, de tristesse, de sensibilité ou de colère, notamment.

La menstruation

La menstruation est naturelle et normale pour une fille ou une femme en bonne santé. Les premières règles peuvent marquer un événement heureux, surtout quand la fille sait à quoi s'attendre. Beaucoup vivent malheureusement l'arrivée de leurs premières règles dans l'inquiétude ou la peur parce que personne ne leur en a expliqué le sens ni la marche à suivre. Certains parents ne peuvent en parler à l'aise. Ou bien la fille a absorbé les messages culturels ou religieux qui associent la menstruation à l'impureté. Il s'agit pourtant d'une façon dont le corps se renouvelle et entretient sa fécondité.

La quantité du saignement — le flux menstruel — varie d'un jour et d'une personne à l'autre. Le flux peut être plus intense durant les premiers jours de la menstruation. Certaines filles et femmes ont des règles douloureuses (crampes abdominales, parfois fortes et accompagnées de nausées). Un anti-douleur peut être utile.

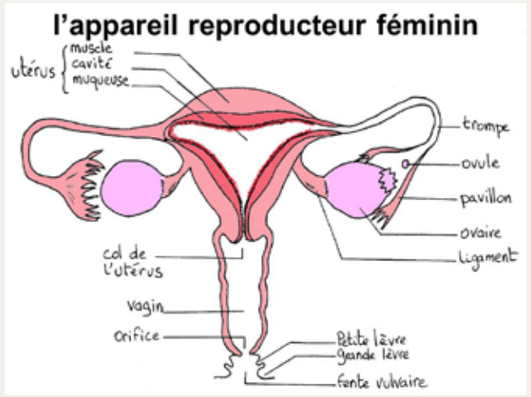
Un bain, ou la pose d'une bouteille en plastique ou d'une bouillotte remplie d'eau chaude sur le bas du ventre ou du dos aident parfois aussi. Quelques jours avant leurs règles, certaines filles et femmes ressentent différentes formes de gêne, telles que seins douloureux, constipation, fatigue, boutons et sentiments intenses

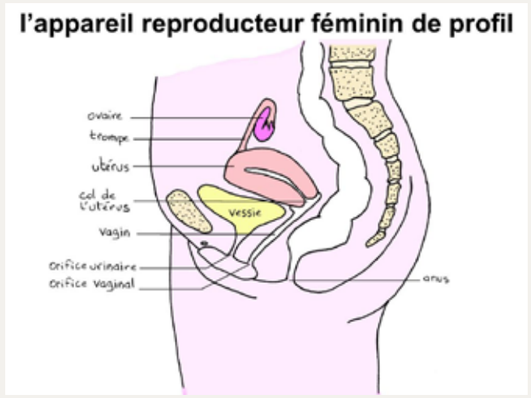
L'ovulation

Les ovaires (petites glandes en forme d'amande) libèrent chaque mois à tour de rôle un œuf ou ovule, environ deux semaines avant les règles. La libération de l'ovule s'appelle l'ovulation. L'ovule circule alors le long des trompes de Fallope jusqu'à l'utérus. S'il y a un rapport sexuel au moment de l'ovulation et qu'un spermatozoïde rencontre l'ovule, l'ovule peut être fécondé et la femme est alors enceinte. Si la fécondation n'a pas lieu, l'ovule et la muqueuse ne sont pas nécessaires. En l'espace de quelques jours, ils sont alors éliminés du corps par le vagin sous la forme d'un écoulement de liquide rougeâtre contenant du sang. Ce sont les règles. Elles marquent le début d'un nouveau cycle.

Quelle hygiène pendant les règles ?

Pendant la menstruation, la fille peut généralement poursuivre toutes ses activités ordinaires. Le bain est important et il convient de laver la vulve à l'eau et au savon doux pour en éliminer les résidus de sang. La manière dont les femmes absorbent leur flux menstruel varie suivant l'endroit. Beaucoup utilisent des serviettes hygiéniques pour absorber le sang. En certains endroits, elles achètent des serviettes jetables. En d'autres, elles emploient des serviettes réutilisables faites d'étoffes pliées, qu'il importe de bien laver à l'eau et au savon après chaque emploi. Il importe aussi de disposer d'un endroit privé (à domicile comme à l'école) où changer ou laver ses serviettes. Beaucoup de filles et de femmes utilisent des tampons, avec ou sans serviettes. Un tampon est une petite masse de coton (ou autre matière absorbante) de forme souvent semblable à celle d'un doigt, qui s'insère confortablement dans le vagin pour absorber le flux menstruel. Le tampon doit être remplacé au moins deux fois par jour. Laisser un tampon en place pendant plus d'un jour peut provoquer une infection grave et parfois mortelle. (L'insertion de tout objet impur dans le vagin peut causer une infection grave.)





plus difficiles à gérer que d'habitude. Ces symptômes ne se répètent pas nécessairement de mois en mois. Pour beaucoup, la gêne prémenstruelle et les crampes menstruelles tendent à diminuer quand elles font régulièrement de l'exercice tout au long du mois.

La menstruation est souvent source de questions et de difficultés pour les filles. Il peut être utile d'en parler à un prestataire de santé, à une parente ou à une amie.

ANNEXE 3 : FICHE INFORMATIONS SUR LA PUBERTÉ MASCULINE

Pour les garçons, la puberté commence entre l'âge de 10 et 13 ans, un an ou deux après les filles. Elle se termine généralement un peu avant ou après 20 ans, quand la croissance osseuse est terminée.

A quoi s'attendre ?

Comme les filles, les garçons peuvent voir changer leurs sentiments et leurs intérêts à la puberté. Des changements physiques surviennent aussi, généralement dans cet ordre :

- Les testicules et le pénis augmentent de volume.
- La pilosité pubienne apparaît, progressivement plus épaisse, plus drue et bouclée.
- La voix commence à muer, généralement de manière progressive mais parfois soudaine aussi.
- Environ un an après le grossissement des testicules, le garçon peut commencer à éjaculer (émettre un liquide blanc laiteux appelé sperme à travers le pénis).
- Des poils poussent sous les bras et la sueur prend une odeur de transpiration adulte.
- La pilosité faciale (moustache et barbe) apparaît.
- Les garçons traversent aussi une période de croissance rapide et de musculation. La peau devient plus grasse, favorable à l'apparition d'acné. Chez la moitié des garçons environ, les seins grossissent temporairement, mais cela disparaît après un an ou deux.

D'où viennent les érections ?

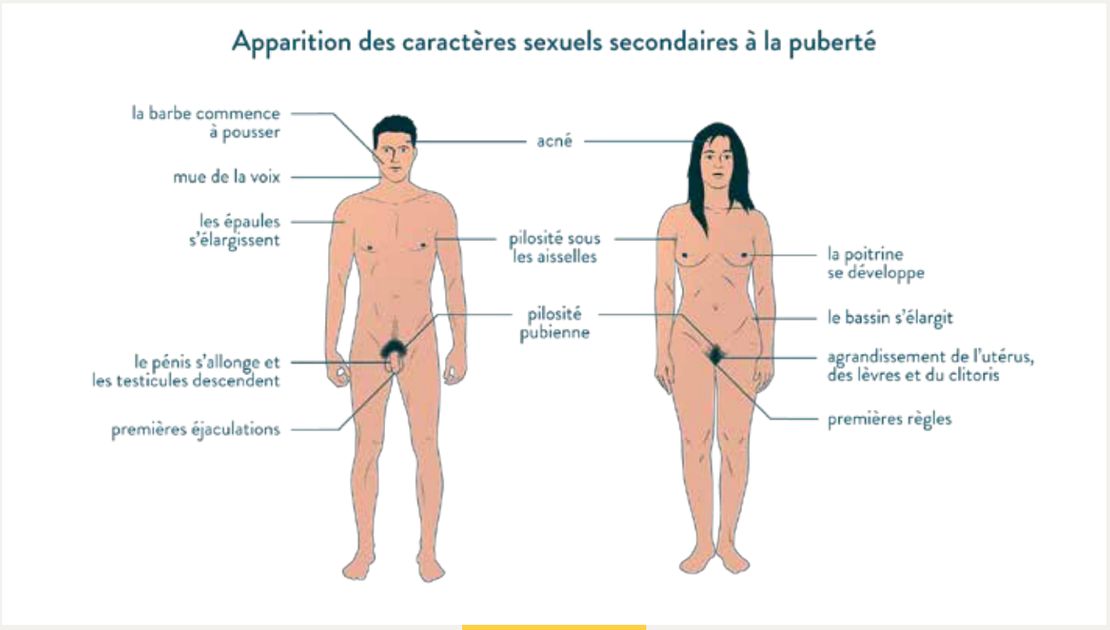
Les érections se produisent pendant toute la vie. Elles sont causées par le sang qui remplit le tissu spongieux du pénis sous l'effet d'une stimulation sexuelle, d'un effort de levage ou autre, d'un rêve, du froid, de vêtements serrés, de la peur ou de l'excitation, ou d'une vessie pleine au réveil. Une érection peut se produire sans raison apparente, à la puberté surtout. Les garçons ont souvent des érections soudaines et spontanées, parfois plusieurs fois par jour, sous l'effet de la hausse ou variation de la testostérone.

Avoir une érection sans éjaculation peut causer un sentiment de « lourdeur » temporaire, mais qui n'est pas du tout nuisible. Si le pénis en érection n'est pas touché, l'érection se résorbe d'elle-même.

Que se passe-t-il pendant l'éjaculation ?

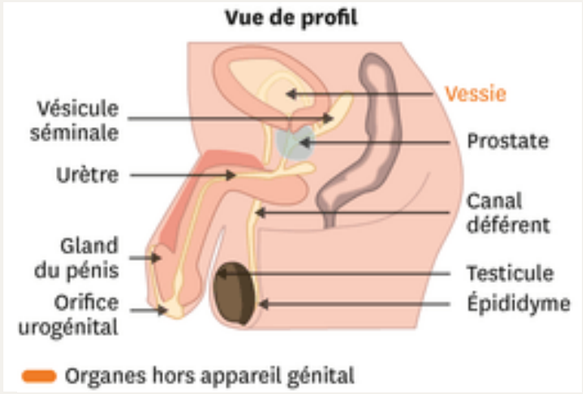
Avant l'éjaculation, les glandes de Cowper émettent une goutte ou deux de liquide à travers le pénis. Il s'agit du liquide pré-éjaculatoire, qui nettoie l'urètre. Le VIH peut cependant être présent dans ce liquide.

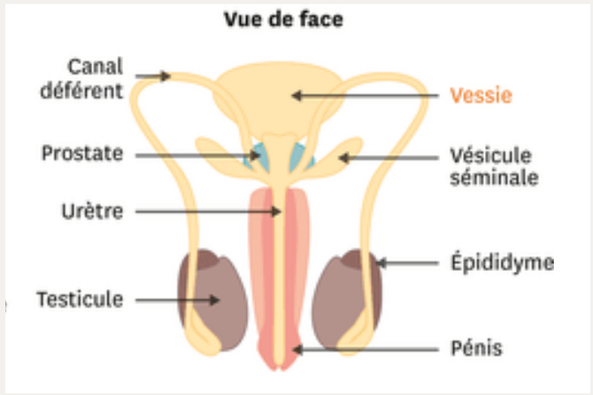
La pleine éjaculation implique l'émission de sperme, contenant généralement des centaines de millions de spermatozoïdes dans l'équivalent d'une cuillère à café de liquide. L'éjaculation s'accompagne (pas toujours) du plaisir de l'orgasme. Un garçon qui peut éjaculer dans le vagin d'une femme peut causer une grossesse. L'éjaculation précoce est une émission de sperme survenant au tout début de la pénétration, voire avant celle-ci, ce qui peut perturber la relation sexuelle.



Qu'est-ce que l'éjaculation nocturne ?

L'érection est courante pendant le sommeil et environ 80 % des garçons et des hommes éjaculent parfois durant leur sommeil. Il s'agit de l' « éjaculation nocturne », fréquente pendant la puberté mais également présente chez l'homme adulte. Un garçon ou un homme qui se masturbe ou qui a des rapports sexuels réguliers est moins susceptible d'avoir ce type d'éjaculation. L'éjaculation nocturne (et la masturbation) ne sont absolument pas nuisibles. Elles peuvent détendre et être source de plaisir. Il ne s'agit pas non plus d'un « gaspillage » de sperme puisque les testicules produisent des spermatozoïdes en permanence.





ANNEXE 4 : LES CHANGEMENTS MENTAUX A L'ADOLESCENCE

Alors que les changements du corps sont visibles au cours de la puberté, l'esprit (cerveau) change aussi mais d'une manière plus discrète. Au cours de la période de l'adolescence, les capacités mentales se développent de même que la capacité d'être critique et de penser indépendamment. Avec ces changements, les adolescents commencent à développer leur propre identité. Tous les changements mentaux (réfléchir par soi-même, prendre ses propres décisions, percevoir les choses d'une autre manière que les parents, faire l'expérience de la vie, tenter de nouvelles choses…) sont des signes palpitants qui montrent que l'on devient un adulte. Bien que les capacités mentales se développent beaucoup, il y a toujours un grand nombre de choses que l'on ignore. En fait, on ne finit jamais d'apprendre, c'est pourquoi il est important de savoir où et à qui demander les informations dont on a besoin. Parfois, il est utile de s'appuyer sur l'expérience et les connaissances d'une personne plus âgée.

Sautes d'humeur

Ce sont les hormones ! Les hormones sont des substances chimiques qui contrôlent la croissance et le développement de ton organisme et peuvent également contrôler tes émotions. Tout au long de la puberté, les garçons et les filles ont en général des hauts et des bas – heureux à un moment donné et déprimés le suivant–. Ce qui importe, c'est de trouver une façon de reconnaître et de gérer ces émotions.

ANNEXE 5 : LES CHANGEMENTS SOCIAUX A L'ADOLESCENCE

	CHANGEMENTS SOCIAUX AFFECTANT LES JEUNES	CHANGEMENTS AFFECTANT PLUTÔT LES FILLES	CHANGEMENTS AFFECTANT PLUTÔT LES GARÇONS
1	Plus de liberté pour sortir et fréquenter l'espace public (rues, centres communautaires…)		
2	Moins de liberté à fréquenter l'espace public		
3	Plus de responsabilités domestiques (tâches ménagères ou soins des enfants)		
4	Plus grande responsabilité de gagner de l'argent et plus grande pression pour participer à la vie économique de la famille		
5	Plus de pression à se vêtir de manière à se couvrir ou découvrir davantage le corps		
6	Plus d'interaction sociale entre les garçons et les filles // dialogue garçon-fille plus difficile		
7	Moins d'interaction sociale entre les garçons et les filles // dialogue avec la famille plus difficile		
8	Rites de passage avec pratiques néfastes (telle que la mutilation génitale des filles)		
9	Rites de passage sans pratique nuisible		
10	Pression sociale à acquérir une expérience sexuelle		
11	Pression sociale à se préparer au mariage		
12	Plus d'occasions de leadership à l'école et dans la communauté		
13	Risque accru de devoir quitter l'école		
14	Exposition au harcèlement sexuel		
15	Pression de faire partie d'un gang		
16	Pression d'accorder ses faveurs sexuelles en échange de cadeaux ou d'argent		
17	Pression pour consommer des substances toxiques		
18	Recherche d'identité et d'autonomie		

MOIS 2 : MON ADOLESCENCE
THÈME : LA RELATION AVEC LES PARENTS

OBJECTIFS :
- Comprendre qui on est, d'où l'on vient
- Comprendre ce qui lie parents, tuteurs et adolescents
- Être capable d'identifier les tensions possibles dans les relations avec les parents
- Rechercher des solutions de manière collective à mettre en place au sein de la famille

MOIS 2 : ATELIER 2/9
DURÉE : 3H

ETAPES	METHODOLOGIE	DUREE
1) Feuille de présence	Recueillir la signature de tous les participants	5 min
2) Accueil par un jeu d'intégration : « Le miroir »	Les adolescents se mettent en binôme face à face. L'un sera le miroir (il imite le second comme s'il était le reflet du miroir, donc à l'opposé). Le second se regardera dans le miroir : il peut bouger toutes les parties du corps mais ne peut pas se déplacer. Au signal de l'animateur, les adolescents échangent de rôle. Puis, les adolescents se mettent par groupe de 3, ils tiennent chacun le rôle du miroir. Ils doivent donc faire tous les trois des mouvements qui se ressemblent, mais aucun ne mènera le jeu. Invitez-les à réaliser des mouvements lents pour une meilleure coordination.	15 min
3) Rappel du dernier atelier	Les volontaires sont invités à présenter le dernier atelier *qu'est-ce que l'adolescence* ?	10 min
4) Choisir le leader du jour	Choisir le leader du jour de façon aléatoire parmi les participants. Le leader change à chaque session, alternant garçon et fille.	5 min
5) Thématique « Relation avec les parents »	L'animateur propose à chaque participant de prendre 10 minutes pour réfléchir aux traits de caractère et comportements que chacun apprécie en lui-même (comme le sens de l'humour ou son sourire ou encore sa créativité, etc.) et un trait qu'il n'apprécie pas. Par équipes de 5, les adolescents se demandent d'où viennent ces traits et comportements, où les ont-ils appris et qui leur a appris ? Il se peut que certains de ces traits se retrouvent chez leurs parents, tuteurs, leurs tantes et oncles ou d'autres membres de leur famille. Par exemple, le sens de l'humour de leur mère ou le sourire de leur père ? Chaque équipe réfléchit à ce qu'elle a en commun avec sa famille et avec ses parents, ses tuteurs et les valeurs qu'ils ont transmis. Quels sont les aspects de la culture de nos parents et tuteurs que nous apprécions ? Quels sont les aspects d'une culture plus moderne (celle de notre génération) que nous apprécions ?	10 min 35 min
6) Exercice pratique	En amont de l'atelier, l'animateur a tendu une ficelle à environ 1 mètre de hauteur, cette ficelle représente une ligne à haute tension qui va subir des coupures. Si la ficelle n'est pas très souple, laisser du mou. L'animateur demande aux participants de réfléchir aux tensions dans leur vie quotidienne dans leur relation avec leurs parents/tuteurs. Chacun écrit très lisiblement sur une feuille (ou post-it) ses exemples (une idée par feuille). La situation est décrite de manière brève mais précise.	1h10
« La ligne à haute tension »	Au fur et à mesure, l'animateur rassemble les feuilles « Situations » et, en cas de doublon, en conserve un seul. Les feuilles sont fixées sur la ficelle, espacés et sont réparties sur toute la longueur. L'animateur présente l'installation comme un câble transportant de l'électricité. Ce câble qui transporte de l'énergie est fréquemment endommagé et victime de pannes. La raison de ces pannes est liée aux manifestations de tensions. Le rôle des participants, promus au poste de techniciens, est de réparer ces pannes de réseau. Les techniciens sont séparés en équipes de 5 ou 6 personnes. Un animateur sectionne le câble au niveau d'une feuille, c'est la panne ! 2 participants attrapent les extrémités du câble sectionné et le maintiennent tendu pour permettre au courant de continuer à passer en attendant la réparation. Un participant lit la situation à l'ensemble du groupe. Les équipes ont 5 minutes pour proposer une solution. Au bout de 5 minutes, les solutions proposées sont présentées à tous et notées sur une feuille « Solutions ». Pour chaque situation, les différentes solutions sont conservées si elles sont complémentaires ou une solution commune est choisie. Les techniciens déchirent la feuille « situation » et nouent les extrémités du câble sectionné et attachent la feuille « Solutions » au niveau de la réparation. L'opération se renouvelle jusqu'à ce que tous les feuilles « Situations » aient été traitées. Le câble est alors beaucoup plus tendu ! Les participants qui le souhaitent expriment leur ressenti en répondant par exemple à ces questions : Les solutions proposées vous paraissent-elles réalisables ? Que pouvez-vous individuellement mettre en œuvre pour lutter contre les tensions parents - ados ?	
7) Evaluation de la session	Chaque adolescent est invité à donner ses impressions sur la session, ce qu'il a appris, ce qui a été important et comment améliorer. Les animateurs partagent également ce qu'ils ont aimé et moins aimé.	10 min
8) Présentation du prochain atelier	Présentation par l'animateur du travail à faire à la maison (voir ci-dessous) et du prochain atelier : *les inégalités entre les femmes et les hommes*. L'animateur invite tous les participants à se saluer avant de partir.	5 min

Matériel nécessaire :
- Une grande ficelle
- Une cinquantaine de feuilles ou post-it
- Des feuilles pour les solutions

Documents supplémentaires :
- La feuille de présence
- Fiche d'informations clés ***(annexe 1)***
- Fiche « arbre généalogique » ***(annexe 2)***

Travail à faire :
L'animateur distribue la fiche « arbre généalogique » ***(annexe 2)*** aux jeunes et leur explique comment la remplir. Puis, il leur demande d'aller vers leurs parents pour remplir l'arbre généalogique.

ANNEXE 1 : FICHE D'INFORMATIONS CLES[1]

Cathy, 17 ans, Ouganda

« La sévérité de ma mère a coïncidé avec mes changements physiques. Elle m'a dissuadée d'appartenir à un groupe d'amis alors que c'était le moment où j'en avais le plus besoin afin de partager mes expériences avec les autres. »

L'adolescence est souvent une période de la vie pendant laquelle les jeunes découvrent les différences qui existent entre eux et leurs parents ou tueurs. Ils veulent devenir plus indépendants. C'est tout à fait normal et sain. Cependant, devenir plus indépendant n'est pas aisé. En fait, cela peut s'avérer très difficile aussi bien pour l'adolescent que pour sa famille. La famille de l'adolescent peut trouver difficile de le voir adopter de nouvelles identités, un nouveau look et une nouvelle façon d'être. Ils peuvent se demander ce qui se passe dans sa tête : « D'où lui viennent toutes ces idées bizarres ? Qu'est donc devenu notre fils/fille bien aimé(e) ? Qui est cette jeune personne qui veut tout le temps rester seule ou sortir avec des amis ? » Il peut être difficile pour les parents ou tuteurs de reconnaître qu'ils sont en train de devenir des adultes qui ont la capacité de réfléchir par eux-mêmes et de se faire leur propre opinion des choses. Ils les considèrent toujours comme des enfants. Il devient alors nécessaire, pour les adolescents, de se montrer patients à l'égard de leurs parents et leur laisser un peu de temps pour accepter les changements que leurs enfants subissent.

Se montrer respectueux des valeurs et croyances des parents/tuteurs :

Certains adolescents ont la chance d'avoir des parents, tuteurs avec qui ils s'entendent bien et peuvent discuter de choses importantes. Mais pendant l'adolescence, ils éprouvent des difficultés à s'entendre et à dialoguer avec les membres de leurs familles. Les rapports avec ces derniers se compliquent, ce qui peut aboutir à des disputes. Les adolescents ont l'impression que leurs parents, tuteurs sont beaucoup trop vieux et « traditionnels » et qu'ils ne leur font pas confiance.
Il est alors important de rappeler aux adolescents que les parents, tuteurs ont fait ce qu'ils ont pu avec ce qu'ils étaient. Aussi, apprendre à communiquer avec les parents, tuteurs peut les aider à bâtir une relation plus équilibrée avec eux.

En effet, les parents et tuteurs ont grandi pendant une époque différente de celle des adolescents.
Parce qu'il y a des différences d'opinions entre les adolescents et leurs ainés, ils ne voient plus forcément ce qu'ils ont en commun.

Il est évident que la culture moderne apporte également beaucoup d'avantages intéressants : par exemple, l'éducation pour tous, la médecine moderne et des idées nouvelles sur les rôles et droits de l'homme et de la femme dans la société améliorent notre vie. Aujourd'hui, par exemple, les filles ont plus d'opportunités que leurs grands-mères d'aller à l'école et d'avoir une vie professionnelle.
Il est donc nécessaire de se renseigner auprès d'eux sur les raisons de leurs attitudes. Il important également pour les adolescents d'expliquer leurs propres attitudes et idées.

Même si les parents et tuteurs se montrent « traditionnels », il y a toujours quelque chose de positif : les parents et tuteurs sont le lien avec la culture. Cela représente une partie importante et très riche de la personnalité de l'adolescent. Les parents, tuteurs et aînés peuvent leur apprendre à mieux connaître votre culture.

C'est vrai, sans notre histoire, nos valeurs, notre culture, qui sommes-nous ? A quoi pouvons-nous nous rattachés ? Quels sont nos repères ?

1 *Brazier E., Watson C. (2010). Vous, Votre vie, Vos rêves : bien réussir votre adolescence. Family Care International, Inc. et Deutsche Stiftung Weltbevölkerung. pp 87-98*

ANNEXE 2 : ARBRE GÉNÉALOGIQUE[1]

1 *https://www.francoischarron.com/genealogie:-sites-et-outils-pour-faire-votre-arbre-genealogique/-/odnKUwhHfY/*

MOIS 2 : MON ADOLESCENCE
THÈME : LE GENRE

OBJECTIFS :
- Appréhender la notion de genre
- Mieux comprendre les relations sociales entre les hommes et les femmes et les inégalités qui peuvent en découler
- Réfléchir à la notion de genre et à la façon d'encourager des relations de genre différentes dans son comportement quotidien

MOIS 2 : ATELIER 3/9
DURÉE : 3H

ETAPES	METHODOLOGIE	DUREE
1) **Feuille de présence**	Recueillir la signature de tous les participants	5 min
2) **Accueil par un jeu d'intégration : « Le sac à dos »**	L'animateur présente différents objets/produits d'un sac à dos (clé USB, une bouteille de parfum, un cahier, un ballon, un téléphone, une poupée, une voiture, du maquillage, un pilon, une brosse à cheveux, etc.). Il demande à qui peut appartenir cet objet : Homme, Femme ? Quelqu'un qui habite la ville, la campagne ? Un adulte, un enfant ? Conclusion : Les caractéristiques définies en fonction d'un groupe peuvent amener aux stéréotypes..	15 min
3) **Rappel du dernier atelier**	Les volontaires sont invités à présenter le dernier atelier sur *la relation avec les parents.*	10 min
4) **Choisir le leader du jour**	Choisir le leader du jour de façon aléatoire parmi les participants. Le leader change à chaque session, alternant garçon et fille.	5 min
5) **Thématique « Caractéristiques homme ou femme »**	Un étranger à notre planète arrive sur Terre. Il demande qu'on lui explique la différence entre un homme et une femme car cela n'existe pas chez lui. Qu'est-ce qui les caractérise ? Les jeunes répondent à l'oral et l'animateur inscrit leurs réponses sur le tableau dans la colonne « homme » ou la colonne « femme ». L'animateur ouvre ensuite le débat : y-a-t-il des caractéristiques qui changent avec le temps ? D'autres qui sont définies dès la naissance ? ***(annexe 1)***	25 min
« Construction du rôle d'homme et de celui de femme »	Par équipe, demander aux participants de prendre un temps pour énumérer toutes les situations où il a entendu « soit un homme » ou « soit une femme ». Demandez à un participant s'il a déjà un exemple en tête (« un homme ne pleure pas », « la place de la femme est dans la cuisine »). Donnez à chaque participant une feuille de paperboard avec deux colonnes (soit un homme / soit une femme) et demandez-leur de faire une liste de toutes les phrases de ce type qu'ils ont entendus depuis leur naissance. Chaque équipe affiche et lit ses feuilles. L'animateur facilite la discussion avec les questions suivantes : • Lorsque nous attendons d'un homme/ d'une femme qu'il se comporte de la sorte, le limitons-nous ? Pourquoi ? • Quelles émotions les hommes/les femmes ne sont-ils pas encouragés à exprimer ? • Comment les messages du type « soit un homme » peuvent-ils affecter la relation d'un homme avec son partenaire et ses enfants, le comportement des femmes ? • Comment les normes sociales et les attentes symbolisées par ce « soit un homme » influencent-elles le comportement des hommes sur le lieu de travail ? • Est-il possible que les hommes/les femmes agissent différemment ? • L'animateur développe les caractéristiques des normes et rôles sociaux ***(annexe 1)***	35 min
6) **Exercice pratique « Les inégalités : 1 pas en avant »**	Chaque adolescent reçoit un papier sur lequel est écrit s'il va jouer le rôle d'un homme ou le rôle d'une femme. Les adolescents s'alignent sur une ligne de départ. L'animateur, lit chaque situation, filles et garçons avancent selon leur carte et les indications lues par l'animateur ***(annexe 2)***. Une fois que toutes les situations ont été lues, l'animateur accompagne les réactions : • Comment avez-vous vécues le fait de ne pas pouvoir avancer ou, au contraire, d'avancer et de voir les autres fixes. • Quand les filles ont-elles avancé plus que les garçons (réussite à l'école, origine ethnique) ? • Pensez-vous que la situation des femmes peut changer ? Comment ?	40 min
7) **Conclusion de la session**	Pour conclure la session, l'animateur demande à un volontaire de lire le conte de la poêle à frire ***(annexe 3)***, et demande aux adolescents ce qu'ils en pensent, et s'ils ont des exemples similaires dans la réalité. Il pourra ensuite distribuer ce conte à tous les adolescents.	10 min
8) **Evaluation de la session**	Chaque adolescent est invité à donner ses impressions sur la session, ce qu'il a appris, ce qui a été important et comment améliorer. Les animateurs partagent également ce qu'ils ont aimé et moins aimé	10 min
9) **Présentation du prochain atelier**	Présentation par l'animateur : atelier sur *l'éducation à l'amour*. L'animateur invite tous les participants à se saluer avant de partir.	5 min

Matériel nécessaire :
- Des feuilles géantes et des marqueurs, du scotch pour le tableau « homme » et « femme » et les feuilles « soit un homme » / « soit une femme »
- Un sac à dos avec différents objets (clé USB, bouteille de parfum, cahier, ballon, téléphone, poupée, voiture, maquillage, pilon, brosse à cheveux, crayons de couleur, etc.)
- Les cartes « garçon » et « fille »
- Les cartes situations pour l'animateur

Documents supplémentaires :
- La feuille de présence
- Définitions et infos clés ***(annexe 1)***
- Cartes situations Pas en avant ***(annexe 2)***
- Pour aller plus loin : conte de la poêle à frire ***(annexe 3)***

ANNEXE 1 : DÉFINITIONS ET INFOS CLES

Le genre correspond à des idées sociales ou culturelles relatives à la masculinité (rôles, attributs et comportements masculins) et à la féminité (rôles, attributs et comportements féminins). Genre et sexe ne sont pas synonymes[1].

Tandis que le sexe biologique est déterminé par des traits génétiques et anatomiques (les différences biologiques entre le corps des hommes et le corps des femmes), le genre est une construction sociale des rôles féminins et masculins différenciés et des relations entre eux.
Les rôles féminins et masculins se rapportent aux activités attribuées aux femmes et hommes dans la société et à la position que femmes et hommes y occupent respectivement[2].

- Ces rôles déterminent les relations, traits de personnalité, attitudes, valeurs, pouvoirs et comportements attendus et accordés dans la société
- Ces rôles ne sont pas donnés par nature mais sont construits socialement en fonction des cultures, traditions et politiques.
- Ces rôles changent avec le temps, de génération en génération et varient considérablement au sein et entre les cultures

C'est la société qui nous explique « qu'est-ce être un homme » et « qu'est-ce être une femme », ainsi que les rôles de chacun, à partir d'une interprétation des différences biologiques
L'inégalité de ces rôles que nous appelons l'inégalité entre les sexes entraîne des opportunités différenciées pour les hommes et les femmes et impose des attentes et des limites aux femmes comme aux hommes.

Construction du rôle d'homme et de celui de femme

L'animateur peut résumer les règles sociales que les participants ont appris depuis leur naissance : règles de comportement suivies par la majorité et qui établissent ce que les personnes peuvent et ne peuvent pas faire dans certaines situations et dans une certaine société ou dans un certain groupe. Certaines règles sont écrites dans des lois ou règlements comme « le vol est interdit », « tuer est un crime » mais certaines règles ne sont pas écrites comme « les femmes font le ménage ». En principe, les règles aident une société à mieux vivre. Lorsqu'elles commencent à avoir un impact négatif sur la santé physique et émotionnelle des individus, c'est signe qu'elles doivent être revues.

À la fin de cette activité, il est important de faire comprendre au groupe comment certaines normes et certains rôles sociaux peuvent perturber le développement professionnel. Par exemple, la contradiction entre les qualités qui sont encouragées chez les filles dans le processus de socialisation et les qualités requises d›elles dans le monde du travail peut entraîner un décalage entre l'attitude des filles dans le monde du travail et les attentes des employeurs.

Les jeunes femmes sont éduquées pour être obéissantes, soumises, passives, ne pas poser de questions ; lorsqu'elles entrent dans le monde du travail, elles doivent être dynamiques, actives, créatives et poser des questions. Il se peut aussi que les gens dans le milieu de travail voient la femme dans ce rôle de femme au foyer et s'attendent à ce qu'elle prépare du thé pour ses collègues, décore et embellit le milieu de travail, organise les fêtes d'anniversaire de l'entreprise.

Les jeunes hommes sont encouragés à agir et à prendre des décisions, et si cela leur donne un avantage dans le monde du travail, ils ne sont pas encouragés à « écouter » ou à « partager » et peuvent donc avoir des difficultés à travailler en équipe. En outre, parce qu'ils sont élevés pour avoir et exercer un pouvoir, ils peuvent avoir des difficultés à déléguer des tâches et « s'accrocher » à la chaise qu'ils occupent ou avoir des difficultés à suivre les ordres d'un patron, surtout si le patron est une femme.

1 International Sexuality and HIV Curriculum Working Group. (2011). Un seul programme. Guide pour une approche pédagogique unifiée de la sexualité, du genre, du VIH et des droits humains.
2 *Définition du PNUD.*

ANNEXE 2 : CARTES SITUATIONS PAS EN AVANT[1]

Nous sommes des garçons et des filles français. Nous avons fait des études brillantes. Huit ans après la fin de nos études, les filles ont des salaires inférieurs à ceux des garçons. Les filles avancent d'un pas. Les garçons avancent de trois pas	Nous sommes des garçons et des filles japonais. Au Japon, pour les femmes, il est difficile d'avoir un enfant et de travailler en même temps. Les aides sont insuffisantes pour permettre l'égalité entre hommes et femmes. Les filles avancent d'un pas. Les garçons avancent de deux pas.
Nous sommes des garçons et des filles français. Les filles réussissent mieux à l'école que les garçons. Les filles avancent de deux pas. Les garçons avancent d'un pas.	Nous sommes des garçons et des filles suédois. Le congé parental est le plus long au monde. Les hommes et les femmes y ont droit de façon égale. Garçons et filles avancent d'un pas.
Nous sommes des garçons et des filles français issus de l'immigration. A diplôme égal, les filles risquent moins d'être au chômage que les garçons. Les filles avancent de deux pas. Les garçons avancent d'un pas.	Nous sommes des garçons et des filles français. Les filles ont un risque plus fort d'avoir un travail précaire que les garçons. Les filles avancent d'un pas. Les garçons avancent de deux pas.
Nous sommes des garçons et des filles iraniens. La moitié des étudiants sont des filles. Malgré cela, peu de femmes peuvent travailler. Les filles avancent d'un pas. Les garçons avancent de deux pas.	Nous sommes des garçons et des filles français. Actuellement, 8% des chefs d'entreprise sont des femmes, 91% sont des hommes. Les filles avancent d'un pas. Les garçons avancent de neuf pas.
Nous sommes des garçons et des filles africains. Les femmes africaines travaillent en très grand nombre. Seules 15% des femmes sont salariées contre 30% des hommes. Les filles avancent d'un pas. Les garçons avancent de deux pas.	Nous sommes des garçons et des filles français. Actuellement, les femmes travaillent 1 fois et demi plus longtemps que les hommes comme les tâches ménagères ne sont pas réparties équitablement. Les filles avancent d'un pas. Les garçons avancent de deux pas.
Nous sommes des garçons et des filles africains. Sur cent (100) femmes, 51 savent lire et écrire. Sur cent (100) hommes, 67 savent lire et écrire. Les filles avancent d'un pas. Les garçons avancent de deux pas.	

ANNEXE 3 : CONTE DE LA POÊLE À FRIRE

Cette histoire peut être distribuée à chaque participant avec ces questions : « Comment cette histoire se rapporte-t-elle à ce que nous avons évoqué lors de cet atelier ? Qu'est-ce que cette histoire nous enseigne ? »

C'est l'histoire d'un jeune couple qui venait de se marier. Les premiers mois, chaque fois que la femme préparait du poisson, elle coupait la tête et la queue presqu'au milieu du poisson. Lorsque son mari lui demandait pourquoi elle le coupait ainsi, elle répondait « J'ai appris à cuisiner avec Maman et elle a toujours fait ainsi. Alors naturellement, cela doit être la meilleure façon de préparer le poisson ».
A chaque fois que sa femme allait faire frire du poisson, il l'observait et trouvait cela étrange. Il pensait en effet que la tête et la queue du poisson donnaient plus de saveur au plat et qu'il était dommage de les couper. Mais il ne disait rien. Après tout, qui irait contre les enseignements de sa belle-mère ? Et puis, il ne voulait pas avoir de problème avec sa femme.
Un jour, lors d'un déjeuner à la maison de sa belle-mère, il voit que celle-ci allait préparer du poisson. Il profite de l'occasion pour observer ce qu'elle fait avec la tête et la queue du poisson. Il fut très surpris de voir qu'elle ne les avait pas coupés comme sa femme le lui avait dit. Puis, il lui demanda « Belle-mère, votre fille coupe la tête et la queue du poisson en disant qu'elle a appris à le préparer à vos côtés. Maintenant, je vois que vous ne le faites pas, quelle est la raison ? »
La belle-mère rit et répond : « Mon fils, j'ai toujours coupé le poisson de cette façon parce que, avant, ma poêle était trop petite, tout simplement ! »

1 Un pas en avant, CCFD-Terre Solidaire

MOIS 2 : MON ADOLESCENCE
THÈME : EDUCATION À L'AMOUR

OBJECTIFS :
- Réfléchir au sentiment d'amour et aux attentes des femmes et des hommes
- Se préparer à construire des relations basées sur le respect mutuel
- Se préparer à une sexualité responsable

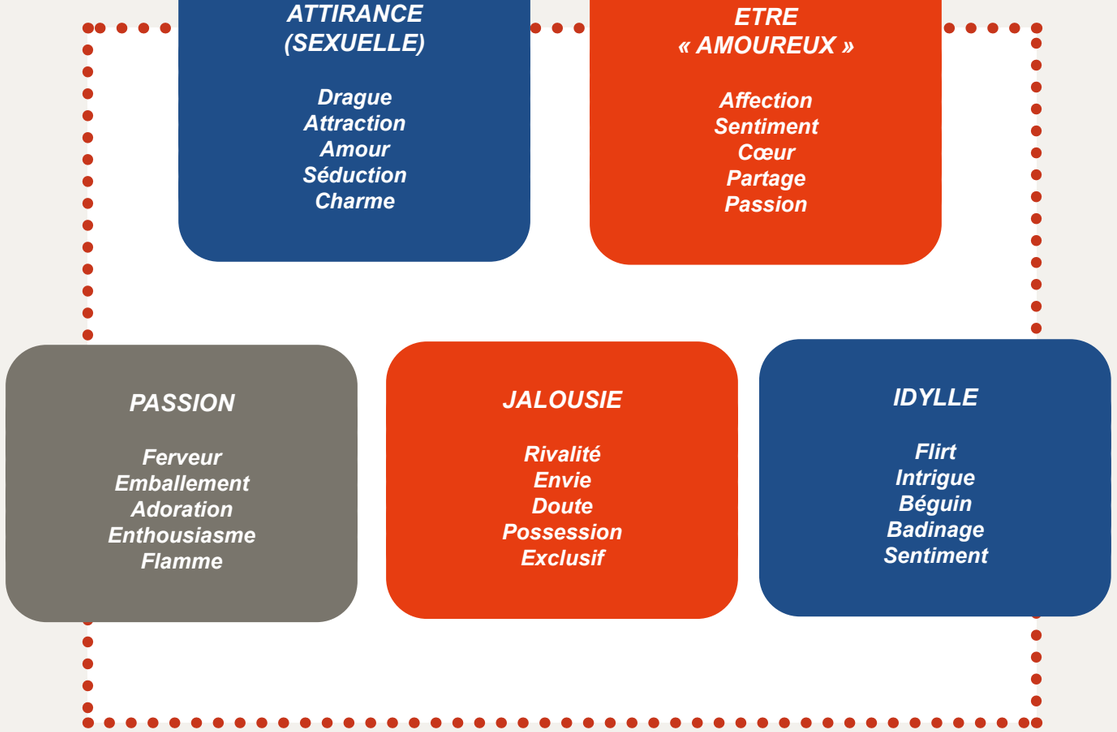
MOIS 2 : ATELIER 4/9
DURÉE : 3H

ETAPES	METHODOLOGIE	DUREE
1) Feuille de présence	Recueillir la signature de tous les participants	5 min
2) Accueil par un jeu d'intégration : « TABOU »	A partir de cette dernière consigne, l'animateur divise le groupe en 5 équipes. Chaque équipe reçoit une carte TABOU ***(annexe 1)***. Les participants ont ensuite une minute pour faire deviner le mot en majuscules sans dire les autres mots.	20 min
3) Rappel du dernier atelier	Les volontaires sont invités à présenter le dernier atelier sur *le genre.*	5 min
4) Choisir le leader du jour	Choisir le leader du jour de façon aléatoire parmi les participants. Le leader change à chaque session, alternant garçon et fille.	10 min
5) Thématique « L'amour »	Au tableau, l'animateur écrit *« Quelle est la différence entre l'amour et …… ? »*. Les équipes du début se rassemblent et recopient la phrase en la complétant avec le mot reçu (la passion, être « amoureux », l'idylle, l'attirance sexuelle, la jalousie - ***annexe 2***). L'animateur invite les participants à discuter leur question et à rédiger ensemble leur réponse. Au bout de 10 minutes, chaque équipe est invitée à lire sa question et présenter sa réponse. Pour chaque présentation, les questions suivantes peuvent guider une brève discussion : - Etes-vous d'accord ou aimeriez-vous ajouter quelque chose ? - La culture donne-t-elle aux filles et aux garçons la même permission de ressentir ce sentiment ? - Pouvez-vous donner un exemple d'une situation où une personne confond ce sentiment de l'amour ? Que se passe-t-il alors ? - Ce sentiment fait-il partie de l'amour ?	40 min
6) Exercice pratique « Différencier les relations saines/ malsaines »	En petit groupe, l'animateur amène les jeunes à réfléchir sur leurs relations passées ou présentes entre une fille et un garçon, ou des relations qu'ils observent dans leur entourage. Quelles relations avez-vous vécues jusqu'à présent ? Quelles sont les relations qui se sont bien passées, ou qui se passent bien ? Pourquoi ? Quelles sont les relations qui ne se sont pas bien passées, ou qui ne se pas passent bien ? Pourquoi ? Quelles sont les choses que l'on peut faire par amour ? Quelles sont les choses qu'on ne peut pas faire ? En grand groupe, l'animateur fait réfléchir sur la différence entre une relation saine, et une relation malsaine. Il demande alors quels sont les signes de ces deux types de relation. Il note au tableau et complète avec les informations en **annexe 3.**	40 min
« Ce que je recherche dans une relation »	L'animateur explique que le prochain temps vise à comprendre les qualités et caractéristiques pour un partenaire à long terme. Chaque adolescent prend un temps personnel pour écrire au moins 5 qualités ou caractéristiques qui leur semblent importantes pour un conjoint ou partenaire à long terme. Chaque participant classe cette liste par ordre d'importance (n°1 correspondant à la plus importante). L'animateur forme ensuite deux groupes : les garçons d'un côté et les filles de l'autre. et demande aux deux équipes de lire les listes entre eux pour identifier les qualités ou caractéristiques le plus souvent classées parmi les plus importantes (rangs 1 et 2). Un membre de chaque équipe partage les 3-4 qualités ou caractéristiques les plus importantes identifiées par le groupe. L'animateur peut les écrire au fur et à mesure. Une fois les deux listes lues, l'animateur anime la discussion avec ces questions : • Que remarquez-vous au sujet de ces deux listes ? • En quoi sont-elles similaires ? • En quoi sont-elles différentes ? • Pourquoi ces différences ? • Les filles ont-elles des questions à poser aux garçons au sujet de leur liste ? • Et les garçons au sujet de celle des filles ? • Remarquez-vous des stéréotypes de genre dans les listes ? Si oui, lesquels ?	30 min 15 min
7) Evaluation de la session	Chaque adolescent est invité à donner ses impressions sur la session, ce qu'il a appris, ce qui a été important et comment améliorer. Les animateurs partagent également ce qu'ils ont aimé et moins aimé.	10 min
8) Présentation du prochain atelier	Présentation par l'animateur : atelier sur *la sexualité*. L'animateur invite tous les participants à se saluer avant de partir.	5 min

Matériel nécessaire :
- Du papier ou un cahier, un stylo pour chaque participant
- Des feuilles A3 et des marqueurs, du scotch
- Les cartes TABOU

Documents supplémentaires :
- La feuille de présence
- Cartes tabou ***(annexe 1)***
- Définitions ***(annexe 2)***
- Relations saines et relations malsaines ***(annexe 3)***
- Attentes des filles envers les garçons et des garçons envers les filles ***(annexe 4)***

ANNEXE 1 : CARTES TABOU



ANNEXE 2 : DÉFINITIONS

Les idées sur « l'amour » varient suivant l'endroit.
« Tomber amoureux » implique généralement des sentiments de passion, d'attirance sexuelle et d'excitation.
• Tomber amoureux est souvent une expérience palpitante.
• Une relation romantique implique parfois (pas toujours) des sentiments d'engagement et d'intimité.
• Tomber amoureux n'est pas toujours réciproque.
• Tout le monde peut tomber amoureux : les adultes comme les adolescents.
• On peut ne tomber amoureux qu'une fois dans la vie, plusieurs fois ou de nombreuses fois.

En grandissant, les enfants absorbent de nombreux messages sur l'amour.
Les films et les romans sentimentaux présentent-ils une image réaliste de ces sentiments ? Si non, quel effet pensez-vous qu'ils ont sur les attentes des jeunes ? Quels messages les légendes et contes de fées transmettent-ils aux enfants sur l'amour ? Et les clips vidéo ? Ces messages sont-ils réalistes ? Quels types d'attentes placent-ils sur les jeunes femmes ? Et sur les jeunes hommes ?

Qu'est-ce que « l'amour vrai » ? Aimer, c'est vouloir profondément le bien-être et le bonheur de la personne aimée. Le fait d'aimer et d'être aimé peut être source d'une joie profonde et donner du sens à la vie.
• L'amour est l'une des plus fortes émotions humaines. Il inspire de belles œuvres d'art, de littérature et de musique.
• Il existe de nombreuses et diverses façons d'aimer quelqu'un.
• On peut éprouver de l'amour pour sa famille immédiate ou étendue, pour ses amis proches, pour ses partenaires ou pour son conjoint.
• L'« amour vrai » fait souvent référence à l'attachement intime que l'on ressent envers un partenaire, au-delà du stade de l'engouement.
• Il est souvent difficile de distinguer les sentiments d'affection, d'amour romantique, de désir sexuel et d'amour vrai.
• La culture de chacun transmet des messages sur ce qu'est l'amour, qui on doit aimer (ou non) et comment il convient d'exprimer son amour (ou non).

La jalousie peut intervenir quand une personne a l'impression qu'une relation qu'elle valorise est menacée.
• La jalousie (dans tous les types de relation, y compris romantiques) fait référence à des sentiments d'envie, de possessivité, de vulnérabilité, de colère et de ressentiment.
• La plupart des personnes éprouvent des sentiments de jalousie à un moment ou à un autre.
• Dans les relations romantiques, la jalousie peut porter sur un rival réel ou imaginaire. Il se peut aussi qu'une personne sente sa relation menacée par la dévotion d'un partenaire à sa famille, ses amis ou son travail.

Certaines personnes expriment leur jalousie par des menaces, par la violence ou par un comportement possessif ou manipulateur.
• Ces comportements ne sont pas de l'amour et n'en sont jamais l'expression.
• La violence et la contrainte sont une démonstration de pouvoir sur une autre personne. Elles sont toujours contraires aux droits de la personne qui en est victime, quel que soit le sentiment, de jalousie ou autre, exprimé.
• La personne jalouse aussi bien que son ou sa partenaire peuvent bénéficier d'un dialogue honnête et respectueux sur les sentiments l'un de l'autre. Chacun peut aussi bénéficier de l'aide d'un ami, d'un adulte de confiance ou d'un conseiller.

Berta, 17 ans, Mozambique

"Moi aussi je peux aider mes amis contre l'exploitation sexuelle. Si, par exemple, je rencontre un enfant qui a été victime d'un abus sexuel par une vieille personne dans un but économique, je peux appeler la police. Heureusement, il y a dans mon pays des organisations qui réveillent les consciences sur l'exploitation sexuelle et ce travail porte ces fruits. »

ANNEXE 3 : RELATIONS SAINES ET RELATIONS MALSAINES

Les relations saines permettent aux gens de se sentir en sécurité, respectés et acceptés comme ils sont. Les relations malsaines font en sorte que les gens se sentent anxieux, confus, incertains et même en danger. Connaître ces différences peut t'aider à faire des choix quant aux personnes que tu fréquentes et à la durée de tes relations.

Voici des signes d'une relation saine :
• **Authenticité** : tu te sens à l'aise avec la personne que tu fréquentes. Essayer de changer pour plaire à une personne ne fonctionnera pas à long terme et sera peut-être frustrant pour tes amis et ta famille. Il est donc important que tu restes toi-même.
• **Honnêteté** : dans le cadre de ta relation, tu sens que tu peux discuter sans souci avec l'autre personne - même de problèmes ou d'inquiétudes.
• **Bonne communication** : tu discutes de choses qui sont importantes pour toi ou pour ta relation. L'autre personne et toi, vous vous demandez ce que vous pensez et ressentez, et vous vous écoutez l'un l'autre.
• **Respect** : vous vous soutenez et vous respectez, et vous prêtez attention aux inquiétudes de l'autre. Il est important que tu te traites avec respect et que tu ne donnes pas ton accord quand des choses te mettent mal à l'aise.
• **Sentiment de sécurité** : si tu te sens menacé de quelque façon que ce soit, ta relation est malsaine. Il importe de se sentir en sécurité et d'avoir la conviction que ton partenaire n'essaiera pas de te blesser émotionnellement ou physiquement.
• **Confiance** : quand tu as confiance en une personne, c'est que tu sais que tu peux compter sur elle. Avoir confiance, c'est croire que l'autre personne sera honnête avec toi et tiendra ses promesses. Quand tu fais confiance à une autre personne, tu sais qu'elle te soutiendra et te protégera. Les intérêts de l'autre personne te tiennent à cœur, et cette dernière ressent la même chose à ton égard.
• **Égalité** : l'égalité fait en sorte que les relations sont sécuritaires et justes. Par exemple, être égal à l'autre dans le cadre d'une relation signifie que le pouvoir est partagé et qu'il n'y a pas une personne qui mène l'autre par le bout du nez. L'égalité signifie également que les efforts faits de part et d'autre sont équitables. Si tu téléphones ou envoies fréquemment des textos à ton partenaire, mais qu'il ne semble pas avoir le temps de faire la même chose, il est possible que la relation soit inéquitable.
• **Soutien** : tu es soutenu si tu sens que l'autre personne prend soin de toi et te respecte. Dans une saine relation, les deux personnes s'écoutent, s'entraident lorsqu'elles ont des problèmes et font preuve de soutien en assistant à des événements importants pour l'autre personne, par exemple.

Relations malsaines
Les disputes sont fréquentes dans la plupart des relations. Mais parfois, les relations peuvent être toxiques au point où une personne se sent menacée ou effrayée. Voici des signes d'une relation malsaine :
• **La violence physique** : ton/ta partenaire te pousse, te frappe ou détruit tes affaires.
• **Le contrôle** : ton/ta partenaire te dit quoi faire ou quoi porter, ou encore il /elle décide à ta place quels amis tu peux fréquenter. Il/elle vérifie constamment où tu es ou te fait des menaces (en disant qu'il va te blesser ou se faire du mal, par exemple) pour te forcer à faire des choses.
• **L'humiliation** : ton/ta partenaire t'insulte, te rabaisse ou te met mal à l'aise devant d'autres personnes.
• **L'imprévisibilité** : ton/ta partenaire se fâche facilement, et tu ne sais pas ce qui déclenche ses épisodes de colère. Tu as l'impression de toujours marcher sur des œufs.
• **La pression** : ton/ta partenaire te pousse à faire des choses que tu n'as pas envie de faire ou pour lesquelles tu n'es pas prêt, comme avoir des relations sexuelles, prendre de la drogue ou boire de l'alcool. Il/elle n'accepte pas tes refus et a recours à des menaces ou des ultimatums.
Les signes avant-coureurs d'une relation toxique peuvent être considérés comme étant de la violence dans les fréquentations. Si tu subis de la violence physique, émotionnelle ou sexuelle, il est important d'obtenir de l'aide et de rester en sécurité.

ANNEXE 4 : ATTENTES RELATIONNELLES DES FILLES ENVERS LES GARÇONS ET DES GARÇONS ENVERS LES FILLES

Que veulent les filles ?
• **De l'amour, de l'affection, de la confiance et du respect :** Les filles sont inquiètes lorsque les garçons ne les respectent pas. Elles apprécient les garçons qui prennent le temps de les écouter et qui les prennent au sérieux.
• **De la compagnie :** Les filles trouvent qu'être en compagnie de garçons est amusant et intéressant. Elles aiment les garçons qui peuvent les soutenir en cas de difficulté et avec qui elles peuvent s'amuser, blaguer et rire en toute confiance sans que cela soit mal interprété.
• **De l'indépendance :** Les filles veulent qu'on leur donne l'occasion de penser pour elles-mêmes. Elles veulent des garçons qui se rendent compte qu'elles sont intelligentes.
• **Des garçons confiants :** Les filles admirent les garçons qui sont sûrs d'eux et qui n'ont pas peur d'elles.
• **Des garçons authentiques :** Les filles aiment les garçons naturels, qui ne cherchent pas toujours à se mettre en avant et à paraître différents de ce qu'ils sont vraiment.
• **Des garçons empathiques :** Les filles apprécient les garçons qui comprennent leurs pensées, leurs inquiétudes, leurs humeurs et leurs désirs.
• **Des garçons responsables :** Les filles aiment les garçons responsables et capables de s'assumer.

Que veulent les garçons ?
La plupart des garçons veulent les mêmes choses que les filles.
• **De l'amour, de l'affection, de la confiance et du respect :** La plupart des garçons veulent être avec des filles qui leur prêtent attention – quelqu'un qui les écoute, qui les prend au sérieux et qui les respecte.
• **De la compagnie :** Tout le monde aime avoir de la compagnie. Les garçons, tout comme les filles, veulent quelqu'un avec qui ils peuvent passer le temps, rire, raconter des histoires et parler de leurs idées, leurs rêves et leurs buts. On pousse souvent les garçons à être des « durs », à réagir comme s'ils n'avaient pas de sentiments et d'émotions. Ils veulent quelqu'un avec qui ils peuvent échanger leurs idées et sentiments personnels.
• **Des filles confiantes :** Contrairement à ce que croient beaucoup de filles, les garçons aiment les filles qui sont confiantes et qui n'ont pas peur de s'exprimer.
• **Des filles authentiques :** Les garçons aiment les filles qui sont naturelles et qui n'essaient pas de se montrer excessivement mûres et sophistiquées
Lorsque vous êtes vraiment amoureux d'une personne, vous vous respectez mutuellement. Vous ne ferez jamais quelque chose qui pourrait la blesser. Vous ne l'obligerez jamais à faire une chose qu'elle ne veut pas faire. Vous voudrez qu'elle soit heureuse. Mesurez votre amour en fonction des points ci-après :
• l'amour vous permet ainsi qu'à votre ami de vous sentir bien dans votre peau et heureux d'être avec l'autre ;
• l'amour c'est l'honnêteté, l'affection et la sincérité ;
• l'amour c'est le respect et la dignité ;
• l'amour ne permet pas qu'une personne profite de l'autre ;
• l'amour ne met pas le sexe avant l'amitié et ne constitue jamais une raison pour avoir des rapports sexuels à risques.
Le vrai amour implique un sens des responsabilités et un engagement envers l'autre personne. C'est vouloir de bonnes choses pour l'autre personne. Certains pensent que la jalousie est un signe d'amour, mais ce n'est pas le cas. La jalousie est généralement un signe que la personne qui en témoigne doute d'elle-même et de l'amour que vous lui portez.

MOIS 2 : MON ADOLESCENCE
THÈME : SEXUALITÉ

OBJECTIFS :
- Apprendre à dialoguer et réfléchir autour des questions de sexualité
- Se préparer à une sexualité responsable
- Comprendre et prendre en compte l'importance du consentement et du choix dans la sexualité
- Comprendre la diversité sexuelle

MOIS 2 : ATELIER 5/9
DURÉE : 3H

ETAPES	METHODOLOGIE	DUREE
1) **Feuille de présence**	Recueillir la signature de tous les participants	5 min
2) **Accueil par un jeu d'intégration : « La petite abeille »**	Les adolescents forment un cercle. Chacun a une abeille dans la main qui va voler et se poser sur une partie du corps de la personne de son choix. Une fois que chacun a placé l'abeille sur une partie du corps de l'autre, l'animateur demande à chacun de s'embrasser ou de toucher l'endroit où il a placé l'abeille. L'animateur demande « Comment vous êtes-vous sentis durant ce jeu ? »	10 min
3) **Rappel du dernier atelier**	Les volontaires sont invités à présenter le dernier atelier sur *l'éducation à l'amour*.	5 min
4) **Choisir le leader du jour**	Choisir le leader du jour de façon aléatoire parmi les participants. Le leader change à chaque session, alternant garçon et fille.	5 min
5) **Thématique « Les comportements et le désir sexuel »**	**Il est conseillé de réaliser cet atelier en lien avec des agents de santé locaux.** L'animateur explique que le premier temps va permettre de distinguer les mythes et réalités autour des comportements sexuels et du désir sexuel. Par équipe, les adolescents vont discuter chaque énoncé ***(annexe 2)*** et déterminer s'il est vrai ou faux. (5 minutes par énoncé). L'animateur propose ensuite aux volontaires de lire le premier énoncé à haute voix et présenter la réponse de chaque équipe. L'animateur clarifie la réponse correcte et marque un point pour l'équipe (ou les deux équipes) dont la réponse est juste ; il éclaircie les malentendus et répond aux questions éventuelles ***(annexe 3)***. Faire de même pour chaque énoncé (2 minutes maxi par énoncés). L'animateur peut accompagner la discussion avec ces phrases : • Y'a-t-il des choses que vous croyiez vraies et qui se sont avérées être des mythes ? • Quelle est la conséquence de cette désinformation sur les sentiments qu'on a de soi et de sa sexualité ? • Quelles conséquences ce genre de mythes répandus peut-il avoir, selon vous, sur les relations intimes ?	40 min
6) **Exercice pratique « Jeu de la corde »**	L'animateur fixe une corde à l'horizontale à travers la pièce qui représente une échelle de 0 à 10. D'un côté, il est écrit « totalement forcé et non désiré » et de l'autre « totalement volontaire et désiré ». L'animateur demande le mot qui décrit les rapports sexuels forcés. Lorsque les adolescents ont trouvé, l'animateur ajoute le mot « **viol** » au niveau du 0. Les adolescents se répartissent en 4 équipes et reçoivent chacun une feuille de cas avec un trombone ***(annexe 4)*****.** Chaque équipe lit son scénario et discute pour décider où il se situe sur l'échelle puis l'accroche sur la corde à l'aide du trombone. Chaque équipe invite un de ses membres à lire le cas à voix haute et à expliquer où son équipe l'a placé et pourquoi. L'animateur invite les autres équipes à donner leur avis et les encourage à discuter leurs différences d'opinion. L'animateur accompagne la discussion avec les questions suivantes : • Si une personne accepte d'avoir des rapports sexuels, cela veut-il toujours dire qu'elle les désire vraiment ? • Quand les rapports sont volontaires mais pas vraiment désirés, où se trouve-t-on sur l'échelle ? • Une personne sait-elle toujours si son ou sa partenaire désire vraiment des rapports sexuels ? Comment en être sûr ?	50 min
« Attirance vers une personne de même sexe »	Trois équipes sont formées et reçoivent une histoire différente ***(annexe 5)***. L'idée est de pouvoir parler du vécu social et des sentiments de jeunes homosexuels, ce qui veut dire qu'ils sont attirés exclusivement ou principalement vers d'autres du même sexe. Chaque équipe répond par écrit à trois questions : • Quels sont les sentiments évoqués par l'auteur de chaque récit ? Listez tous ceux que vous percevez. • Que pense l'auteur de chaque récit des homosexuels ? • Comment l'auteur de chaque récit réagit-il ou elle à ses sentiments ? Chaque équipe a 10 minutes pour lire, discuter et rédiger leur réponse aux questions. Ils partageront ensuite leurs réponses avec le groupe au complet. Chaque équipe résume brièvement l'histoire qu'elle a reçu et présente leurs réponses aux trois questions. Le groupe complet prend 15 minutes pour discuter ensemble autour de ces questions ***(annexe 6)*** : • Dans l'ensemble, quels types de sentiments Nia, Lee et Mo ressentent-ils envers leur homosexualité ? Pourquoi ont-ils ces sentiments ? Comment ont-ils réalisé qu'ils étaient gays ou lesbiennes ? Leur est-il arrivé quelque chose qui les a « rendus » homosexuels ? • Qu'avez-vous pensé à la lecture de ces récits ? Qu'est-ce qui vous a surpris ? Qu'avez-vous appris sur les homosexuels ?	30 min
7) **Evaluation de la session**	Chaque adolescent est invité à donner ses impressions sur la session, ce qu'il a appris, ce qui a été important et comment améliorer. Les animateurs partagent également ce qu'ils ont aimé et moins aimé.	10 min
8) **Présentation du prochain atelier**	Présentation par l'animateur : atelier sur *la grossesse précoce*. L'animateur invite tous les participants à se saluer avant de partir.	5 min

Matériel nécessaire :
- Du papier ou un cahier, un stylo pour chaque participant
- Des feuilles A3 et des marqueurs, du scotch
- Une corde
- Des trombones

Documents supplémentaires :
- La feuille de présence
- Définitions ***(annexe 1)***
- Vrai ou faux : comportements et désirs sexuels ***(annexe 2)***
- Réponses à « Vrai ou faux : comportements et désirs sexuels » ***(annexe 3)***
- Etude de cas – Choix et contraintes sexuels ***(annexe 4)***
- Etude de cas – Grandir gay ***(annexe 5)***
- La diversité sexuelle ***(annexe 6)***
- Test : êtes-vous prêt ? ***(annexe 7)***

ANNEXE 1 : DÉFINITIONS

Sexualité de l'adolescent

L'adolescence est une période pendant laquelle vous pouvez devenir plus conscient de votre sexualité – la façon dont vous vous sentez, pensez et dont vous vous comportez en tant qu'homme ou femme et ce que vous voulez en termes de relations proches et d'affection physique. Quand vous étiez plus jeune, vous ne pensiez probablement pas à ces choses, mais pendant l'adolescence, vous pouvez être plus conscient(e) de ce que signifie être un homme ou une femme. Il se peut que vous commenciez à vous sentir séduisant aux yeux des autres et à remarquer vos propres sentiments, désirs et rêves sexuels. Ce sont là des changements très intéressants et parfois déroutants du fait surtout des nombreux mythes qui existent sur la sexualité et les rapports sexuels. Par exemple, certaines personnes pensent qu'avoir des envies sexuelles est un signe qui prouve que vous devriez avoir des rapports sexuels, mais cela n'est pas vrai. Avoir des envies sexuelles est simplement une partie du fonctionnement humain. Il est normal pour tout être humain d'avoir des envies sexuelles[1].

Passage de l'enfance à l'âge adulte, l'adolescence entraîne bien souvent une grande confusion. Entre rébellion et épanouissement de la personnalité, garçons et filles doivent faire face aux bouleversements hormonaux, physiques et psychiques de la puberté. C'est aussi la période des premières expériences amoureuses, des premières relations sexuelles, des premières contraceptions et la construction de l'identité sexuelle.

La sexualité nous concerne tous dès la naissance et évolue jusqu'à la fin de la vie. Tout notre être y participe. En matière de sexualité, il existe des limites fixées par la loi, mais il n'y a pas de norme universelle. Ce qui compte, c'est son désir personnel et le respect du désir et du non-désir de l'autre.

Santé sexuelle

« La santé sexuelle est un processus continu de bien-être physique, psychologique et socioculturel lié à la sexualité. Elle se manifeste par la capacité d'exprimer sa sexualité d'une façon à la fois responsable et susceptible de favoriser le bien-être aux plans personnel et social, en enrichissant la vie personnelle et sociale. Elle ne se limite pas à l'absence de dysfonctions, de maladies ou d'infirmités. Pour être en mesure de jouir de la santé sexuelle, il est essentiel que les droits sexuels de tous soient reconnus et respectés[2]. »

- Le plus important, c'est d'abord de vous sentir à l'aise chaque fois que vous vous livrez à des activités sexuelles, à l'aise avec vous-même, avec votre partenaire, et avec les décisions que vous prenez. Il faut aussi que vous soyez capables d'en parler honnêtement avec votre partenaire.
- Oubliez la gêne. Personne n'est obligée de faire quelque chose qui le rend mal à l'aise. Ceci s'applique à toute situation, que ce soit avec un/une partenaire de longue date ou sur le point d'entamer une nouvelle relation.
- **Vous avez toujours le droit de changer d'avis à propos des rapports sexuels !**

ANNEXE 2 : VRAI OU FAUX : COMPORTEMENTS ET DÉSIRS SEXUELS[3]

1. Quand on désire des rapports sexuels, il faut en avoir.
2. La peur d'une grossesse ou d'une Infection Sexuellement Transmissible (IST) peut affecter le désir sexuel.
3. Tout le monde connaît un désir sexuel changeant dans le temps et suivant les circonstances.
4. Les hommes désirent toujours avoir des rapports sexuels.
5. Un homme qui n'a pas d'érection dans une situation sexuelle ne désire pas la personne avec laquelle il se trouve.
6. Une personne peut ressentir un désir sexuel pour une autre pour laquelle elle n'éprouve pas d'amour.
7. La masturbation est nocive.
8. Les premiers rapports sexuels d'une femme sont douloureux et si la femme ne saigne pas, c'est qu'elle n'est pas vierge.
9. Il revient à l'homme d'entamer l'activité sexuelle.
10. Une fois qu'un homme est sexuellement excité, il ne peut plus se maîtriser et doit éjaculer.
11. La meilleure façon de savoir comment faire plaisir à son ou sa partenaire est de le lui demander et d'en parler.
12. Une femme qui aime énormément le sexe ne peut être fidèle à son partenaire.

ANNEXE 3 : RÉPONSES À « VRAI OU FAUX : COMPORTEMENTS ET DÉSIRS SEXUELS »

1. **Faux**. Le désir sexuel ne doit pas nécessairement mener à l'activité sexuelle. En fait, on peut aimer le sentiment d'excitation sans désirer passer à l'acte.
2. **Vrai**. Les états affectifs, de peur par exemple, peuvent affecter le désir sexuel d'une personne.
3. **Vrai**. Les niveaux « normaux » de désir sexuel varient et changent suivant différents facteurs, de nature physique, affective, sociale ou autre. Si le niveau de désir sexuel d'une personne est problématique, cette personne peut consulter un professionnel de la santé sexuelle.
4. **Faux**. Les hommes ne désirent pas toujours avoir des rapports sexuels. Leur niveau de désir varie, comme pour tout le monde.
5. **Faux**. Un homme peut ne pas avoir d'érection dans une situation sexuelle pour de nombreuses raisons, y compris d'ordre médical (diabète ou maladie cardiaque, par exemple), médicamenteux ou affectif (anxiété relative à sa performance sexuelle, colère ou simple préoccupation).
6. **Vrai**. On confond souvent le désir sexuel et l'amour. On peut aimer quelqu'un sans désirer avoir de rapports sexuels avec lui ou elle, ou bien désirer avoir des rapports sexuels avec quelqu'un qu'on n'aime pas nécessairement.
7. **Faux**. La masturbation n'est pas nocive. Il s'agit plutôt d'une bonne manière, et sûre, de découvrir son propre corps. Le choix est cependant personnel. La plupart des gens se masturbent, mais certains choisissent de ne pas le faire, et l'idée met certaines personnes mal à l'aise. La masturbation fréquente n'est donc pas un problème. Le seul moment où elle peut être considérée problématique est quand elle perturbe les autres activités requises de la personne ou que la personne en perturbe d'autres ou nuit autrement à son bien-être.
8. **Faux**. Les premiers rapports sexuels de la femme ne sont pas toujours douloureux. Pour minimiser la gêne ou la douleur, les partenaires doivent prendre le temps d'explorer le corps l'un de l'autre et d'être totalement excités avant la pénétration, pour que le vagin de la femme soit bien lubrifié. Si la femme est nerveuse ou anxieuse, il vaut parfois mieux attendre. La rupture de l'hymen cause un léger saignement. Cependant, l'hymen peut facilement se détendre ou se déchirer lors d'une activité physique ou sportive ordinaire, ou lors de l'introduction de doigts ou de tampons. L'absence d'hymen ou de saignement ne veut pas dire que la fille a déjà eu des rapports sexuels.
9. **Faux**. Dans de nombreuses cultures, il revient aux hommes d'entamer les rapports sexuels et les femmes sont censées assumer un rôle plus passif. Cette tendance reflète certaines attitudes au sujet des rôles de genre. En réalité, les femmes peuvent aussi engager l'activité sexuelle. Même celles qui se conforment aux rôles de genre traditionnels développent souvent une approche indirecte pour communiquer leur désir à leur partenaire.
10. **Faux**. Certains hommes croient que s'ils sont sexuellement excités, ils doivent avoir un orgasme, mais cela est faux. L'arrêt peut causer une certaine gêne, mais qui diminue et disparaît d'elle-même. Tout le monde - homme ou femme - peut s'arrêter à tout moment d'un acte sexuel.
11. **Vrai**. Chaque personne a ses propres préférences en ce qui concerne l'excitation sexuelle. Plutôt que de deviner ce qui plaît ou non à son ou sa partenaire, il est plus rapide et plus fiable de le lui demander. La communication est l'une des clés d'une relation sexuelle positive, source de plaisir pour les deux partenaires.
12. **Faux**. Il est naturel d'aimer le sexe pour les hommes comme pour les femmes. Cela n'a rien à voir avec le fait d'être digne de confiance. L'idée à la base de cet énoncé, selon laquelle les femmes ne devraient pas aimer le sexe, reflète la double mesure qui admet qu'il est acceptable, et même attendu des hommes, mais pas des femmes, qu'ils aiment le sexe. L'idée est injuste, inexacte et stéréotypée.

1 *Vous, Votre vie, Vos rêves : bien réussir votre adolescence*, Family Care International, Inc. et Deutsche Stiftung Weltbevölkerung, 2010, pp.119

2 Organisation Mondiale de la Santé – https://www.who.int/topics/sexual_health/fr/

3 Un seul programme – Guide pour une approche pédagogique unifiée de la sexualité, du genre, du VIH et des droits humains, 2011, pp. 60 et 67

ANNEXE 4 :
ETUDE DE CAS – CHOIX ET CONTRAINTE SEXUELS[1]

Ces cas peuvent être adaptés pour une meilleure adéquation avec le contexte de l'intervention.

Cas n° 1 : NINA et CARL :
Nina, 22 ans, sort avec Carl depuis environ six mois. Il lui a dit plusieurs fois qu'il la désire vraiment, mais seulement si elle le désire aussi. Nina n'est pas sûre, mais elle pense qu'elle devrait faire ce que son petit ami lui demande. Elle sait que d'autres jeunes femmes ont des rapports avec leurs petits amis et craint qu'il ne la quitte si elle refuse, même si Carl ne l'en a jamais menacée. Lors de leur rencontre intime suivante, ils ont des rapports sexuels.

Cas n°2 : HENRY et MARIA :
Henry et Maria s'embrassent passionnément. Quand il commence à la déshabiller, Maria essaie de l'arrêter et lui dit non. Henry pense qu'elle en veut plus mais qu'elle a peur de l'admettre. Il continue donc. Après avoir essayé de le repousser et lui avoir dit non pendant 5 minutes, elle finit par arrêter de résister et reste là, soumise. Henry a des rapports sexuels avec elle.

Cas n°3 : AJIT et ANILA :
Ajit et Anila ne se sont vus qu'une ou deux fois, toujours sous surveillance. Ajit lui semble gentil et Anila accepte quand ses parents lui disent qu'il désire l'épouser. Anila a appris que tout ce qui est sexuel est honteux. Elle a entendu dire que les premiers rapports sexuels font mal et la feront saigner. Elle a vraiment peur. Elle connaît à peine Ajit et se sent honteuse à l'idée qu'il touche son corps. Elle n'a pas envie de rapports sexuels et ne se sent pas excitée, mais elle sait que quand on se marie, on doit avoir des rapports la nuit de noces. Elle laisse Ajit avoir des rapports avec elle.

Cas n°4 : SELAH et JAMES :
La dernière fois que Selah a refusé d'avoir des relations sexuelles avec son mari James, il l'a menacée et battue au point de lui donner un œil au beurre noir. Elle ne veut pas avoir de rapports sexuels avec James aujourd'hui mais, de peur qu'il la batte encore, elle ne refuse pas.

Cas n°5 : GINA et AHMED :
Gina vient d'une famille pauvre. Elle travaille pour Ahmed et son salaire est le revenu principal de sa famille. Un jour, Ahmed se met à la toucher et, après l'heure de fermeture, l'attire dans l'arrière-boutique et soulève sa robe. Déconcertée, Gina a peur de perdre son emploi. Elle tente de résister mais, quand Ahmed lui dit : « Quoi ? Tu n'aimes pas travailler ici ? », elle cède.

Cas n°6 : JULIA et OSCAR :
Oscar n'est pas sûr de vouloir avoir des rapports sexuels avec Julia, mais elle les a suggérés et il craint que ses amis ne l'apprennent et ne le taquinent s'il refuse. Il accepte donc.

Cas n°7 : VERA et WILLIAM :
Vera et William ont déjà fait l'amour ensemble une fois. Ce soir, William lui dit qu'il l'a désirée toute la journée. Vera préférerait simplement être ensemble et discuter, mais elle pense que comme ils l'ont déjà fait une fois, il n'y a plus d'autre issue. Quand William se déshabille, elle ne dit rien et ils ont de nouveau des rapports.

Cas n°8 : NGAR et ACHE :
Ngar sort avec Aché depuis le collège. Un jour Ngar voulait avoir des rapports sexuels avec sa petite amie Aché. Après discussion les deux ont décidé de s'abstenir jusqu'au mariage. Depuis lors, ils se rendent visite mutuellement et consacrent leur temps à étudier leur leçon, aller dans les bibliothèques, les maisons des jeunes et au terrain de sport. Cela leur évite de penser au sexe.

Cas n°10 : A vous de jouer. Imaginer une histoire !

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

1 Un seul programme – Guide pour une approche pédagogique unifiée de la sexualité, du genre, du VIH et des droits humains, 2011, pp. 74-75

ANNEXE 5 :
ETUDE DE CAS – GRANDIR GAY[1]

Il est important de former les animateurs sur ces études de cas pour ne pas qu'ils transmettent eux-mêmes des stéréotypes et préjugés sur ce thème.

Groupe 1 : L'histoire de Nia (Homosexualité : sujet tabou au Tchad et en Guinée Bissau).
J'ai 25 ans et je suis lesbienne. Enfant, j'étais bonne élève et j'avais beaucoup d'amis. A la puberté, j'ai commencé à me sentir différente. Dans mes rêves, j'embrassais quelqu'un dont je ne voyais pas le visage mais dont je sentais le corps, féminin. Déconcertée, je me suis mise à me haïr. A 15 ans, j'ai soudain découvert que j'étais vraiment attirée par une fille plus âgée que je connaissais : un vrai béguin. Cela ajouté à mes rêves, j'ai compris et j'ai admis que j'étais attirée par les filles. Or, ma première rencontre du mot « homosexuelle » a été dans un article de magasine parlant du viol d'une fille de 17 ans par une policière. Je me souviens de cette façon dont l'homosexualité était décrite comme une perversion et une maladie. Il y avait un autre article sur des hommes « gays » et le sida. Les deux récits dépeignaient les homosexuels comme pervers et malades. J'ai compris que je serai paria, l'une de « ces gens-là ». Tout le monde veut être aimé et faire partie intégrante de la société – personne ne veut en être exclu. Je pensais que quelque chose n'allait pas en moi, que j'étais malade. Le mot « lesbienne » est devenu profondément menaçant pour moi. C'était un mot tabou ; j'étais un sujet tabou. J'avais peur. Je me voyais bizarre et anormale. Pour faire face, je me suis repliée sur mes études et je n'ai plus été vue que comme un rat de bibliothèque.

Groupe 2 : L'histoire de Lee
J'ai 23 ans et je suis gay. J'ai grandi à la campagne. Vers l'âge de 11 ans, j'ai commencé à remarquer que j'aimais voir le corps des hommes. J'étais surpris et je ne comprenais pas. Il y avait un homme, où j'habitais, qui était très efféminé. On l'avait surnommé « la fille ». J'avais peur de lui et je ne voulais pas être comme lui. Je me souviens aussi d'un magazine de sexe qui m'était tombé sous la main, dans lequel on parlait de « gays ». Je l'ai lu et j'en ai été effrayé. Ma famille a quitté la campagne pour la ville, où mes amis parlaient de vouloir coucher avec des filles. Je mentais et je disais que je m'intéressais à une fille en particulier, alors que je ne pensais qu'à des hommes. Pour me cacher, je me montrais plus dur que les autres gars. Je me suis mis à faire du sport, dans l'espoir que personne ne découvre mon secret. Mais je me haïssais, à ne pas comprendre pourquoi j'étais ainsi. J'ai décidé d'essayer, je suis sorti avec cinq filles. Je leur ai offert des cadeaux, je les ai emmenées au ciné. J'essayais, mais je n'y arrivais pas. J'ai été jusqu'à coucher quatre fois avec une fille, mais sans y trouver la moindre satisfaction.

Groupe 3 : L'histoire de Mo
J'ai 22 ans et je suis gay. Enfant, j'avais des voisins homosexuels et mes parents avaient d'autres amis gays. J'ai donc grandi en sachant que les homosexuels sont des gens comme les autres – comme mes parents, ils avaient des enfants, un boulot, des chats et des chiens. A 15 ans, je me suis rendu compte que j'aimais mon copain Benno plus que comme un ami. Je ne savais pas comment lui en parler, alors j'ai demandé à l'ami gay de ma mère, qui vivait avec son partenaire depuis 20 ans. Il m'a d'abord dit qu'il savait combien il fallait de réflexion honnête pour découvrir qui nous sommes. Puis, il m'a demandé comment était Benno et m'a encouragé à être honnête avec lui. Il m'a expliqué que Benno ne partagerait peut-être pas mes sentiments et qu'en fait, il pourrait même prendre ses distances. Le lendemain, après l'entrainement de foot, j'ai parlé à Benno. Il s'est d'abord fâché et m'a dit qu'il ne pensait pas que nous pourrions continuer à être amis. J'étais bouleversé. Mais quelques jours plus tard, Benno est venu chez moi. Il m'a dit qu'il n'éprouvait aucun sentiment sexuel envers moi ou envers aucun autre garçon, mais qu'il voulait que nous restions amis. J'étais si heureux d'avoir retrouvé mon copain, même s'il n'y aurait jamais d'idylle entre nous. Il n'a pas toujours été facile d'être adolescent gay et j'ai souvent rencontré des gens que mon mode de vie mettait mal à l'aise. Je sais que j'ai beaucoup de chance d'avoir le soutien de ma famille. Beaucoup de jeunes n'ont pas cet avantage. C'est pour ça que je travaille pour un service à la disposition des jeunes qui se posent des questions sur leur sexualité et n'ont aucun autre soutien.

1 Un seul programme – Guide pour une approche pédagogique unifiée de la sexualité, du genre, du VIH et des droits humains, 2011, pp. 64-65

ANNEXE 6 : LA DIVERSITÉ SEXUELLE[1]

1. On parle parfois d'orientation sexuelle ou d'identité sexuelle, entre autres termes, pour désigner l'attirance envers une personne du même sexe ou de sexe opposé. Les expressions « identité » ou « diversité sexuelle » désignent le vaste éventail de l'expression sexuelle. Les personnes attirées par celles du même sexe se disent homosexuelles ou préfèrent d'autres termes, tels que gays ou lesbiennes. Un terme approprié et respectueux dans un contexte ne l'est pas toujours dans d'autres.

2. Certaines personnes éprouvent des sentiments d'amour, d'attirance et de désir sexuel envers d'autres de sexes opposés, du même sexe ou les deux. Il en va ainsi depuis toujours et dans toutes les sociétés, ouvertes ou non à l'homosexualité.
   - Le terme hétérosexuel décrit les personnes qui désirent celles du sexe opposé. Homosexuel décrit celles attirées par d'autres du même sexe. Ces termes sont privilégiés dans certains contextes.
   - De même, les personnes transsexuelles (dont l'identité de genre diffère du sexe qui leur a été attribué à la naissance) peuvent être attirées vers d'autres du même sexe, du sexe opposé ou les deux.
   - Une personne peut s'identifier ou non comme hétérosexuelle, homosexuelle (ou gay ou lesbienne) ou bisexuelle (attirée vers des êtres du même sexe aussi bien que du sexe opposé).
   - Une personne peut recevoir l'étiquette d'une identité sexuelle qu'elle ne revendique pas. Certaines ne veulent pas être cataloguées en fonction de leur sexualité ou de leur identité sexuelle, indépendamment de leurs préférences.
   - Les facteurs qui déterminent l'attirance d'une personne envers le même sexe, l'autre sexe ou les deux ne sont pas bien compris. Aucune religion, thérapie ou intervention médicale ne peut changer ces préférences. Les désirs, le comportement ou l'identité d'une personne peuvent varier dans le temps et selon les circonstances.

3. Les personnes hétérosexuelles, homosexuelles, bisexuelles et transsexuelles se retrouvent dans tous les types de famille, communauté, religion et profession.

4. Selon les principes des droits humains, chaque personne a le droit d'avoir des relations consensuelles avec qui bon lui semble.

5. Dans chaque société, les sentiments varient à l'égard de la diversité sexuelle et de l'homosexualité. L'homophobie désigne la peur ou l'aversion envers les homosexuels. Les sentiments individuels reflètent souvent les normes locales. Celles-ci varient, de l'opprobre (honte publique ou déshonneur) et de la discrimination (refus de logement ou d'emploi) au rejet (taquineries), à la tolérance, à l'acceptation et au respect jusqu'à atteindre, finalement, la valorisation et l'acceptation totale de la diversité.

6. Le rejet, l'opprobre et la discrimination à l'égard des êtres qui désirent ou qui établissent des relations de même sexe sont répandus, au préjudice de ceux qui en sont victimes et de leurs droits humains.
   - Les personnes ridiculisées pour leur attirance homosexuelle vivent parfois dans la honte et l'isolement.
   - Là où l'homosexualité est cause d'opprobre, les personnes attirées par d'autres du même sexe peuvent éprouver des difficultés ou avoir peur de reconnaître leurs propres sentiments sexuels et de les gérer ouvertement.
   - Certaines personnes s'identifient publiquement comme hétérosexuelles alors que leur désir sexuel est dirigé principalement (ou exclusivement) vers le même sexe.
   - Les garçons qui n'agissent pas de manière « suffisamment masculine » peuvent être intimidés et forcés à adopter un comportement qui les met mal à l'aise.

1 Un seul programme – Guide pour une approche pédagogique unifiée de la sexualité, du genre, du VIH et des droits humains, 2011, pp. 94-95

ANNEXE 7 : TEST « VOTRE RELATION EST-ELLE PRÊTE POUR DES RAPPORTS SEXUELS ? »[1]

Répondre aux questions suivantes aussi honnêtement que possible pour en savoir plus.

1. Est-ce que mon partenaire et moi nous nous connaissons bien ?
   ☐ Oui
   ☐ Non
   ☐ Peut-être
   ☐ Je ne sais pas

2. Est-ce que nous nous sentons liés l'un à l'autre et faisons-nous partie de la vie de l'autre ?
   ☐ Oui
   ☐ Non
   ☐ Peut-être
   ☐ Je ne sais pas

3. Est-ce que nous sommes engagés dans la relation ?
   ☐ Oui
   ☐ Non
   ☐ Peut-être
   ☐ Je ne sais pas

4. Avons-nous confiance en l'un et l'autre ?
   ☐ Oui
   ☐ Non
   ☐ Peut-être
   ☐ Je ne sais pas

5. Est-ce que nous communiquons bien ?
   ☐ Oui
   ☐ Non
   ☐ Peut-être
   ☐ Je ne sais pas

6. Pouvons-nous parler aisément de rapports sexuels ?
   ☐ Oui
   ☐ Non
   ☐ Peut-être
   ☐ Je ne sais pas

7. Voulons-nous avoir des rapports sexuels parce que nous le voulons réellement - c'est-à-dire sans contrainte ni pression ?
   ☐ Oui
   ☐ Non
   ☐ Peut-être
   ☐ Je ne sais pas

8. Avons-nous discuté de la méthode contraceptive à utiliser ?
   ☐ Oui
   ☐ Non
   ☐ Peut-être
   ☐ Je ne sais pas

9. Avons-nous discuté du besoin de faire le test du VIH tous les deux ?
   ☐ Oui
   ☐ Non
   ☐ Peut-être
   ☐ Je ne sais pas

10. Avons-nous discuté de comment nous protéger contre les MST y compris le VIH ?
    ☐ Oui
    ☐ Non
    ☐ Peut-être
    ☐ Je ne sais pas

11. Avons-nous accepté d'utiliser des préservatifs et un autre contraceptif chaque fois que nous avons des rapports sexuels ?
    ☐ Oui
    ☐ Non
    ☐ Peut-être
    ☐ Je ne sais pas

12. Est-ce que mon/ma partenaire respectera mon droit de dire « oui » ou « non » à chaque rapport sexuel ?
    ☐ Oui
    ☐ Non
    ☐ Peut-être
    ☐ Je ne sais pas

13. Est-ce que je respecterai le droit de mon/ma partenaire de dire « oui » ou « non » à chaque rapport sexuel ?
    ☐ Oui
    ☐ Non
    ☐ Peut-être
    ☐ Je ne sais pas

14. Est-ce que le cadre pour les rapports sexuels est sûr et confortable ?
    ☐ Oui
    ☐ Non
    ☐ Peut-être
    ☐ Je ne sais pas

Si vous avez répondu « non », « peut-être » ou « je ne sais pas » à une de ces questions, peut-être que vous et votre partenaire n'êtes pas prêts pour les rapports sexuels. Il serait préférable d'attendre.

1 *Vous, Votre vie, Vos rêves : bien réussir votre adolescence*, Family Care International, Inc. et Deutsche Stiftung Weltbevölkerung, 2010, pp.131-132

MOIS 2 : MON ADOLESCENCE
THÈME : CONTRACEPTION ET GROSSESSE PRÉCOCE

OBJECTIFS :
- Connaitre les différentes méthodes de contraception et savoir les utiliser
- Comprendre ce qu'est la grossesse précoce
- Sensibiliser aux conséquences d'une grossesse précoce.

MOIS 2 : ATELIER 6/9
DURÉE : 3H

ETAPES	METHODOLOGIE	DUREE
1) **Feuille de présence**	Recueillir la signature de tous les participants	5 min
2) **Accueil par un jeu d'intégration : « Les différentes contraceptions »**	Chaque participant ou binôme reçoit le nom d'une méthode de contraception ou sa définition. Ils doivent retrouver la définition et se retrouver pour les faire correspondre ***(annexe 1)***.	10 min
3) **Rappel du dernier atelier**	Les volontaires sont invités à présenter le dernier atelier sur *la sexualité.*	5 min
4) **Choisir le leader du jour**	Choisir le leader du jour de façon aléatoire parmi les participants. Le leader change à chaque session, alternant garçon et fille.	5 min
5) **Thématique « Témoignages »**	L'animateur invite des anciens du Parcours Citoyen ou de leur entourage (1 garçon et 1 fille) à venir témoigner de leur propre histoire d'une grossesse précoce ou de l'histoire d'un(e) ami(e) qui l'a vécue. A la suite du témoignage, l'animateur initie le débat avec ces questions : • Quelles sont les conséquences de la grossesse précoce sur la vie d'un(e) adolescent(e) ? • Que peut-on faire pour prévenir la grossesse précoce ?	45 min
6) **Exercice pratique « Histoire de Joana »**	L'animateur lit à voix haute l'histoire de Joana ***(annexe 3)***. Les adolescents sont répartis en petites équipes. En 30 minutes, chaque équipe doit imaginer une fin possible à l'histoire et la mettre en scène sous forme libre (pièce de théâtre, poème, chanson, etc.). Les garçons jouent le rôle de la fille enceinte et vice-versa. Chaque équipe a 5 minutes pour présenter sa propre fin de l'histoire. L'animateur propose un débat à partir des questions suivantes : • Existe-t-il d'autres fins possibles à l'histoire ? • Quel est le rôle du garçon ? • Quel est le rôle des parents ? • Peuvent-ils aider les jeunes à éviter la grossesse précoce ? Comment ? • Quelle sont les différentes options face à une grossesse précoce ?	60 min 30 min
7) **Evaluation de la session**	Chaque adolescent est invité à donner ses impressions sur la session, ce qu'il a appris, ce qui a été important et comment améliorer. Les animateurs partagent également ce qu'ils ont aimé et moins aimé.	10 min
8) **Présentation du prochain atelier**	Présentation par l'animateur du prochain mois sur *l'exploitation sexuelle et la prostitution*. L'animateur invite tous les participants à se saluer avant de partir.	5 min

Matériel nécessaire :
- Des feuilles A3 et des marqueurs, du scotch ou de la Patafix
- Les différentes méthodes contraceptives avec le nom et la définition séparées au préalable.

Documents supplémentaires :
- La feuille de présence
- Les différentes méthodes contraceptives ***(annexe 1)***
- Grossesse précoce : cause et conséquence ***(annexe 2)***
- Histoire de Joana ***(annexe 3)***
- Où s'adresser en cas de grossesse précoce ? ***(annexe 4)***

ANNEXE 1 : LES DIFFÉRENTES MÉTHODES CONTRACEPTIVES - DÉFINITIONS À COMPLÉTER[1]

Les animateurs doivent choisir et préparer uniquement les définitions des méthodes accessibles dans le pays, en fonction de la réalité des jeunes. Eviter de parler d'une méthode qui n'existe pas localement pour se concentrer sur les méthodes et risques réels dans les quartiers.

1. **Stérilet ou système intra-utérin :** contraception hormonale (3 à 5 ans). Dispositif, souvent en forme de T, introduit dans l'utérus par un agent de santé. Il permet d'éviter une grossesse non prévue, mais ne protège ni des infections sexuellement transmissibles (IST) ni du VIH/sida.
2. **Glaire cervicale :** une femme ou une fille peut identifier le moment où elle est féconde en fonction de la quantité et de la consistance de sa glaire cervicale (sécrétion vaginale appelée « perte blanche » qu'une femme connait régulièrement). Cette méthode naturelle, associé à la mesure de la température, réduit le risque de grossesse non désirée mais ne protège ni des infections sexuellement transmissibles (IST) ni du VIH/sida.
3. **Patch contraceptif :** contraception hormonale hebdomadaire. Une femme ou une fille l'applique sur sa peau comme un sparadrap ; il permet d'éviter une grossesse non prévue, mais ne protège ni des infections sexuellement transmissibles (IST) ni du VIH/sida.
4. **Anneau vaginal :** contraception hormonale mensuelle. Dispositif en forme de cercle que la femme ou la fille s'introduit dans le vagin ; il permet d'éviter une grossesse non prévue, mais ne protège ni des infections sexuellement transmissibles (IST) ni du VIH/sida.
5. **Retrait : méthode naturelle consistant à retirer le pénis du vagin avant l'éjaculation.** Peu efficace car dès l'érection, il y a toujours des spermatozoïdes dans le liquide séminal qui sert de lubrification du pénis. Cette méthode réduit le risque de grossesse non désirée et de transmission des infections sexuellement transmissibles (IST) et du VIH/sida.
6. **Spermicides :** contraception locale à usage unique. Substances diverses (gel, ovule, éponge, etc.) introduites dans le vagin pour tuer le sperme. Ils permettent d'éviter une grossesse non prévue, mais ne protège ni des infections sexuellement transmissibles (IST) ni du VIH/sida.
7. **Calendrier :** une femme ou une fille peut calculer le moment où elle est féconde en suivant ses cycles menstruels sur un calendrier d'ovulation. Cette méthode naturelle réduit le risque de grossesse non désirée mais ne protège ni des infections sexuellement transmissibles (IST) ni du VIH/sida.
8. **MAMA :** méthode naturelle liée à l'allaitement maternel qui arrête l'ovulation. Si l'enfant ne s'aliment que de lait maternel, qu'il a moins de 6 mois et que les règles ne sont pas réapparues, cette méthode est efficace pendant les 6 mois qui suivent l'accouchement. Cette méthode réduit le risque de grossesse non désirée mais ne protège ni des infections sexuellement transmissibles (IST) ni du VIH/sida.
9. **Diaphragme :** contraception locale (nettoyé, il est réutilisable à chaque rapport sexuel pendant un an). Dôme en caoutchouc qu'on remplit de spermicide et qu'on introduit dans le vagin pour recouvrir le col de l'utérus. Il permet d'éviter une grossesse non prévue, et réduit les risques de transmissions d'infections sexuellement transmissibles (IST) et du VIH/sida.
10. **Injectables :** contraception hormonale mensuelle (ou tous les 2, 3 mois). Piqûres données régulièrement à la femme ou à la fille pour empêcher l'ovulation et épaissir la glaire cervicale. Elles permettent d'éviter une grossesse non prévue, mais ne protège ni des infections sexuellement transmissibles (IST) ni du VIH/sida.
11. **Implant :** contraception hormonale (tous les 3 ans). Petit bâtonnet placé sous la peau, dans le bras d'une femme ou d'une fille. Il permet d'éviter une grossesse non prévue, mais ne protège ni des infections sexuellement transmissibles (IST) ni du VIH/sida.
12. **Vasectomie :** contraception définitive. Procédure chirurgicale qui empêche l'émission de spermatozoïdes. Elle permet d'éviter une grossesse non prévue, mais ne protège ni des infections sexuellement transmissibles (IST) ni du VIH/sida.
13. **Températures :** par la méthode des températures, la femme ou la fille détermine ses jours féconds à l'aide d'un thermomètre. Cette méthode naturelle réduit le risque de grossesse non désirée mais ne protège ni des infections sexuellement transmissibles (IST) ni du VIH/sida.
14. **Pilule :** contraception hormonale quotidienne. Une femme ou une fille la prend avec un verre d'eau chaque jour, elle permet d'éviter une grossesse non prévue, mais ne protège ni des infections sexuellement transmissibles (IST) ni du VIH/sida.
15. **Préservatif féminin :** contraception locale à usage unique. Fine poche que la femme ou la fille s'introduit dans le vagin pour empêcher le sperme de pénétrer dans son corps. Il permet d'éviter une grossesse non prévue, et protège des infections sexuellement transmissibles (IST) et du VIH/sida
16. **Préservatif masculin :** contraception locale à usage unique. Capuchon en caoutchouc mou qui est mis sur le pénis avant les rapports sexuels. Il

1 Un seul programme – Guide pour une approche pédagogique unifiée de la sexualité, du genre, du VIH et des droits humains, 2011, p. 164
https://www.planning-familial.org/articles/le-planning-et-la-contraception-00356 www.who.int/reproductivehealth/publications/family_planning/17mama.ppt

permet d'éviter une grossesse non prévue, et protège des infections sexuellement transmissibles (IST) et du VIH/sida.

17. **Ligature des trompes :** contraception définitive. Opération chirurgicale consistant à couper ou ligaturer les trompes de Fallope d'une femme pour empêcher l'ovule et le sperme de se rencontrer. Elle permet d'éviter une grossesse non prévue, mais ne protège ni des infections sexuellement transmissibles (IST) ni du VIH/sida.

ANNEXE 2 : GROSSESSE PRÉCOCE : CAUSES ET CONSÉQUENCES[1]

Principaux faits (OMS, 2018)

- Près de 16 millions de jeunes filles âgées de 15 à 19 ans et quelque 1 million de jeunes filles âgées de moins de 15 ans mettent au monde des enfants chaque année – la plupart dans des pays à revenu faible ou intermédiaire.
- Les complications de la grossesse et de l'accouchement sont la deuxième cause de décès pour les jeunes filles âgées de 15 à 19 ans dans le monde.
- Chaque année, près de 3 millions de jeunes filles âgées de 15 à 19 ans subissent des avortements à risque.
- Les enfants de mères adolescentes ont un risque de mortalité sensiblement plus élevé que ceux de femmes âgées de 20 à 24 ans.

Si certaines adolescentes planifient et désirent leur grossesse, pour beaucoup ce n'est pas le cas. Les grossesses sont plus fréquentes chez les adolescentes dans les populations pauvres, peu instruites ou rurales. Les adolescentes enceintes doivent être entourées au maximum, affectivement, psychologiquement et médicalement.

Dans les pays en développement, 1 fille sur 3 est enceinte avant ses 18 ans et met sa vie ainsi que celle de son enfant en péril.

Les causes des grossesses précoces

- Le manque d'information et d'éducation sexuelle : Faute de moyens et à cause de tabous liés au sexe, les enfants et les jeunes filles ne reçoivent pas d'éducation sexuelle et reproductive. Ils/elles ne connaissent pas ou mal les moyens de contraception et ne connaissent pas les risques liés à une grossesse précoce. L'absence de planning familial, gratuit dans certains pays en développement, renforce cette situation de méconnaissance et de manque d'accès aux soins.
- Les mariages forcés et précoces : Les jeunes filles subissent parfois des pressions sociales pour se marier et, une fois mariées, pour avoir des relations sexuelles avec leur mari et pour avoir des enfants tôt. Dans les pays à revenu faible ou intermédiaire, plus de 30 % des jeunes filles se marient avant l'âge de 18 ans, et près de 14 % avant l'âge de 15 ans.
- Les violences et abus sexuels : Sur le chemin de l'école, dans les écoles, lors de situation d'urgence, au sein même de la famille… les filles sont vulnérables et victimes de violences et abus sexuels non protégés. Les jeunes filles ne sont pas toujours en mesure de refuser des rapports sexuels non désirés ou de résister à la contrainte, et ces rapports ne sont généralement pas protégés
- Les tabous liés à la culture : Dans certains pays en développement, parler de sexe est tabou. Les filles qui tombent enceinte à la suite d'un rapport sexuel ou à un abus sexuel ont honte d'en parler et ne font donc rien pour les stopper.
- La loi : Dans la majeure partie des pays en développement, l'avortement et parfois même la contraception sont considérés comme un crime et sont répressibles.
- L'accès à la contraception : L'accès à la contraception peut être freiné par la pauvreté, les tabous et/ou les distances trop grandes pour accéder à un magasin ou un centre de santé les distribuant.

Les conséquences des grossesses précoces

Même si, biologiquement parlant, une jeune fille peut être enceinte dès qu'elle est réglée, la grossesse comporte des risques pour toute femme, mais elle est particulièrement risquée chez les adolescentes. Plus la mère est jeune, plus le risque est grand pour elle et l'enfant. Une grossesse précoce a des conséquences catastrophiques non seulement pour la mère, mais aussi pour l'enfant et le développement de leur communauté et du pays tout entier :

- Risques pour la santé : Ces grossesses précoces sont très dangereuses aussi bien pour la mère que pour l'enfant : chaque jour, 194 filles meurent des suites d'une grossesse précoce. Pourtant, 90 % des causes liées à ces décès pourraient être évitées. Les grossesses précoces sont la première cause de mortalité chez les 15 à 19 ans, et la première cause de mortalité infantile. Ces décès sont généralement causés par le manque de centres de santé pour suivre ces grossesses à risque, ou d'argent pour y accéder. Les complications de la grossesse et de l'accouchement constituent la deuxième cause de décès chez les jeunes filles âgées de 15 à 19 ans dans le monde.
  - Le problème principal pour les femmes de moins de 20 ans est que le bassin (les os entourant le canal de naissance) grandit encore. Les filles qui tombent enceinte très jeunes ont souvent des accouchements très difficiles car le bassin est trop petit et le bébé ne peut pas y passer. L'impossibilité de donner naissance par voie naturelle nécessite une césarienne. Dans ce cas, et si l'adolescente ne peut pas se faire opérer rapidement, la mère ou le bébé peuvent perdre la vie.
  - Les adolescentes en cours de croissance ont des besoins importants en vitamines, or le développement du bébé requiert beaucoup d'énergie et de vitamines. Les adolescentes sont ainsi plus exposées aux risques importants d'anémie (sang pauvre en fer), de carence en vitamines, de forte tension artérielle qui peuvent conduire à l'épuisement, l'infection, une blessure et à la mort.
  - Les jeunes filles courent de grands risques d'accoucher de bébés prématurés et de poids inférieurs à la normale, avec un risque de conséquences à long terme.
  - Beaucoup de filles qui ont une grossesse non-désirée essaient d'avorter de façon clandestine. Bien qu'elles savent que ces avortements sont dangereux, elles préfèrent prendre ce risque plutôt que d'être forcées à quitter l'école ou renvoyées de la maison. Chaque année, en Afrique, des milliers de filles meurent ou endommagent sérieusement leurs organes reproductifs à cause d'avortements clandestins et illégaux.
- Déscolarisation : 58 % des filles ne retournent jamais ou rarement à l'école après avoir eu un enfant. Ce chiffre augmente lorsque les filles sont aussi mariées. Or, une jeune fille pas ou peu instruite aura moins de possibilités de trouver un emploi. Cela peut aussi avoir un coût pour le pays, en raison du manque à gagner sur le revenu annuel qu'une jeune femme aurait pu percevoir sa vie durant si elle n'avait pas eu une grossesse précoce.
- Marginalisation : Dans beaucoup de sociétés, l'honneur de la famille repose sur la virginité des filles. Celles qui sont enceinte hors mariage sont donc victimes de discriminations et de marginalisation. Elles peuvent être rejetées par leur famille et deviennent ainsi vulnérables aux violences et abus, à l'esclavage domestique et à l'exploitation sexuelle.
- Perpétuation du statut inférieur des femmes et de la pauvreté : Les mariages et les grossesses précoces maintiennent les filles dans la dépendance financière vis-à-vis de l'homme et ne leur permettent pas de sortir de la pauvreté. Il s'agit d'une situation injuste et d'un énorme potentiel perdu pour le développement des communautés et des pays.

Certains et certaine adolescent(e)s ne savent pas comment éviter une grossesse : l'éducation sexuelle fait défaut dans beaucoup de pays. Ils et elles ont parfois honte ou n'osent pas avoir recours aux services de contraception ; les contraceptifs sont parfois trop chers ou ne sont pas largement ou légalement disponibles. Et même lorsque les contraceptifs sont largement disponibles, les adolescent(e)s sexuellement actives sont moins susceptibles de les utiliser que les adultes.

Peu de garçons pensent à la possibilité de devenir père lorsqu'ils ont des rapports sexuels, et ce malgré le fait qu'une grossesse est toujours une affaire à deux, entre un homme et une femme. Le garçon partage donc aussi la responsabilité de la grossesse et doit se sentir impliqué dans les décisions qui concernent la grossesse (consultations, aide dans le travail, etc.). La contraception concerne ainsi autant les filles que les garçons.

ANNEXE 3 : HISTOIRE DE JOANA

Joana est une fille de 17 ans. Elle va à l'école et est très studieuse. Elle est par ailleurs un membre actif du journal de l'école. Elle a beaucoup de projets pour le futur, notamment de continuer ses études et travailler. C'est une jeune fille souriante et dynamique, qui a beaucoup d'amis. Elle a un amoureux depuis 7 mois qui se prénomme Léo. Tous les 2, ils adorent passer du temps ensemble et ont beaucoup de rêves en commun, tels que faire un long voyage.

Il y a 3 mois, Joana et Léo ont eu une relation sexuelle. Joana n'a pas senti de douleurs comme ses amies le lui avaient dit, ni de honte à parler à Léo de l'utilisation du préservatif. Depuis, ils ont régulièrement eu des rapports sexuels. Une fois, le préservatif a éclaté et Joana n'utilisait aucun autre moyen de contraception. Depuis ce jour, Joana et Léo sont très préoccupés car Joana était dans sa période de fertilité. Beaucoup d'idées ont germé dans la tête de Joana :

- Et si j'étais enceinte ?
- Qu'est-ce que je vais devenir ?
- Que vais-je faire ?

1 *Vous, Votre vie, Vos rêves : bien réussir votre adolescence, Family Care International, Inc. et Deutsche Stiftung Weltbevölkerung, 2010, pp.169-170*
https://www.plan-international.fr/info/actualites/news/2016-09-23-causes-et-consequences-des-grossesses-precoces
https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-pregnancy

ANNEXE 4 :
OÙ S'ADRESSER EN CAS DE GROSSESSE PRÉCOCE

A compléter par l'animateur et le distribuer aux jeunes pour information

VERS QUEL ORGANISME SE TOURNER EN CAS DE GROSSESSE PRÉCOCE ?

Adresse de l'organisme : .....

.....

.....

.....

N° de téléphone : .....

Services proposés : .....

.....

.....

.....

Coût : .....

.....

Y A-T-IL UN CENTRE D'ACCOMPAGNEMENT/ORIENTATION DANS LE QUARTIER OU LA VILLE ?

Adresse : .....

.....

.....

.....

N° de téléphone : .....

.....

MOIS 2 : MON ADOLESCENCE
THÈME : COMPORTEMENTS À RISQUE : EXPLOITATION SEXUELLE ET PROSTITUTION

OBJECTIFS :
- Mieux comprendre le phénomène d'exploitation sexuelle des enfants.
- Stimuler la réflexion sur les causes et conséquences de l'exploitation sexuelle des enfants.

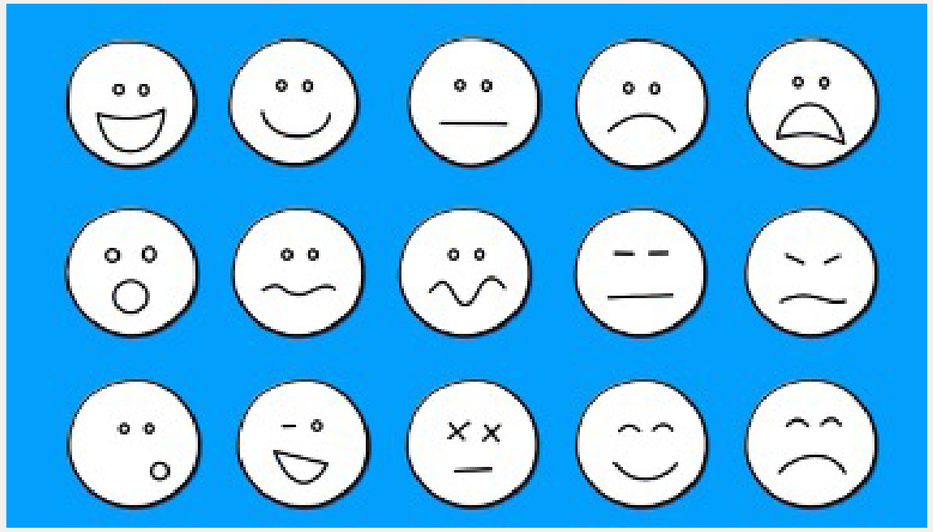
MOIS 2 : ATELIER 7/9
DURÉE : 3H

ETAPES	METHODOLOGIE	DUREE
1) Feuille de présence	Recueillir la signature de tous les participants	5 min
2) Accueil par un jeu d'intégration : « Le jeu des émotions »	Des cartes « smileys » représentant différents sentiments sont éparpillées sur la table ***(annexe 1)***. Chaque personne prend une carte de son choix et explique pourquoi il l'a choisie en exprimant ce qu'il ressent.	10 min
3) Rappel du dernier atelier	Les volontaires sont invités à présenter le dernier atelier sur la *grossesse précoce.*	5 min
4) Choisir le leader du jour	Choisir le leader du jour de façon aléatoire parmi les participants. Le leader change à chaque session, alternant garçon et fille.	5 min
5) Thématique « Qu'est-ce que l'exploitation sexuelle des enfants ? »	L'animateur introduit l'atelier avec une vidéo : *A contrecœur, paroles d'enfants victimes* ou lit l'histoire d'Ali ***(annexe 2)*** A la suite, l'animateur initie le débat avec ces questions ***(annexe 3)*** : • Qu'est-ce que l'exploitation sexuelle des enfants ? • Connaissez-vous des jeunes qui sont tombés dans ce piège ? Pourquoi ? • Garçons comme filles sont-ils touchés ? • Quelles peuvent être les conséquences et les risques pour la vie d'un jeune ?	35 min
« Jeu personnes et objets »	Les adolescents se répartissent en 3 équipes. Une équipe représente les objets, une autre les personnes et une dernière les observateurs. Les règles sont les suivantes : • L'équipe des objets ne peut penser, ni sentir, ni prendre de décision et doit faire ce que les personnes lui disent de faire. Si un objet veut bouger ou faire quelque chose, il doit demander la permission à la personne. • L'équipe des personnes : les personnes pensent, sentent, prennent des décisions et peuvent demander aux objets ce qu'ils veulent. • L'équipe des observateurs : ils observent en silence. L'équipe des personnes demande aux objets de faire ou de dire ce qu'elle veut. L'animateur veille à ce qu'il n'y ait pas d'abus. Après 5 minutes, les rôles sont inversés. L'animateur initie le débat avec les questions suivantes : • Comment se sent-on lorsque l'on est traité comme un objet ? • Comment se sent-on lorsque l'on traite quelqu'un comme un objet ? • Comment se sent-on lorsque l'on observe sans rien dire ? Auriez-vous aimé intervenir ? Pour faire quoi ? • Est-ce que ça arrive dans la vraie vie ? Connaissez-vous des exemples ? • Laquelle de 3 équipes choisiriez-vous ? Pourquoi ?	60 min
6) Exercice pratique « Comment aider un ami qui tombe dans le piège de l'exploitation sexuelle ? »	Par équipe, les adolescents réfléchissent à la situation suivante : un(e) ami(e) tombe dans le piège de l'exploitation sexuelle, raconte son histoire et ce qui l'a amené à en arriver là. Que pouvez-vous faire pour l'aider ? Chaque équipe désigne un(e) porte-parole pour présenter le résultat des réflexions de son groupe. • L'animateur lance le débat : Y'a-t-il des lois qui protègent contre l'exploitation sexuelle des enfants ? En connaissez-vous ? • Y'a-t-il des institutions qui peuvent aider ? • Comment pouvons-nous aider notre ami(e) ?	45 min
7) Evaluation de la session	Chaque adolescent est invité à donner ses impressions sur la session, ce qu'il a appris, ce qui a été important et ce qu'il pense mettre en pratique. Les animateurs partagent également ce qu'ils ont aimé et moins aimé.	10 min
8) Présentation du prochain atelier	Présentation par l'animateur du prochain mois sur *la consommation de drogues.* L'animateur invite tous les participants à se saluer avant de partir.	5 min

Matériel nécessaire :
- Du papier ou un cahier, un stylo pour chaque participant
- Des feuilles A3 et des marqueurs, du scotch ou de la Patafix
- Matériel de projection

Documents supplémentaires :
- La feuille de présence
- Les différents sentiments ***(annexe 1)***
- Vidéo « A contrecœur », histoire d'Ali ***(annexe 2)***
- Définitions, causes et conséquences ***(annexe 3)***

ANNEXE 1 :
LES DIFFÉRENTS SENTIMENTS



ANNEXE 2 :
VIDÉO « A CONTRECŒUR », HISTOIRE D'ALI

A contrecœur, paroles d'enfants victimes
https://www.youtube.com/watch?time_continue=39&v=llxr39okims

Ombasa, grande ville touristique sur le littoral du Kenya, le tourisme sexuel ravage l'enfance de filles et de garçons qui n'ont d'autre choix pour survivre que de se prostituer. Quelques jeunes filles victimes de ce fléau livrent un témoignage poignant de leur vie, de leur souffrance, de leur tristesse et de leurs espoirs. À travers leurs yeux, on découvre les ravages causés par les touristes sexuels sur l'enfance de ces filles et garçons…

Histoire d'Ali, jeune garçon victime d'exploitation sexuelle des enfants à des fins commerciales[1]

La mère d'Ali (pseudonyme) est décédée alors qu'il n'était encore qu'un petit garçon. Son père s'étant remarié après la mort de sa mère, Ali commença à vivre chez son oncle maternel. Sa tante ne lui réserva pas un accueil chaleureux et commença à se comporter de manière grossière.
De jour en jour, le comportement de sa tante se détériorait. Sa tante le força également à accomplir toutes les tâches ménagères. S'il commettait la moindre erreur dans l'exécution des tâches ménagères, Ali était privé de nourriture pour la journée. Un beau jour, il s'enfuit de la maison de sa tante et se rendit à Dacca avec une femme.
La femme lui trouva un emploi comme domestique dans une maison où Ali resta 2 ans. Ali était toutefois également maltraité par le propriétaire de la maison et sa femme et, jusqu'au jour où le propriétaire de la maison essaya d'abuser sexuellement de lui. Il devint alors très difficile pour Ali de continuer à travailler dans cette maison, les abus devenant de plus en plus fréquents.
Pour finir, Ali quitta la maison et commença à vivre dans la rue. Il trouva refuge dans la maison d'une femme dans la zone des bidonvilles, mais il s'avéra que cette femme était une proxénète qui contraignit Ali à s'engager dans le commerce du sexe. Ali se retrouva complètement désemparé face à cette situation.

1 Revue des bonnes pratiques : Impliquer les hommes et les garçons dans la lutte contre l'exploitation sexuelle des enfants. ECPAT France/Luxembourg, 2014, pp.22-23

ANNEXE 3 :
DÉFINITIONS, CAUSES ET CONSÉQUENCES[1]

L'exploitation sexuelle des enfants à des fins commerciales est une violation fondamentale de leurs droits. Elle désigne le fait d'être contraint à se livrer à des activités sexuelles - maltraitance ou abus sexuel – par l'adulte en échange d'une rétribution en nature ou en espèces (argent, objet, nourriture, faveur, hébergement, etc.) versée à l'enfant ou à une ou plusieurs tierces personnes. Il n'est pas nécessaire que l'objet de l'échange soit effectivement donné, une simple promesse suffit, même si elle n'est jamais réalisée.
L'enfant y est traité comme un objet sexuel et comme un objet commercial. L'exploitation sexuelle des enfants à des fins commerciales constitue une forme de coercition et de violence exercée contre les enfants, et équivaut à un travail forcé et à une forme contemporaine de 'esclavage.
Il existe trois formes principales et étroitement liées de l'exploitation sexuelle des enfants à des fins commerciales : la prostitution, la pornographie et le trafic dans un but sexuel. Citons finalement, parmi les autres formes d'exploitation sexuelle, le tourisme sexuel impliquant des enfants et les mariages précoces.
Un enfant ne choisit pas d'exercer la prostitution, il y est forcé par des circonstances, des valeurs, des normes sociales, ou des personnes abusives.

Un phénomène planétaire
L'exploitation sexuelle des enfants à des fins de prostitution est un problème séculaire et mondial, présent dans tous les pays du monde, qui n'a cessé de s'intensifier au cours des décennies.
La nature secrète et clandestine de ce crime rend les statistiques sur le nombre d'enfants victimes difficile à obtenir. Les recherches relèvent malgré tout une hausse constante de l'exploitation à des fins de prostitution, facilitée entre autres par le développement des nouvelles technologies de communication, notamment Internet. Cette exploitation touche des enfants de plus en plus jeunes et affecte autant les garçons que les filles.

Pourquoi l'exploitation sexuelle des enfants existe-t-elle ?
Causes
La pauvreté est généralement la première réponse à la question. Cependant, elle ne peut à elle seule expliquer l'exploitation sexuelle des enfants à des fins commerciales. De nombreux enfants issus de familles pauvres ne participent aucunement au commerce sexuel, alors que de nombreux enfants dont les familles ne sont pas défavorisées y sont soumis. L'exploitation sexuelle des enfants se produit également dans les pays «développés» et dans les pays «en développement». Lorsqu'on étudie ce qui rend les enfants vulnérables à l'exploitation sexuelle à des fins commerciales, d'autres facteurs entrent en ligne de compte :

► **Vivre et travailler dans les rues**
Dans la plupart des grandes villes des pays en développement, des enfants vivent dans les rues. Souvent, ils se prostituent pour pouvoir survivre, et par comparaison avec les autres formes de prostitution, leurs gains sont très faibles.

► **Les abus familiaux et le rejet des enfants**
Près de 80% des enfants victimes d'exploitation sexuelle à des fins commerciales souffrent de mauvais traitements psychologiques et/ou physiques au sein de leur famille, et la plupart d'entre eux ont subi une agression sexuelle, sous une forme ou une autre, de la part d'un membre ou d'un ami de la famille.

► **Les conflits armés**
Les enfants sont souvent séparés de leurs parents dans le chaos généré par les conflits, les exodes et les déplacements de population ; d'autres sont orphelins. Les enfants non accompagnés sont particulièrement vulnérables, et courent le risque d'être sexuellement abusés ou exploités. La fréquence croissante des conflits armés à travers le monde a fait d'un nombre sans cesse grandissant d'enfants une proie facile pour les exploiteurs.

► **La société de consommation / le matérialisme**
Dans beaucoup de pays développés, des jeunes sont poussés à la prostitution, non en tant que membres d'une classe défavorisée essayant d'échapper à la pauvreté, mais en tant que membres de la classe moyenne soumis à une forte pression/ désir de posséder des biens de consommation et de luxe

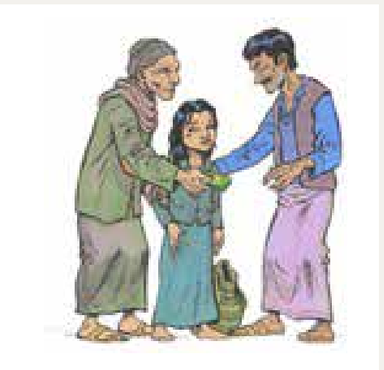
1 *https://ecpat-france.fr/exploitation-prostitution/*
http://www.in-terre-actif.com/trousse2/textes_index.html
https://www.humanium.org/fr/prostitution-infantile/

représentatifs d'un certain statut social. Cette pression crée rapidement un énorme besoin d'argent qui ne peut être comblé qu'à travers des activités comme le commerce du sexe.

► **Orphelins du sida**
Orphelins, ou enfants responsables du soin de leurs jeunes frères et sœurs, ils peuvent être victimes d'abus et d'exploitation sexuelle.

► **Comportement sexuel irresponsable**
Certains hommes cherchent à avoir des relations sexuelles avec une jeune fille vierge, que ce soit ou non dans le contexte social du mariage. De plus, les relations sexuelles avec une vierge ou une enfant font l'objet de divers mythes ou préjugés répandus.

► **Traditions et coutumes néfastes**
Outre les pratiques de mariages d'enfants, il existe d'autres coutumes et traditions qui rendent les enfants vulnérables à l'exploitation sexuelle. Dans de nombreux pays, la plupart des filles de mères prostituées deviennent elles-mêmes des prostituées. Cela peut être dû à des structures sociales rigides, comme le système des castes, ou simplement à cause de la discrimination sociale. Que cela se produise officiellement ou non, le résultat est presque toujours le même : les enfants de mères prostituées ont rarement la possibilité de vivre autrement.



Pourquoi choisir des enfants plutôt que des adultes ?

Il est plus facile d'abuser d'un enfant que d'un adulte. Les exploitants sexuels apprécient la docilité des enfants car ils sont moins en mesure de se défendre. Cette attitude déviante est souvent justifiée par le sentiment de puissance sexuelle et économique, par le désir de nouvelles expériences ou par le sentiment d'impunité lié à l'anonymat.

De plus, certains mythes et préjugés justifieraient la recherche de relations sexuelles avec des enfants.

Par exemple, dans de nombreux pays asiatiques, un certain nombre d'hommes sont persuadés que le fait d'avoir des relations sexuelles avec de très jeunes filles (présumées être vierges, ou n'avoir eu que très peu de partenaires) leur éviterait de contracter le virus du sida. Certains en viennent à croire que de telles relations peuvent même guérir du sida. En outre, beaucoup d'hommes croient que les relations sexuelles avec une vierge leur rendront la jeunesse, accroîtront leur virilité en leur apportant la santé, la longévité, la chance et le succès en affaires. Un grand nombre de ces mythes et de ces préjugés ont également cours dans certains pays d'Afrique.

Conséquences sur l'enfant ?

La prostitution infantile engendre des effets négatifs sur le bien-être et l'équilibre de l'enfant qui, plus tard, devient bien souvent à son tour un proxénète.

► **pas d'accès aux services**
Les enfants exploités sexuellement sont souvent déscolarisés. Marginalisés, rejetés par leurs proches et la société, ils n'ont pas accès aux soins et vivent dans des conditions d'hygiène alarmantes.

► **propagation du Sida**
La prostitution favorise la propagation du virus. De nombreux clients refusent d'avoir des rapports sexuels protégés avec un enfant. Les enfants sont alors vulnérables à toute maladie transmise sexuellement.

► **syndromes physiques et psychologiques**
Au plan physique, on peut observer chez l'enfant, des lésions telles que des déchirements vaginaux, séquelles physiques de tortures, douleurs, infections ou des grossesses non désirées.

Au plan psychologique, l'enfant peut aussi présenter plusieurs symptômes comme des troubles dépressifs, des troubles de la personnalité ou d'identité sexuelle et de comportement (agressivité, colère), des troubles du sommeil, une perte de confiance en soi, une méfiance ou de la haine à l'égard des adultes, symptômes qui impactent durablement la personnalité.

A vous de jouer !

- Se renseigner sur les lois et institutions.
- Chacun peut aussi être à l'écoute des autres et en soutien.

Berta, 17 ans, Mozambique

"Moi aussi je peux aider mes amis contre l'exploitation sexuelle. Si, par exemple, je rencontre un enfant qui a été victime d'un abus sexuel par une vieille personne dans un but économique, je peux appeler la police. Heureusement, il y a dans mon pays des organisations qui réveillent les consciences sur l'exploitation sexuelle et ce travail porte ces fruits. »

MOIS 2 : MON ADOLESCENCE
THÈME : COMPORTEMENTS À RISQUES : CONSOMMATION DE DROGUES

OBJECTIFS :
- Identifier les différents types de drogue.
- Prendre conscience des risques de la consommation de drogues sur la santé

MOIS 2 : ATELIER 8/9
DURÉE : 3H

ETAPES	METHODOLOGIE	DUREE
1) Feuille de présence	Recueillir la signature de tous les participants	5 min
2) Accueil par un jeu d'intégration : « La patate chaude »	L'animateur choisit un nombre et l'écrit sur un papier qu'il met de côté sans le montrer. En cercle, les adolescents se passent une balle représentant une patate chaude tandis que l'animateur compte jusqu'au numéro choisi. Quand le numéro arrive, la personne qui a la balle dans les mains sort du cercle.	10 min
3) Rappel du dernier atelier	Les volontaires sont invités à présenter le dernier atelier sur *l'exploitation sexuelle et la prostitution.*	5 min
4) Choisir le leader du jour	Choisir le leader du jour de façon aléatoire parmi les participants. Le leader change à chaque session, alternant garçon et fille.	5 min
5) Thématique « Qu'est-ce que « Les différents types de drogues »	Par équipe, les adolescents réfléchissent sur les différents types de drogues qu'ils connaissent et les écrivent sur un papier. Chaque équipe désigne un porte-parole pour présenter le résultat des réflexions de son groupe. L'animateur initie le débat avec les questions suivantes : • Est-il facile de s'en procurer dans le quartier ? • Connaissez-vous beaucoup de personnes qui les utilisent régulièrement ? • Quelles sont les conséquences sur la santé ? Sur la vie sociale ?	45 min
« Consommation de drogues : quels risques ? »	Les adolescents se mettent en cercle, chacun pioche une carte sur laquelle est inscrit le nom d'une drogue et ses conséquences en fonction de son usage (usage occasionnel et fréquent). A tour de rôle, chacun se met au centre du cercle et présente ce qui est inscrit sur la carte ***(annexe 2)***.	30 min
6) Exercice pratique « Plan d'action pour une sensibilisation de la communauté »	Par binôme, les adolescents reçoivent un à deux messages postés sur les réseaux sociaux ***(annexe 3)*** et réfléchissent à cette question « Un ami poste ce message sur téléphone ou Facebook, que lui répondez-vous ? » Chaque binôme lit les situations et partage ses idées : • Pour quelles raisons commence-t-on à consommer ? • Est-ce qu'il y a une pression des amis, proches ? • Vers qui s'adresser quand on a besoin d'aide avec ses consommations ? Quel est le rôle des adultes ? • Quels sont les effets recherchés lorsque l'on consomme des drogues ? • Est-ce que les médicaments sont des drogues ? • A partir de quel moment peut-on parler de dépendance ? Par équipe, les adolescents élaborent un plan d'action (cf. *atelier 4 du mois 1*) pour sensibiliser les jeunes de la communauté sur les conséquences de l'utilisation des drogues en vue d'un temps de multiplication des connaissances.	35 min 30 min
7) Evaluation de la session	Chaque adolescent est invité à donner ses impressions sur la session, ce qu'il a appris, ce qui a été important et ce qu'il pense mettre en pratique. Les animateurs partagent également ce qu'ils ont aimé et moins aimé.	10 min
8) Présentation du prochain atelier	Présentation par l'animateur du prochain atelier sur *la découverte des métiers* L'animateur invite tous les participants à se saluer avant de partir.	5 min

Matériel nécessaire :
- Des feuilles A3 et des marqueurs, du scotch ou de la Patafix
- Une balle

Documents supplémentaires :
- Quelques infos sur les drogues ***(annexe 1)***
- Consommation de drogues : quels risques ? ***(annexe 2)***
- Modérateur Facebook – version drogues ***(annexe 3)***
- Comment prévenir les conduites addictives ? ***(annexe 4)***

ANNEXE 1 : QUELQUES INFOS SUR LES DROGUES[1]

L'adolescence, âge de tous les possibles et de toutes les découvertes, est une période d'expérimentation et de socialisation propice à la consommation d'alcool, de tabac, de cannabis ou autres drogues. L'adolescence est une période de transformation et vulnérabilité : l'adolescent quitte sa carapace pour reprendre l'expression de Françoise Dolto[2] dans « Le complexe du homard ». Il quitte un état pour aller à un autre et change ses repères, comme le homard, quand il grandit.

Comment expliquer ces comportements à risques et notamment la consommation de drogues ou d'alcool ?

Dans certains cas, ces consommations reflètent une véritable souffrance, mais il y a aussi chez les adolescents des comportements à risques, qui sont «pour faire comme les autres», pour appartenir à un groupe. Les jeunes en quête de sensation s'adonnent à l'alcool, la cigarette, la drogue avec toutes les conséquences sur la santé des jeunes eux-mêmes et la société.
Les facteurs de risque sont nombreux : la famille (la consommation est perçue comme normale), la culture (la consommation est associée à la convivialité, à l'intégration), la fragilité psychologique (personnalité angoissée, déscolarisation, fuite du réel), les difficultés sociales, économiques ou professionnelles (situations de pauvreté, stress).

L'addiction

On appelle « drogue » toute substance qui modifie la manière de percevoir les choses, de ressentir les émotions, de penser et de se comporter. Les dangers liés à l'usage varient selon les substances, les individus, les façons de consommer, les quantités, etc.[3] Selon l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS), la toxicomanie est « un état d'intoxication périodique ou chronique engendré par la consommation répétée d'une drogue naturelle ou synthétique ». Plus couramment appelée addiction ou dépendance pathologique, la toxicomanie est caractérisée par :

- Un invincible désir ou besoin de continuer à consommer la drogue et à se la procurer par tous les moyens ;
- Une tendance à augmenter les doses ;
- Une dépendance d'ordre psychique et généralement physique à l'égard des effets de la drogue ;
- Des effets nuisibles à l'individu et à la société.

L'addiction fait partie des maladies à incidences sociales, c'est-à-dire qu'elle a un impact non seulement sur la santé de l'individu malade (toxicité, risque d'accident), mais aussi sur sa famille et l'ensemble de la collectivité. Ainsi, l'addiction peut engendrer de la violence et de l'insécurité : corruption, délinquance, vols pour se procurer de la drogue, etc. en plus du coût pour la société.

Des effets différents

Les drogues sont également classées selon le type d'effets qu'elles procurent.

- « Dépresseur du système nerveux » : elles agissent sur le cerveau en ralentissant certaines fonctions ou sensations. Un ralentissement de la fonction respiratoire et l'endormissement sont souvent des effets secondaires de ces drogues : alcool, hypnotiques (barbituriques), tranquillisants (benzodiazépines), neuroleptiques, analgésiques (opiacés, morphine, héroïne, produits de synthèse).
- « Stimulant » : elles accroissent les sensations et certaines fonctions organiques comme le rythme cardiaque ou encore la sensation d'éveil... Leur action « stimulante » est souvent suivie d'un contrecoup avec par exemple des sensations inverses de fatigue et d'irritabilité : mineurs (café, nicotine), majeurs (amphétamines, anorexigènes, cocaïne), stimulants de l'humeur ou antidépresseurs.
- « Hallucinogène », difficiles à classer (on parle par défaut de « perturbateurs ») : elles peuvent avoir les effets de plusieurs des catégories précédentes sans avoir rien de spécifique. Souvent, elles modifient les perceptions visuelles, auditives et corporelles. Ces modifications sont très dépendantes du contexte et de la personne qui utilise de telles drogues : chanvre indien, solvants (éther, colles), hallucinogènes (LSD, mescaline, psilocybine, etc.). Les effets et risques d'une drogue dépendent également de la personne qui la prend et du contexte de consommation.

Psychoactifs (substances ayant une action sur le cerveau) : quelles conséquences ?

La consommation de drogues chez les jeunes a des effets plus nuisibles pour la santé que chez l'adulte. La consommation d'alcool chez l'adolescent, et notamment l'intoxication massive, a ainsi des effets neurotoxiques plus prononcés sur le cerveau pouvant altérer la génération de nouveaux neurones, la mémoire et les apprentissages. Plus la consommation est importante, plus les déficits observés à moyen terme sont importants.

- L'alcool : Il existe deux types d'alcoolisme : l'alcoolisme aigu (état d'ivresse) et l'alcoolisme chronique (ingestion régulière d'alcool ou éthylisme chronique). En dehors de la déstructuration sociale et familiale, l'alcoolisme est une cause de mortalité prématurée : cirrhose du foie, cancers (pharynx, œsophage), accidents de la route et suicides.
- Le tabac : Le tabagisme actif est la consommation habituelle de tabac entraînant une dépendance physique et psychologique. Le tabagisme passif est l'exposition d'un non-fumeur à la fumée du tabac.

En ce qui concerne la consommation de cannabis (en particulier en cas de premiers usages avant 15 ans) certains troubles cognitifs peuvent persister (troubles de la mémoire, baisse de l'attention). Une consommation régulière et prolongée peut également altérer les résultats scolaires et les relations sociales et familiales.

Des dégâts pour le corps

Les drogues sont des produits toxiques, des poisons, qui vont détruire le corps et l'esprit, très rapidement ou plus lentement selon les drogues et cette toxicité va entraîner des maladies. Ainsi, les drogués de la cigarette sont souvent affectés des maladies de la bouche, de l'estomac, de bronches, et aussi des maladies du cœur. Les drogués de l'alcool sont des gens qui ont des maladies spécifiques : les maladies du foie, du cerveau, du pancréas.

La personne droguée peut consacrer tout son temps et tout son argent à la recherche de « toujours plus de drogue » pour ne pas en manquer et pour toujours pouvoir posséder une « dose ». Comme le cerveau s'habitue à une petite dose, la personne qui se drogue a tendance à augmenter cette dose pour ressentir à nouveau le plaisir qu'elle avait au début: c'est le phénomène de surdosage et son corps va souffrir de plus en plus.

---

1 https://www.mae.fr/article/prevention/19-07-2017/alcool-tabac-cannabis-chez-les-jeunes_44.html
2 Françoise DOLTO (1908 -1988) : pédiatre et psychanalyste française, figure emblématique de la psychanalyse de l'enfance.
3 http://www.drogues-info-service.fr/Tout-savoir-sur-les-drogues/Les-drogues-et-leur-consommation/Qu-est-ce-qu-une-drogue#.XECJU8HQjIU

ANNEXE 2 : CONSOMMATION DE DROGUES : QUELS RISQUES ?

► ***A préparer sur des cartes avant la session !***
Les animateurs doivent choisir et préparer uniquement les cartes drogues en fonction de la réalité des jeunes. Eviter de parler d'une drogue qui n'existe pas localement pour se concentrer sur les risques réels dans les quartiers.

TYPES DE DROGUES	USAGE OCCASIONNEL		USAGE ABUSIF	
	RISQUE PHYSIQUE	RISQUE SOCIAL	RISQUE PHYSIQUE	RISQUE SOCIAL
Cigarette	Accélération du rythme cardiaque, augmentation de la tension artérielle	Coût financier important	- Dépendance à la nicotine - Cancer - détérioration des poumons et d'autres organes	Coût financier important (pour l'achat et pour l'accès aux soins)
Tranquillisants (Valium)	Fréquence somnolences, mort possible en cas de mélange à l'alcool	- Impact sur la vie sociale et familiale - Violence & Accident	- Accroissement de l'angoisse, dépendance - Tremblote excessive	- Echec scolaire et professionnel - Exclusion sociale - Délinquance - Isolement - Marginalisation - Destruction familiale
Alcool	Manque de concentration, ralentissement des réactions	- Impact sur la vie sociale et familiale - Violence & Accident	Désintégration du cœur, du foie, de l'estomac Extrême dépendance, cirrhose du foie	
Cannabis (sous toutes les formes)	Manque de concentration, ralentissement des réactions, forte hilarité, gaieté démesurée trouble de la mémoire	- Impact sur la vie sociale et familiale - Violence & Accident	Affection du poumon en cas du mélange à du tabac Perturbation psychique. Manque d'appétit, extrême fatigue	
Cocaïne	- Convulsions, vomissements, ralentissement de la vue - Troubles momentanés	- Impact sur la vie sociale et familiale - Violence & Accident	Gastrites et pancréatites, dépression des centres nerveux Défaillance cardiaque et respiratoire	
Héroïne	- Sentiment de méfiance et de persécution - Abandon des tâches quotidiennes	- Impact sur la vie sociale et familiale - Violence & Accident	Colère incontrôlable, paranoïa Troubles neurologiques et coma mortel	
Morphine	- Perturbation psychique des sujets faibles - Névrites aux jambes - Atrophie des muscles	- Impact sur la vie sociale et familiale - Violence & Accident	Dépendance psychique et psychiatrique Psychose de types schizophréniques	
Solvant	- Ivresse immédiate, confusion mentale, hallucination - Vomissement, œdème aigu du poumon	- Impact sur la vie sociale et familiale - Violence & Accident	Irritation des yeux, du nez, des voies respiratoires Troubles de la mémoire, difficultés respiratoires, faible physiquement, arrêt cardiaque	
Crack	Des dommages rapides sur le cerveau, des graves altérations des voies respiratoires	- Impact sur la vie sociale et familiale - Violence & Accident	Une forte dépendance psychique et une neurotoxique très importante	
Opium	Amaigrissement, livide, son regard est fixe avec myosis	- Impact sur la vie sociale et familiale - Violence & Accident	Il devient indifférent à tout, pas de sommeil puis affaiblissement terrible	

ANNEXE 3 : MODÉRATEUR FACEBOOK – VERSION DROGUES[1]

Sujet : Arrêter de fumer ? – Posté le 15/05/2019 à 16 :26 :23

Bonjour,
J'ai 19 ans, je fume depuis mes 15 ans. J'ai commencé sur un coup de tête, c'était stupide mais j'ai tout de même continué ! Mon père a énormément de problèmes de santé surtout liés au tabac, donc ça me fait un certain déclic ☹.
Mais de mon côté ; la clope est un moyen de me « libérer », étant assez réservé et timide, avec une cigarette, je suis plus à l'aise… Enfin, c'est très psychologique puis tous mes bons moments, quand je suis posé au lac avec des potes, je fume des clopes avec eux, je ne sais pas, j'ai l'impression qu'on partage plus quand on fume tous, vous voyez ce que je veux dire ? J'ai l'impression que si j'arrête de fumer, je serai moins sociable… C'est ridicule vous allez me dire 😊
Aussi une petite question, l'acné est liée à la consommation de tabac ? Ainsi que la « beauté » de la peau ? Merci

Sujet : dépendance possible ? – Posté le 29/10/2019 à 03 :30 :48

Hey tout le monde !
Je me demandais vu que ma consommation de tabac est très irrégulière, est-ce possible que je devienne dépendant ?
Par exemple, il y a des semaines où je ne fume quasiment pas et d'autres où je me fais des paquets entiers presque en une seule journée avec des potes.
Donc voilà merci d'avance.

Sujet : Mon ami est tombé dans l'alcool et la drogue – Posté le 04/04/2019 à 15 :28 :12

Bonjour, j'ai vraiment besoin d'aide ; un ami qui m'est très cher est tombé dans l'alcool et la drogue alors qu'il n'a que 15 ans et ça m'inquiète beaucoup. En fait, je ne sais pas comment lui en parler puisqu'il ne sait pas que je sais, ni sa mère non plus (elle est au village et il habite avec sa tante).
Il a commencé à boire lorsqu'il a quitté le village puis à fumer du tabac et maintenant veut se mettre à consommer de la cocaïne et d'autres drogues plus dures. J'ai peur qu'il n'arrête l'école et qu'il fasse des bêtises (ce qu'il a déjà commencé à faire) alors qu'il est très intelligent.
Donc s'il vous plaît conseillez moi sur comment faire pour lui en parler et comment faire pour qu'il arrête ? Merci !!

Sujet : hallucination à cause de la drogue – Posté le 07/10/2019 à 18 :48 :09

Bonjour,
J'ai 15 ans et depuis peu de temps je fume un peu de shit juste 4-5 tafs par jour. Hier soir, j'ai invité ma meilleure amie à en fumer avec moi et un ami (celui qui m'en donne) donc comme d'habitude, on sort par la fenêtre en cachette.
On a commencé à fumer, j'ai fumé 6 tafs je pense, je me sentais bien et puis, tout à coup, je me rappelle rien à part que je suis dans un rêve et que je vois plus rien du tout, j'ai plus de force et tout est flou autour de moi.
Je commence à paniquer, je crie et cherche ma pote, vraiment je me sentais plus sur terre, je commençais à courir en parlant fort et arrivé chez moi j'ai vu ma pote me courir après. Je lui demande ce qui se passe et je commence à réaliser de ce que je viens de faire. C'était vraiment horrible, cette impression et dans la soirée ça revenait souvent mais pas très fort, à part quand j'ai voulu dormir et aujourd'hui, ça me le refait un peu aussi. J'ai peur que ça me le refasse en plus, je peux en parler à personne à part à ma meilleure amie. Merci d'avance.

Sujet : Cannabis et parents. Que faire ? – Posté le 04/04/2019 à 15 :28 :12

Bonjour,
Je fume du cannabis de manière assez irrégulière (ça peut aller de 0 joint pendant des mois à 8 joints par jour pendant une courte période).
Etant très franche et ouverte au dialogue, j'ai décidé d'annoncer moi-même à mes parents que je fumais. Je ne m'attendais pas à ce qu'ils sautent de joie, ça c'est sûr. Mais leur réaction m'a beaucoup déçue et m'a totalement bloquée...
J'aurais préféré qu'ils s'énervent et qu'on ait une vraie discussion que ce qu'il s'est passé. Ils ne se sont pas énervés, ce fut un « non, tu arrêtes ça ! Ça ne sert à rien » et c'est tout. Pas d'explication, pas de question. Rien. Ils ont juste tenté de me faire culpabiliser : comme si ça allait changer les choses.
Résultat ? Rien n'a changé, c'est comme avant. Je suis obligée de mentir sur ce que je fais. Ça me rend triste parce que ce n'est pas mon style de mentir. Le sujet est devenu tabou. J'ai alors tenté à plusieurs reprises d'ouvrir la conversation sur le sujet : sans réponse.
Je ne sais plus comment faire. Ça me fait vraiment souffrir de ne pas pouvoir aborder un sujet aussi important à mes yeux. Je suis obligée de ne montrer qu'une partie de moi-même à mes propres parents.
Est-ce que vous avez des conseils à me donner ? Des choses à dire ? Des techniques d'approche ?

1 http://www.lecrips-idf.net/miscellaneous/animatheque-forum-moderator-version-drogue.htm

Sujet : comment l'aider à arrêter le cannabis ? – Posté le 22/02/2019 à 01 :17 :31

Mon copain et moi nous sommes ensemble depuis plus d'un an.
Je voudrais qu'il arrête de fumer du cannabis car ça me dérange énormément.
Malheureusement, il ne comprend pas pourquoi je veux qu'il arrête car il ne fait que « s'amuser », qu'il est jeune.
Comment réussir à lui faire comprendre ?
Comment l'aider à arrêter ?
Comment lui donner envier d'arrêter ?

Sujet : shit + alcool ? – Posté le 04/04/2019 à 15 :28 :12

Bonjour,
J'ai entendu dire qu'il était dangereux de fumer (drogues) et de boire (alcool) en même temps…
Donc j'aimerais avoir plus de précision là-dessus svp !
Est-ce que c'est vraiment dangereux ?
Ou simplement à éviter ?
Merci d'avance 😊

Sujet : suis-je accro ? – Posté le 27/03/2019 à 15 :20 :09

Salut à tous, je fume depuis quelques années maintenant et plus régulièrement depuis quelques mois. En ce moment, je suis à plusieurs pets par jours, 2-3 minimum. J'ai commencé à augmenter ma consommation à partir du moment où je suis devenue célibataire, ça faisait un peu plus d'un an que j'étais en couple et quand ça s'est terminé, j'ai commencé à fumer plus régulièrement et en plus grande quantité (je charge plus mes pets qu'avant).
L'autre jour, je n'ai pas fumé juste pendant une journée, et je me suis sentie mal toute la journée : bouffée de chaleur, tête qui tourne, j'étais toute blanche, pas d'équilibre, donc je ne sais pas c'était une crise de manque mais quand je suis rentré chez moi, j'ai refumé, et ça allait tout de mieux.
Je me coupe de tout le monde, j'ai plus de portable, plus de facebook, je suis bien que quand je suis dans ma bulle, avec mes potes, à fumer… Alors ?

ANNEXE 4 : COMMENT PRÉVENIR LES CONDUITES ADDICTIVES ?

Comment prévenir les conduites addictives ?

Toutes les activités développant l'estime de soi ainsi que les compétences psychosociales sont des éléments protecteurs au moment de l'adolescence. Ainsi, les sports qui développent une maîtrise de son corps et de son mental, la confiance en ses capacités physiques et le respect de soi et de l'autre ; les activités artistiques pour apprendre à s'exprimer, partager et créer avec d'autres ; sont particulièrement importants. Lorsque les parents sont eux-mêmes de grands fumeurs ou des consommateurs réguliers d'alcool, le risque d'une consommation régulière ou excessive chez leurs enfants est multiplié par 2. L'exemple donné par les parents est prépondérant, pour que les jeunes ne commencent pas.

- Rôle de la famille et de l'entourage : Les parents et les acteurs éducatifs peuvent réduire ou nuancer l'influence forte exercée par les pairs et par l'environnement social et culturel.
- Les campagnes d'information et l'animation de groupes de prévention exercent une influence certaine sur les adolescents et permettent de réduire les comportements d'expérimentation et d'essai.

A vous de jouer !

(1) Pour mieux faire comprendre aux adolescents les risques liés aux expérimentations de tabac et, notamment, la survenue de dépendances précoces et durables.
(2) Chacun peut aussi être à l'écoute des autres et en soutien.
► A compléter par l'animateur et le distribuer aux jeunes pour information

VERS QUEL ORGANISME SE TOURNER EN CAS DE CONDUITES ADDICTIVES ?

Adresse de l'organisme : ……
……
……
……

N° de téléphone : ……

Services proposés : ……
……
……
……

Coût : ……

Y A-T-IL UN CENTRE D'ACCOMPAGNEMENT/ ORIENTATION DANS LE QUARTIER OU LA VILLE ?

Adresse : ……
……
……
……

N° de téléphone : ……
……

MOIS 2 : MON ADOLESCENCE
THÈME : LA DÉCOUVERTE DES MÉTIERS

OBJECTIFS :
- Réfléchir sur ses propres expériences de travail
- Explorer les secteurs d'activités et les différents métiers
- Elargir son horizon personnel et professionnel
- Réfléchir sur les stéréotypes de genre en relation avec les différents métiers

MOIS 2 : ATELIER 9/9
DURÉE : 3H

ETAPES	METHODOLOGIE	DUREE
1) Feuille de présence	Recueillir la signature de tous les participants	5 min
2) Accueil par un jeu d'intégration : « La ronde des métiers »	Les adolescents sont disposés en cercle. L'animateur énonce un métier, chaque jeune doit alors citer un élément se rapportant au métier. Le jeu se répète autant de fois que souhaité avec des métiers différents. Par exemple, si l'animateur énonce « menuisier », les jeunes citeront les mots suivants : bois, scie, protection, ponceuse, vernis, marteau, etc.	10 min
3) Rappel du dernier atelier	Les volontaires sont invités à présenter le dernier atelier sur *les comportements à risque, la consommation de la drogue.*	5 min
4) Choisir le leader du jour	Choisir le leader du jour de façon aléatoire parmi les participants. Le leader change à chaque session, alternant garçon et fille.	5 min
5) Réflexion **6) Les métiers et le genre «Photolangage»**	En petit groupe, les adolescents sont invités à échanger sur les questions suivantes : • Quelles sont mes expériences de travail ? Qu'est-ce que cela m'a apporté ? • Quels sont les métiers exercés par les membres de ma famille ou dans mon entourage ? • Quels sont les métiers que j'admire ou que je n'aimerais surtout pas exercer ? Pourquoi ? En grand groupe, l'animateur pose différentes questions : • Qu'est-ce qu'un métier ? A quoi ça sert ? • Quels sont les différents métiers que vous connaissez ? • Comment choisit-on son métier ? L'animateur note les réponses des jeunes au tableau et distingue le travail formel et informel, le travail en tant que salarié et en tant qu'entrepreneur. ***(annexe 2)*** Il invite alors les adolescents à expliquer la différence entre ces différents types d'emploi. Les adolescents sont invités à réagir sur des photos des différents métiers ***(annexe 3)*** et à dire s'ils pensent que ces métiers sont pour les femmes ou les hommes. L'animateurs fait 3 colonnes au sol : « Homme », « Femme », « les 2 » dans lesquelles seront réparties les photos suivant l'opinion des jeunes. A la suite de l'activité, l'animateur lance le débat avec les questions suivantes : • Qu'est-ce qui empêche les femmes ou les hommes d'exercer certains métiers ? Quelles sont les raisons ? • Pensez-vous que les femmes et les hommes aient les mêmes capacités de pouvoir exercer n'importe quel métier ? Pourquoi ? L'animateur complète alors les informations ***(annexe 4)***.	40 min
7) Exercice pratique « L'enquête en pratique »	L'animateur interroge les adolescents sur les métiers qu'ils aimeraient découvrir. Il distribue les questionnaires d'enquête sur les métiers ***(annexe 5)***, lisent et expliquent les questions aux jeunes. Il demande aux jeunes d'aller individuellement ou par groupe de 2 à 3, rencontrer un professionnel à qui ils veulent ressembler pour l'interroger et remplir la fiche-métier.	40 min
8) Evaluation de la session	Demander aux jeunes de se mettre debout et de former un cercle. Le meneur du jeu lance la balle vers le ciel et appelle le nom d'un participant. Ce dernier va attraper la balle et dire un mot de ce qu'il a retenu de l'atelier. Puis il relance la balle en appelant le nom d'un autre, ainsi de suite jusqu'à ce que tout le mon participe.	10 min
9) Présentation du prochain atelier	L'animateur présente le prochain mois *Santé et prévention* et invite les participants à se saluer avant de se quitter.	5 min

Matériel nécessaire :
- Un ballon pour le jeu d'évaluation de la session
- Des papiers géants et des marqueurs pour noter les idées des jeunes, du scotch
- Les fiches d'enquêtes à imprimer en amont

Documents supplémentaires :
- Informations Clés ***(annexe 1)***
- quelques infos sur le travail ***(annexe 2)***
- photos sur les différents métiers ***(annexe 3)***
- les stéréotypes des métiers ***(annexe 4)***
- Comment prévenir les conduites addictives ? ***(annexe 4)***
- questionnaire d'enquête sur les métiers ***(annexe 5)***

ANNEXE 1 :
INFORMATIONS CLES

Un métier est l'exercice par une personne d'une activité dans un domaine professionnel en vue d'une rémunération. C'est l'ensemble des savoir-faire (ou capacités techniques) acquis à travers l'apprentissage ou l'expérience par un individu. Les métiers d'avenir correspondent aux métiers les plus demandés par les entreprises et les métiers qui vont se développer dans les années à venir.

Comment choisir un metier

La première chose à faire est de bien s'informer, car il est essentiel d'approcher au plus près la réalité d'une profession pour éviter les mauvaises surprises. Vous savez depuis longtemps quel métier vous voulez exercer, mais vous avez besoin d'informations détaillées sur la manière de s'y préparer, sur le marché de l'emploi dans ce secteur, … Vous êtes attiré par la communication, la mécanique, l'agriculture, le commerce, … mais vous ne connaissez pas les différents métiers qui en font partie,

Vous n'avez aucune idée du métier qui vous conviendrait, mais vous savez très bien ce que vous aimez et ce que vous n'aimez pas. C'est un critère de choix important.

En effet la découverte des métiers permet de choisir ou de redéfinir son projet de vie. Cet atelier aidera donc à mûrir leurs idées, à mieux comprendre le choix de métier, à avoir un regard différent sur la société dans laquelle on veut s'insérer et sur le marché du travail actuel, et à apporter des changements dans la vie.

L'enquête sur le métier professionnel réalisée sur le terrain par les jeunes auprès des professionnel(le)s du secteur qui vous intéresse a pour but de comprendre les enjeux de leur métier, les conditions d'accès, les formations à suivre et d'une manière générale, recueillir des informations concrètes pour aider à faire un choix définitif.

ANNEXE 2 :
QUELQUES INFOS SUR LE TRAVAIL[1]

Le secteur formel

Sept critères sont pris en compte dans la législation qui régit les travailleurs du secteur formel. Les 7 critères sont : la facilité d'entrée, des marchés de concurrence non réglementés, la propriété familiale des entreprises, la petite échelle des opérations, l'utilisation de ressources locales, des technologies adaptées et à forte intensité de travail, des formations acquises en dehors du système scolaire.
Ces sept critères peuvent également être considérés comme des sécurités pour l'employé : la sécurité du travail, la sécurité du marché du travail, la sécurité de l'emploi, la sécurité professionnelle, la sécurité du maintien des qualifications, la sécurité du revenu et enfin la sécurité de la représentation.

Le secteur informel

Selon le Bureau International du Travail (BIT), le « secteur informel » est défini comme « un ensemble d'unités produisant des biens et des services en vue principalement de créer des emplois et des revenus pour les personnes concernées. Ces unités, ayant un faible niveau d'organisation, opèrent à petite échelle et de manière spécifique, avec peu ou pas de division entre le travail et le capital en tant que facteurs de production. Les relations de travail, lorsqu'elles existent, sont surtout fondées sur l'emploi occasionnel, les relations de parenté ou les relations personnelles et sociales plutôt que sur des accords contractuels comportant des garanties en bonne et due forme ».

Une définition large du « secteur informel » comprend toutes les activités opérant en dehors du système fiscal et légal. Elle englobe souvent des travailleurs pauvres, exerçant un travail pénible mais dont les activités économiques ne sont ni reconnues, ni enregistrées, ni protégées, ni réglementées par les pouvoirs publics.

1 Menguelti S., Perret C., Abrika B. 2014, « A la croisée du formel et de l'informel : les entreprises créées par le dispositif de l'Agence Nationale de Soutien à l'Emploi des Jeunes dans la Wilaya de Tizi-Ouzou », Notes de Recherches, IREGE, Université de Savoie

ANNEXE 3 :
PHOTOS SUR LES DIFFÉRENTS MÉTIERS

1. Menuisier
2. Maçon
3. Comptable
4. Commerçant(e)
5. Cuisinièr(e)
6. Mécanicien
7. Educateur(trice)
8. Médecin
9. Enseignant

ANNEXE 4 : LES STÉREOTYPES DES MÉTIERS

Il peut être difficile de convaincre les jeunes de s'engager dans des filières allant à l'encontre des stéréotypes genrés, surtout à l'adolescence, une période d'affirmation de soi et notamment de son identité sexuelle. Les garçons peuvent avoir peur du jugement des autres s'ils choisissent un métier considéré comme féminin. Les filles, elles, peuvent se poser la question de leur capacité à occuper un emploi supposé masculin.

Le rôle de l'animateur est donc d'aider les jeunes à déconstruire ces stéréotypes, et à ouvrir le champ des possibles aux adolescents, pour ainsi faire de leur genre un atout pour candidater dans des secteurs ou des métiers qui manquent de mixité.
Pour lutter contre les représentations stéréotypées, rien ne vaut les rencontres entre des professionnels et des jeunes.

ANNEXE 5 : QUESTIONNAIRE D'ENQUETE SUR LES METIERS [1]

Astuces pour réussir son enquête sur le métier.

- Identifiez un professionnel dans la communauté
- Prenez un rendez-vous avec lui. De préférence, demandez-lui de vous proposer une date et un lieu où vous pourriez le rencontrer
- Le jour-J, saluez respectueusement votre interlocuteur, puis présentez-vous et dites-lui que vous aspirez à devenir comme lui. C'est pourquoi vous avez quelques questions à lui poser sur le metier.
- Commencez l'entretien en respectant l'ordre des questions de la fiche-métier.
- A la fin, remerciez-le sincèrement pour sa disponibilité.

1 *http://a.bouque.eurotech.free.fr/3eme_dp3/dp3_activites/a_decouverte_des_metiers/*

Nom du métier :

En quoi consiste ce métier ?
Quels types de tâches est-on couramment amené à effectuer, à réaliser dans ce métier ?

Quelles sont les qualités requises pour exercer ce métier ?
Ce métier nécessite-t-il des traits de caractère particuliers ? Lesquels ?

Ce métier nécessite-t-il des aptitudes physiques particulières ? (Taille, force, habileté, endurance…) Lesquelles ?

Y a-t-il des contre-indications pour la pratique de ce métier ? (Maladies, problèmes de vue…)

Quelles sont les conditions de travail ?
Quels lieux ?

Ce métier s'exerce-t-il ?
En extérieur
En intérieur

Est-ce un métier ?
Sédentaire
Qui nécessite des déplacements

Quels horaires ?
Horaires fixes
Horaires variables ?

S'exerce-t-il seul ou en équipe ?

Ce métier nécessite-t-il des contacts avec les clients ?

Quelle formation exige ce métier ?
Quel niveau de formation exige ce métier ?
- ☐ Aucune
- ☐ Brevet d'Etude Fondamental
- ☐ BAC (professionnel, technologique, général)
- ☐ Etudes supérieures

Quelles sont les principales étapes de la formation ainsi que les diplômes intermédiaires.

Quelles connaissances sont nécessaires?
Quels sont les connaissances et compétences nécessaires à l'exercice de ce métier ?

Quels sont les aspects positifs, les avantages de ce métier ?
Qu'aimez-vous le plus dans ce métier ?

Quelles sont vos principales satisfactions ?

Quels sont les aspects négatifs ou les difficultés éventuelles de ce métier ?

Estimez-vous que ce métier soit porteur d'avenir ?

Quels conseils pourriez-vous me donner pour évoluer vers ce métier ?

MOTS 3

Santé et prévention

MOIS 3 : SANTÉ ET PRÉVENTION
THÈME : ALIMENTATION SAINE ET SUFFISANTE

OBJECTIFS :
- Comprendre la philosophie du Parcours Citoyen et ses objectifs
- Apprendre à connaitre ses camarades

MOIS 3 : ATELIER 1/9
DURÉE : 3H

ETAPES	METHODOLOGIE	DUREE
1) **Feuille de présence**	Recueillir la signature de tous les participants	5 min
2) **Accueil par un jeu d'intégration : « La salade de fruit »**	Les adolescents se placent en cercle assis et choisissent chacun un fruit ou un légume qu'ils énoncent à voix haute. Un volontaire se place au milieu et dit 2-3 fruits ou légumes nommés auparavant, les adolescents désignés doivent changer de place entre eux sans que celui du centre ne prenne leur place. La personne qui n'a pas retrouvé de place reste au centre et énonce d'autres fruits et légumes. Parfois, la personne au centre peut annoncer une salade de fruits : tout le monde doit changer de place.	10 min
3) **Rappel du dernier atelier**	Les volontaires sont invités à présenter le dernier atelier sur *la découverte des métiers.*	10 min
4) **Choisir le leader du jour**	Choisir le leader du jour de façon aléatoire parmi les participants. Le leader change à chaque session, alternant garçon et fille.	5 min
5) **Thématique « L'alimentation et la nutrition »**	« Une bonne alimentation, ça me fait penser à … » Donnez aux adolescents au moins 1 minute pour PENSER à leur propre réponse. Puis demandez aux adolescents de former un duo avec leur voisin-e pour COMPARER leur réponse. En conclusion, l'animateur demande aléatoirement à quelques duos de PARTAGER leurs idées avec le groupe. Bien indiquer les durées pour chaque étape. On peut ensuite proposer le même exercice avec la question A quoi ça sert de manger ? ou C'est quoi la malnutrition ? L'animateur complète les interventions en définissant la nutrition et en expliquant l'importance de manger équilibré, diversifié et adapté à son âge ***(annexe 1)***	30 min
6) **Exercice pratique « Nutricartes© »**	Rappeler les objectifs des Nutricartes© ***(annexe 2)*** : meilleure nutrition, meilleure santé, prévention de la malnutrition. Présenter le tapis de jeu et ses quatre couleurs. Puis demander aux participants de décrire les dessins pour chaque case pour faire comprendre la notion des trois catégories d'aliments (les aliments de construction, les aliments apportant une protection, les aliments fournissant l'énergie). Présenter les petites cartes du jeu : les montrer puis faire quelques exemples de placement sur le tapis. Diviser le groupe en 3 équipes, chaque équipe va piocher une catégorie ***(annexe 3)*** et réaliser une affiche de présentation pendant 15 minutes. Chaque équipe présente son affiche sans préciser la catégorie piochée et les autres équipes devinent la catégorie. 4 Nutricartes© (3 aliments et 1 boisson) sont distribuées au hasard par l'animateur-trice à chaque participant-e qui doit placer chaque carte sur la bonne couleur. Demander l'avis des autres avant de corriger si besoin. Si un participant tire un produit industriel, l'animateur en profite pour questionner les apports et le coût. Proposer ensuite aux participants volontaires de sélectionner les ingrédients de la composition de son repas de la veille, afin de les placer selon les catégories, discuter de l'équilibre alimentaire, demander des suggestions d'amélioration aux autres participants (rajouter un fruit par exemple) ainsi qu'une estimation du coût pour chaque repas (comparer le rapport qualité/prix des ingrédients) puis recommencer avec un ou deux autres participants.	50 min
7) **Evaluation de la session**	Chaque adolescent est invité à donner ses impressions sur la session, ce qu'il a appris, ce qui a été important et comment améliorer (bilan qui peut être réalisé à l'oral ou à l'écrit). Les animateurs partagent également ce qu'ils ont aimé et moins aimé.	40 min
8) **Présentation du prochain atelier**	L'animateur présente le prochain atelier sur *l'eau* et invite les participants à se saluer avant de se quitter.	25 min

Matériel nécessaire :
- Du papier ou un cahier, un stylo pour chaque participant
- Des papiers géants et des marqueurs, du scotch
- Des crayons de couleurs, feutres, colles, ciseaux

Documents supplémentaires :
- La feuille de présence
- Notions sur la nutrition ***(annexe 1)***
- La méthodologie Nutricartes ***(annexe 2)***
- Les catégories d'aliments ***(annexe 3)***

ANNEXE 1 : NOTIONS SUR LA NUTRITION

- Se nourrir : un des besoins de base de l'être humain avec l'eau qu'on boit et l'air que l'on respire. Au carrefour du sanitaire, du culturel et du social.

- Manger est un acte quotidien que l'on fait sans réfléchir. Nous avons tous une manière différente de nous alimenter, le plaisir que l'on éprouve à manger n'est pas le même d'une personne à l'autre, aborder la notion de faim, de satiété, de grignotage.

- La nourriture ou aliment, est un élément d'origine animale ou végétale (parfois minérale), consommé par les êtres vivants pour permettre à l'organisme de fonctionner.

- La nutrition désigne les processus par lesquels un être vivant assimile les nutriments contenus dans les aliments pour assurer son fonctionnement :

- se construire et grandir,
- se défendre contre les maladies
- avoir de l'énergie,

- La qualité de l'alimentation a un impact sur la santé. Une alimentation saine consiste à respecter l'équilibre alimentaire : aucun aliment n'apporte à lui seul tous les nutriments indispensables à notre organisme.

- On parle de malnutrition lorsque l'enfant ne reçoit pas de nutriments en quantité et en qualité adaptées à ses besoins.
Un excès de graisse et de sucre ou un apport excessif de nutriments risquent de provoquer un surpoids ou une obésité.
A l'inverse, une carence en protéine ou un apport insuffisant en nutriments entraînent une sous-nutrition, communément appelée malnutrition.

Conséquences sur l'enfant :
- Un retard de croissance physique,
- Un retard des capacités d'apprentissage,
- Une baisse des défenses immunitaires entrainant une baisse de la résistance aux maladies,
- Un risque accru de mortalité à la suite des maladies,
- Un risque accru de handicap si la mère est malnutrie pendant sa grossesse.

Prise en charge pendant les 1000 premiers jours de vie (de la conception aux 2 ans), la malnutrition guérit sans séquelle.

Pour éviter la survenue de la malnutrition, une éducation aux bonnes pratiques en nutrition, en hygiène, en maternage et soins infantiles est indispensable.

- Une nutrition adéquate est particulièrement importante à l'adolescence car il s'agit d'une période de croissance rapide.
Une bonne alimentation doit être :
- Equilibrée : réunir 3 catégories d'aliments,
- Diversifiée : manger un peu de tout,
- Adaptée à l'âge : en quantité et en qualité

Les 4 piliers de la bonne santé de l'enfant :
- Alimentation (diversifiée et équilibrée)
- Hygiène (hygiène de base et eau propre)
- Vaccinations (à jour et carnet de santé)
- Amour (relation parents-enfants)

ANNEXE 2 : LA MÉTHODOLOGIE NUTRICARTES©

http://www.nutricartes.org/-La-methode-des-Nutricartes-r-

Cet outil a été conçu par l'association L'APPEL.
Le plateau/tapis de jeu permet de classifier les composantes d'un repas équilibré. Chaque zone de couleur du plateau symbolise une catégorie d'aliment et sa surface est proportionnelle à la quantité souhaitable d'aliments de cette catégorie pour un enfant. Les trois catégories d'aliment sont :

- ROUGE : les aliments de construction
Protéines animales : viande, poisson, œufs et produits laitiers
et protéines végétales : soja, pois, sésames, haricots secs et lentilles
Cette catégorie est représentée par un maçon qui construit un mur, sur le ¼ gauche du plateau. Les protéines jouent un rôle indispensable en période de croissance et interviennent dans le système immunitaire. Pendant toute la vie, elles assurent l'entretien et la réparation des tissus et organes (cicatrisation d'une plaie, renouvellement des tissus, pousse des ongles et des cheveux, etc.).
►Un peu à chaque repas, adapté à l'âge de l'enfant

- VERT : les aliments apportant une protection (Vitamines et sels minéraux : fruits et légumes, crus ou cuits) :
Cette catégorie est représentée par une personne qui se protège avec son enfant sous un parapluie, sur le ¼ droit du plateau. Les vitamines et sels minéraux ont un rôle protecteur vis-à-vis des maladies et des microbes. Ils jouent chacun un rôle essentiel ; la vitamine C intervient dans le système immunitaire et la cicatrisation, la vitamine D fixe le calcium sur les os, le fer permet de transporter l'oxygène dans le sang.
►A chaque repas

- JAUNE : les aliments fournissant l'énergie (Graisse (lipides) : huile, beure, avocat
►Un peu à chaque repas, adapte à l'âge de l'enfant

Sucres (glucides) lents : céréales : blé, mil, riz, sorgo, millet, maïs
Tubercules : patates, igname, taro, manioc
►A chaque repas

Sucres (glucides) rapides : sucres, bonbons et soda
►A éviter

Cette catégorie est illustrée par deux personnes qui tirent une charrette, sur la moitié du ½ plateau.
Les glucides jouent le rôle de carburant dans notre organisme. Glucides et lipides sont une source d'énergie qui assure le fonctionnement de nos organes et qui est nécessaire aux activités quotidiennes. Certains lipides comme les omégas 3-6-9 jouent également un rôle important dans la croissance et la construction du corps et du cerveau.

Une 4ème catégorie (**BLEUE**, la goutte d'eau) symbolise la boisson pour travailler sur la qualité de la boisson. L'organisme a besoin d'être continuellement hydraté pour se construire et se renouveler.

Les cartes-photos représentent :
- des aliments et boissons chers ou d'un prix abordable, naturels ou industriels favorisant ou non une bonne santé.
- des situations génératrices de dépenses : loterie, téléphone mobile, tabac, etc.

ANNEXE 3 : LES 4 CATÉGORIES D'ALIMENTS

Découper les 4 catégories pour que les participants en piochent une à illustrer

MOIS 3 : SANTÉ ET PRÉVENTION
THÈME : L'EAU

OBJECTIFS :
- Comprendre les principaux enjeux de l'utilisation de l'eau, liés aux grandes questions de société : répartition et accès à l'eau
- Prendre conscience que notre mode de vie a un impact sur l'environnement et l'importance de préserver cette ressource qu'est l'eau
- Réfléchir à des actions qui pourront être menées dans le cadre scolaire, ou à la maison

MOIS 3 : ATELIER 2/9
DURÉE : 3H

ETAPES	METHODOLOGIE	DUREE
1) Feuille de présence	Recueillir la signature de tous les participants	5 min
2) Accueil par un jeu d'intégration : les ODD	Chaque adolescent ou duo reçoit une image d'un ODD ***(annexe 1)***, ils doivent alors, en silence, se ranger dans l'ordre croissant, du numéro 1 au numéro 17. Une fois effectué, chacun va lire son ODD et va l'afficher sur le mur. *Que représentent les Objectifs de Développement Durable ? Quels sont ceux qui ont un lien avec l'environnement ? Avec l'eau ?*	15 min
3) Rappel du dernier atelier	Les volontaires sont invités à présenter le dernier atelier sur une *alimentation saine et suffisante.*	10 min
4) Choisir le leader du jour	Choisir le leader du jour de façon aléatoire parmi les participants. Le leader change à chaque session, alternant garçon et fille.	5 min
5) Thématique « La consommation d'eau » **Fuite et gaspillage d'eau**	Former 4 groupes. L'animateur distribue au fur et à mesure les images correspondant aux questions suivantes ***(annexe 2)*** : • Devinez la quantité d'eau consommée par jour, par habitant dans les 3 pays suivants : France, USA, en Afrique • Devinez quel secteur consomme le plus d'eau - Agriculture, industrie, domestique • Devinez quelle quantité d'eau faut-il pour disposer des éléments suivants : un bol de riz, une paire de tennis, un jean, un kilo de viande, une voiture. Chaque équipe dispose de cartes « éléments » et des chiffres. Chaque groupe dispose les cartes sur une feuille A4. Discussion : Que pensez-vous de votre consommation d'eau ? Est-ce qu'il y a assez d'eau potable sur la Terre pour notre consommation ? L'animateur met un chronomètre sur son téléphone et montre 4 secondes. Il explique que si une goutte d'eau tombe toutes les 4 secondes d'un robinet ou d'un tuyau, cela équivaut à 4.5 litres d'eau perdus par jour. L'animateur montre un seau d'eau de 5L pour visualiser la perte. Finalement, cela fait 1600L d'eau perdus par an. => Que pouvons-nous faire pour préserver l'eau ? Travail de groupe, et rédaction d'un plan d'action sur papier géant. L'eau est une ressource précieuse, préservons-la !	45 min 25 min
6) Exercice pratique « Jeu des chaises : l'accès à l'eau dans le monde »	L'animateur présente le jeu des chaises ***(annexe 3)***. Le taux d'accès à l'eau potable dans les pays du Nord : 100 %, dans les pays en voie de développement : 44%, en Afrique subsaharienne : 16% Discussion : Quels sont les pays n'ayant pas un accès à l'eau direct ? Pourquoi y-a-t-il des difficultés d'accès à l'eau ? Comment ça se passe ici ? Quelles sont les problématiques liées au puits ? (Travail des enfants, puits proches des toilettes, …) Quelles sont les conséquences ? (Pollution des nappes phréatiques => pollution de l'eau => Maladies, lesquelles ? => Fièvre typhoïde, choléra)	1h
7) Evaluation de la session	Chaque adolescent est invité à donner ses impressions sur la session, ce qu'il a appris, ce qui a été important et comment améliorer. Les animateurs partagent également ce qu'ils ont aimé et moins aimé.	10 min
8) Présentation du prochain atelier	Présentation par l'animateur : atelier sur *les maladies liées à l'eau et/ou très contagieuses*. L'animateur invite tous les participants à se saluer avant de partir.	5 min

Matériel nécessaire :
- Les 17 cartes ODD
- 1 seau de 5L
- Les cartes des drapeaux de la France, Etats-Unis et pays
- Les cartes correspondant à l'usage de l'eau dans le monde : 30L, 137L et 300L
- Les cartes correspondant à l'usage de l'eau par secteur d'activités : industrie, agriculture et domestique et un podium
- Les cartes correspondant aux mesures de l'eau virtuelle (1 bol de riz = 1000 à 3000L, 1 paire de chaussures = 8000L, 1 jeans = 11000L, 1kg de viande = 13000L à 15000L, 1 voiture = 30 000L)
- Autant de chaises que d'adolescents
- 6 fiches continents : Amérique du Nord, Amérique Latine, Europe, Afrique, Asie, Australie et Océanie
- Une carte du monde
- Le tableau reprenant les chiffres représentant la population mondiale et la disponibilité en eau

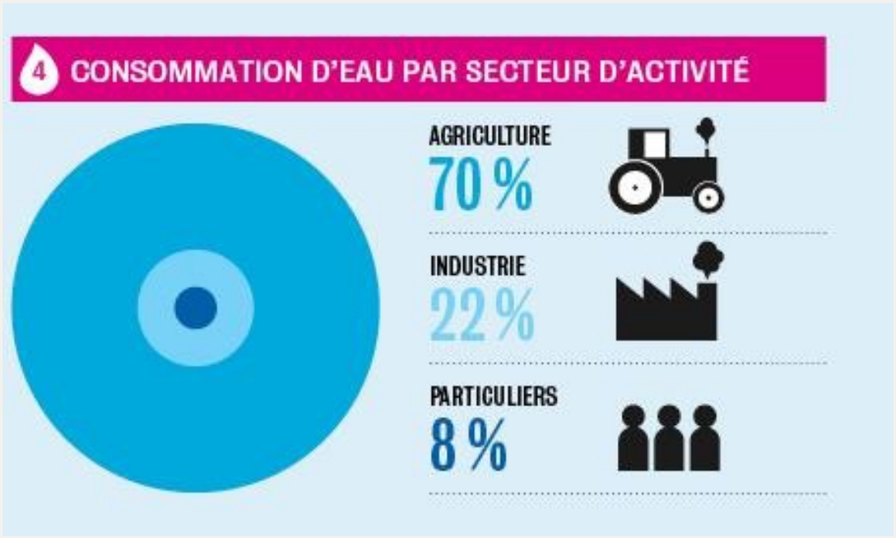
Documents supplémentaires :
- La feuille de présence
- Les 17 ODD ***(annexe 1)***
- La consommation d'eau ***(annexe 2)***
- Jeu des chaises : l'accès à l'eau dans le monde ***(annexe 3)***
- Que peut-on faire ? ***(annexe 4)***
- L'eau : un enjeu pour l'éducation ***(annexe 5)***

ANNEXE 1 : LES OBJECTIFS DE DÉVELOPPEMENT DURABLE

Les 17 Objectifs de Développement Durable (ODD) ont été adoptés en 2015 pour mettre fin à la pauvreté, protéger la planète et assurer la paix pour tous d'ici à 2030. Ils sont universels et liés les uns aux autres autour des 5 P : peuple, prospérité, planète, paix et partenariats.

ANNEXE 2 : LA CONSOMMATION D'EAU

Deviner la quantité d'eau consommée par jour, par habitant dans les 3 pays suivants : France, un pays d'Afrique, Etats-Unis



Deviner quel secteur consomme le plus d'eau en plaçant sur un podium les différents secteurs : agriculture, industrie, domestique

Deviner quelle quantité d'eau faut-il pour disposer des éléments suivants : un bol de riz, une paire de tennis, un jean, un kilo de viande, une voiture.

ANNEXE 3 : JEU DES CHAISES : L'ACCÈS À L'EAU DANS LE MONDE

Matériel :
- Autant de chaises que d'élèves
- Six affiches avec les continents : « Amérique du Nord », « Amérique latine », « Europe », « Afrique », « Asie », « Australie et Océanie »
- Une carte du monde
- Le tableau reprenant les chiffres représentant la population mondiale et la disponibilité à l'eau

Déroulement :

1. Aménager le local de manière à pouvoir déplacer les chaises et les adolescents facilement.

2. Répartir les affiches désignant les différents continents sur les murs de la classe (identifier les continents sur la carte du monde). On imagine que les adolescents représentent la population mondiale.

Inégalités démographiques : inciter les participants à analyser la taille des groupes. Souligner les écarts entre les préjugés, révélés par la répartition initiale et la réalité : continents sous-évalués (en général, l'Asie) et surévalués (l'Afrique souvent, qui a une forte croissance démographique mais n'est relativement pas très peuplée sur l'ensemble du continent).

INÉGALITÉ DÉMOGRAPHIQUE (RAPPORT PNUD 2015)	MILLIONS D'HBTS	CHIFFRES CLÉS (%)	25 JOUEURS
AFRIQUE	1166	16.0	3
AMÉRIQUE LATINE ET CARAÏBES	630	8.60	2
AMÉRIQUE DU NORD	361	4.90	2
ASIE ET OCÉANIE	4424	60.40	15
EUROPE	743	10.10	3
MONDE	7324	100	
NOMBRE D'HUMAINS REPRÉSENTÉS PAR 1 JOUEUR (EN MILLION)			293

3. On imagine que les chaises représentent la disponibilité en eau*. Demandez aux élèves ce que signifie pour eux la « disponibilité en eau » d'une population.

*Disponibilité en eau d'une population = quantité d'eau douce disponible pour une population donnée. Demander aux participants d'attribuer, pour chaque continent, le volume de ressource en eau douce disponible. Ces chiffres, à l'échelle d'un continent, masquent les grandes différences qu'il y a d'un pays à l'autre. Par exemple, en Afrique, le Congo est l'un des pays qui a les plus importantes réserves d'eau : il est situé en zone tropicale ; tandis que le Burkina Faso, en zone sahélienne, n'a que de très faibles réserves en eau.

VOLUME DES RESSOURCES EN EAU	RESSOURCE EN EAU DOUCE DISPONIBLE (ÉCOULEMENT ANNUEL EN KM3)	ARRONDIS	25 CHAISES
AFRIQUE	4 570 km^3	5 000 km^3	3
AMÉRIQUE LATINE ET CARAÏBES	11 760 km^3	12 000 km^3	7
AMÉRIQUE DU NORD	8 200 km^3	8 000 km^3	4
ASIE ET OCÉANIE	16 800 km^3	17 000 km^3	9
EUROPE	3 210 km^3	3 000 km^3	2
VOLUMES EN EAU DOUCE DISPONIBLES REPRÉSENTÉS PAR 1 CHAISE (EN $Km3$)			1700

4. Une fois la répartition de la population et de la disponibilité en eau stabilisée et corrigée, proposer aux élèves de profiter de leur ressource en eau en leur proposant de s'assoir sur les chaises. Les réactions provoquées par ce geste symbolique assurent un débat sur la distribution inégale des ressources en eau. Souligner également que la disponibilité en eau par rapport à la population en Europe et en Afrique est plus ou moins identique. Cette information ne soulève-t-elle pas une question ? La plupart des personnes ont en tête qu'il y a moins d'eau disponible en Afrique qu'en Europe, pourquoi ?

5. L'accès direct à l'eau est représenté par les chaises laissées telles quelles, l'absence d'accès direct à l'eau est représenté par une chaise retournée.

Inégalité d'accès à l'eau : après quelques minutes, donner la bonne répartition et corriger si nécessaire. Ces chiffres sont évidemment des approximations. A noter :

- **a.** En Europe, on n'est pas à 100% d'accès à l'eau potable et à l'assainissement. Dans certains pays d'Europe de l'Est, ces services de bases ne sont pas encore accessibles à tous.
- **b.** En Afrique, ce sont les chiffres d'Afrique sub-saharienne. Dans les pays d'Afrique du Nord, l'accès à l'eau potable et à l'assainissement est bien meilleur.
- **c.** De même, on a toujours de très grandes disparités entre les pays d'Asie !

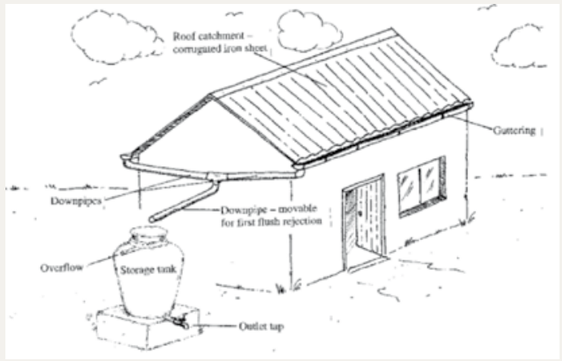
INÉGALITÉ D'ACCÈS À L'EAU	POPULATION QUI N'A PAS ACCÈS À (MILLIONS D'HBTS)		CHIFFRES CLÉS (%)	15 JOUEURS
AFRIQUE	L'EAU POTABLE	583	50%	1
	L'ASSAINISSEMENT	758	65%	1
AMÉRIQUE LATINE ET CARAÏBES	L'EAU POTABLE	63	10%	0
	L'ASSAINISSEMENT	79	25%	0
AMÉRIQUE DU NORD	L'EAU POTABLE	0	0%	0
	L'ASSAINISSEMENT	0	0%	0
ASIE ET OCÉANIE	L'EAU POTABLE	889	20%	2
	L'ASSAINISSEMENT	2212	50%	5
EUROPE	L'EAU POTABLE	15	2%	0
	L'ASSAINISSEMENT	37	5%	0
MONDE	L'EAU POTABLE	1550	21%	
	L'ASSAINISSEMENT	3086	42%	

ANNEXE 4 : QUE PEUT-ON FAIRE ?

Au niveau individuel

Beaucoup de personnes pensent que la responsabilité incombe au gouvernement et aux entreprises et industries, qui sont les principaux pollueurs. Mais tout le monde peut contribuer à la préservation de la Terre. Des attitudes simples à adopter sont à la portée de tous :

- Respecter le cycle de l'eau : ne pas jeter de déchets dans les fleuves et les lacs et nettoyer le canal d'eau.
- Protéger le canal d'eau par une construction en ciment.
- Utiliser l'eau propre avec parcimonie.
- Recueillir et utiliser l'eau de pluie.
- Eviter de laver la lessive directement à la rivière.
- S'équiper d'une latrine pour ne pas souiller l'eau de boisson avec les matières fécales.



Au niveau de la communauté

- Sensibiliser la population : l'eau est la source de toute la vie sur la Planète ; c'est elle qui nous nourrit et porter atteinte à son essence nous affecte tous directement.
- Mobiliser sa communauté et promouvoir actions et projets de préservation de l'environnement et des ressources en eau.
- Responsabiliser les gouvernants pour la création et implémentation de lois qui protègent la nature.
- Interagir en tant que consommateur avec les membres du comité d'eau (plus accessibles que les autorités publiques) ; ce sont eux qui sont responsables de la propreté autour du point d'eau et de la maintenance (exemple : borne fontaine qui fuit, réparation de la clôture de protection anti-animaux etc...).

L'eau, préservez la aujourd'hui pour en avoir toujours !

ANNEXE 5 : L'EAU : ENJEU POUR L'ÉDUCATION

Les effets liés à l'éloignement d'un point d'eau potable sur la scolarisation des enfants

L'accès à l'eau est une des raisons principales du problème de scolarisation des enfants. Aujourd'hui, plus de 100 millions d'enfants ne vont pas à l'école, en raison de l'éloignement d'un point d'eau potable qui oblige les enfants (et essentiellement les filles) à remplir la corvée d'eau quotidienne pour le foyer. Les enfants n'ont alors plus le temps d'aller à l'école.

De plus, les maladies que les enfants contractent par manque d'accès à une eau potable ou par manque d'hygiène les contraignent également à être absents de l'école.

Par ailleurs, les écoles ne sont pas toujours équipées de toilettes ou de latrines, ce qui constitue un frein à la scolarisation des jeunes filles, car les parents laisseront plus facilement leurs filles aller à l'école s'ils sont convaincus que leur sécurité et leur dignité sont préservées.

Toutes ces raisons montrent combien l'absence d'accès à l'eau potable peut avoir des conséquences néfastes sur le droit à l'éducation des enfants.

Quelles solutions envisager ?

Pour enrayer ce cercle vicieux qui conduit à la non-scolarisation des enfants, il faut favoriser l'accès à l'eau potable, réduire le temps consacré à la « corvée » d'eau et permettre de dégager plus de temps pour l'éducation au moyen de :

- forage de puits
- installation de pompes
- développement de processus d'assainissement de l'eau

En plus de cela, l'installation de sanitaires à l'école favorise l'accès à l'école des enfants, et surtout des filles.

Mais aujourd'hui encore, la moitié des écoles du monde restent privées de ces installations essentielles, ce qui met en péril la santé et l'éducation de millions d'écoliers. Afin de garantir une bonne utilisation des toilettes et de l'eau, et pour que les enfants fassent le lien entre l'eau, l'hygiène et la santé, les projets doivent être complétés par des programmes de sensibilisation appropriés destinés non seulement aux élèves, mais aussi aux enseignants et aux familles.

22 MARS : JOURNÉE MONDIALE DE L'EAU

Les Nations Unies ont désigné le 22 mars comme le jour qui célèbre dans le monde entier la journée mondiale de l'eau. La première journée mondiale de l'eau a été observée en 1993. Cette journée a pour objet de mobiliser et d'encourager les gouvernements, les organisations, les communautés et les individus à s'engager activement pour relever le défi de la gestion de l'eau.

RAPPEL

MOIS 3 : SANTÉ ET PRÉVENTION
THÈME : MALADIES LIÉES À L'EAU ET/OU TRÈS CONTAGIEUSES

OBJECTIFS :
- Comprendre l'origine et les conséquences des différents types de maladies liées à l'eau
- Savoir prévenir ces maladies

MOIS 3 : ATELIER 3/9
DURÉE : 3H

ETAPES	METHODOLOGIE	DUREE
1) Feuille de présence	Recueillir la signature de tous les participants	5 min
2) Accueil par un jeu d'intégration	Les jeunes se regroupent par 2. Chacun est responsable de la « santé » de son/sa partenaire. Un 1er participant commence en disant : « le moustique va piquer XX… » et choisit le nom d'un jeune autre que son partenaire. Le partenaire de celui qui est « piqué par le moustique » réagit en disant « non, XX ne sera pas piqué par le moustique, le moustique va piquer YY ». Le partenaire de YY réagit alors et ainsi de suite. Le jeu s'accélère ainsi et tous les jeunes doivent veiller sur leur partenaire. Discussion sur l'importance de se protéger contre les maladies et de veiller les uns sur les autres.	15 min
3) Rappel du dernier atelier	Les volontaires sont invités à présenter le dernier atelier sur *l'eau.*	10 min
4) Choisir le leader du jour	Choisir le leader du jour de façon aléatoire parmi les participants. Le leader change à chaque session, alternant garçon et fille.	5 min
5) Thématique « L'eau, c'est la vie » **Maladies liées à l'eau**	Brainstorming avec les jeunes sur les questions suivantes : ► Qu'est-ce que l'eau potable ? ► Peut-on boire n'importe quelle eau ? L'animateur complète avec les informations ***(annexe 1)*** Quelques volontaires sont invités à échanger sur les cas de choléra et malaria qu'ils connaissent dans la communauté. Répartir les jeunes en 6 petits groupes : ► 1 groupes sur le choléra, 1 sur le paludisme et 2 sur ebola[1] et 2 sur le COVID-19 pour répondre aux questions suivantes : • Quels sont les symptômes ? • Quelles sont les voies de transmission ? • Quel est le traitement ? • Quelles sont les mesures de prévention ? ► 2 groupes sur les voies de transmission de la diarrhée pour répondre aux questions suivantes : • Quelles sont les voies de transmission de la diarrhée ? • Quels sont les bons gestes à adopter pour éviter la transmission ?	20 min 1h
6) Exercice pratique « Construction d'un lave-mains avec savon dans le quartier »	+ Restitution des réponses de chaque groupe par un porte-parole. L'animateur présente les bonnes réponses à l'aide des informations ***(annexes 2, 3, 4, 5)*** et insiste sur le cycle de transmission de la diarrhée et les bons gestes à adopter. Les jeunes se répartissent en petits groupes et vont chacun identifier un lieu adéquat dans le quartier pour y construire un lave-mains pour la communauté ***(annexe 7)***.	50 min
7) Evaluation de la session	+ Débriefing de chaque groupe sur l'expérience de construction du lave-mains.	10 min
8) Présentation du prochain atelier	Chaque adolescent est invité à donner ses impressions sur la session, ce qu'il a appris, ce qui a été important et comment améliorer. Les animateurs partagent également ce qu'ils ont aimé et moins aimé. Présentation par l'animateur : atelier sur les *infections sexuellement transmissibles et le VIH/SIDA*. L'animateur invite tous les participants à se saluer avant de partir.	5 min

1 *A prendre en compte si menace pour le pays*

Matériel nécessaire :
- Du papier ou un cahier, un stylo pour chaque participant
- Des feuilles géantes et des marqueurs, du scotch
- Bouteilles en plastique + fil de fer ou ficelle + bouts de bois + savon + récipient

Documents supplémentaires :
- La feuille de présence
- Définitions et infos clés ***(annexe 1)***
- Fiche Info Paludisme ***(annexe 2)***
- Fiche Info Choléra ***(annexe 3)***
- Fiche Info Ebola ***(annexe 4)***
- Fiche info COVID ***(annexe 5)***
- Cycle de transmission des maladies liées au péril fécal ***(annexe 6)***
- Construction d'un lave-mains avec du savon ***(annexe 7)***

ANNEXE 1 : DÉFINITIONS ET INFOS CLES

Peut-on boire n'importe quelle eau ?

Seulement 1% de l'eau est disponible pour les activités humaines comme boire, manger, cultiver, construire… Mais l'eau disponible n'est pas toujours une eau potable, l'eau peut être polluée.

L'eau est considérée comme potable lorsqu'elle est peut être consommée par les êtres humains. Malheureusement, la plupart de l'eau des continents est contaminée et ne peut être ingérée directement. Nettoyer et traiter l'eau est un processus cher et complexe, destiné à éliminer les agents de contamination de l'eau qui peuvent causer un risque pour la santé.

Les populations qui ont accès à des points d'eau, n'ont pas forcément accès à de l'eau potable.
1 homme sur 3 n'a pas accès dans le monde, soit environ 1,5 milliard d'hommes sur la planète bleue !

Maladies liées à l'eau : causes et conséquences ?

L'eau présente dans la nature est aujourd'hui de moins en moins potable car elle est polluée par des substances nocives rejetées par les activités humaines. L'eau non traitée ou polluée peut provoquer des maladies graves et même mortelles pour l'être humain.

Les maladies liées au manque ou à la mauvaise qualité de l'eau sont responsables chaque année de la mort de 3.6 millions d'êtres humains.

Qui est responsable ?

L'homme est le premier responsable de la pollution de l'eau par ses activités d'irrigation et parce qu'il rejette une grande partie de ses déchets dans l'eau.

Solutions ?

La priorité est d'obtenir de l'eau potable pour éviter les maladies liées à l'eau. Comment ?
- Utiliser des filtres pour filtrer l'eau ou des pastilles de désinfection.
- Construire des puits, latrines et pompes à eau.
- Sensibiliser les populations aux mesures basiques d'hygiène.

ANNEXE 2 : FICHE INFO PALUDISME

En 2018, on estime à 228 millions le nombre de cas de paludisme dans le monde.
Le nombre estimé de décès imputables au paludisme s'est élevé à 405.000 en 2018.
Les enfants âgés de moins de cinq ans constituent le groupe le plus vulnérable touché par le paludisme ; en 2018, ils ont représenté 67 % des décès imputables au paludisme dans le monde (soit 272 000)[1].

Définition : **maladie infectieuse** due à un **parasite**, le Plasmodium, transmis par les moustiques qui se reproduisent dans l'eau. Chez l'être humain, ces parasites se multiplient dans le foie puis s'attaquent aux globules rouges.

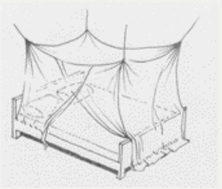
Transmission : Le parasite du paludisme est principalement transmis, la nuit, lors de la piqûre par une femelle moustique du genre Anopheles, elle-même contaminée après avoir piqué un individu impaludé.

Symptômes :
- Fièvre 8 à 30 jours après l'infection
- Maux de tête
- Douleurs musculaires
- Affaiblissement
- Vomissements
- Diarrhées
- Toux
- Cycles typiques alternant fièvre, tremblements avec sueurs froides et transpiration intense.

Le paludisme, s'il n'est pas traité, peut provoquer la mort en infectant et en détruisant les globules rouges du sang, et en obstruant les vaisseaux capillaires qui conduisent le sang vers le cerveau et vers d'autres organes vitaux.

Traitement : aller au poste de santé le plus rapidement possible.

Prévention :
- Couvrir ou évacuer les eaux stagnantes autour de la maison.
- Protéger les fenêtres et utiliser des moustiquaires imprégnées d'insecticide pour chaque lit, et particulièrement les enfants.



►C'est quoi le paludisme ?
https://education.francetv.fr/matiere/actualite/ce1/video/c-est-quoi-le-paludisme
►Le paludisme : le corps
https://www.reseau-canope.fr/corpus/video/le-paludisme-le-corps-192.html

1 https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/malaria

ANNEXE 3 : FICHE INFO CHOLERA

Le choléra est la forme la plus extrême et la plus contagieuse des maladies d'origine diarrhéiques.

Définition : Le choléra est une maladie bactérienne véhiculée par de l'eau polluée. Dans le corps humain, la bactérie irrite la paroi de l'intestin, ce qui provoque des effusions de substances liquides et une diarrhée grave. La personne infectée peut mourir de déshydratation et de commotion à la suite d'une perte excessive de liquides du corps.

Transmission :
- Absorption d'eau non traitée ou non bouillie contaminée par des excréments infectés.
- Consommation de fruits et de légumes non lavés ou lavés avec de l'eau polluée
- Absorption d'aliments manipulés par des personnes infectées.

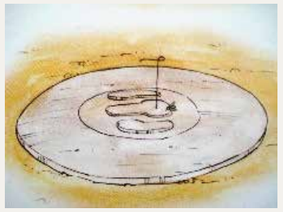
Symptômes :
- Diarrhée liquide importante qui vide rapidement l'organisme de son eau, de ses sels et de ses minéraux. La première selle liquide apparaît 1 à 3 jours après l'infection, et à partir de cet instant vous pouvez perdre jusqu'à un litre de liquide par heure.
- Vomissements des crampes musculaires
- Miction réduite ou absente
- Faiblesse
- Pouls filant
- Yeux renfoncés dans les orbites,
- Peau des doigts ridée.

Le choléra dure habituellement de 3 à 6 jours, mais s'il n'est pas traité, il peut mener à un état de choc dû à la déshydratation, à une insuffisance rénale, au coma et à la mort.

Traitement :
Réhydratation par voie orale et remplacement du liquide, des sels et des minéraux perdus. La Solution de Réhydration Orale est disponible à l'hôpital.

C'est également possible de la faire soi-même : Mélanger une demi-cuillère à café de sel de table et deux cuillères à soupe de sucre diluées pour 1.5 L d'eau potable dans un contenant propre

Prévention :
- Boire de l'eau saine.
- Se laver les mains avec de l'eau et du savon, après être allé aux toilettes et avant de préparer le repas.
- Laver les fruits et les légumes avec de l'eau propre et non contaminée. Utiliser de l'eau bouillie si vous avez des doutes sur la qualité de l'eau.
- Ne pas manger d'aliments crus ou mal cuits
- S'assurer que l'eau est manipulée et conservée de manière à ce qu'elle ne soit pas contaminée.
- Utiliser des latrines ou, à défaut, se débarrasser convenablement des déchets - en les enterrant par exemple. **Ne les jetez pas dans la rivière ou sur les terrains humides avoisinants !**
- Eduquer les membres de la communauté sur les problèmes de santé, notamment sur la nécessité de se laver les mains fréquemment avec de l'eau et du savon.



►The Story of Cholera
https://www.youtube.com/watch?v=jG1VN-SCsP5Q

►Unicef Ghana – Cholera animation
https://www.youtube.com/watch?v=G954-nmMAzg

ANNEXE 4 : FICHE INFO EBOLA[1]

Avec plus de 11.000 décés officiels, selon l'OMS, l'épidémie d'Ebola 2013-2016 a fait 25 fois plus de victimes que les épisodes observés depuis 40 ans.
Le virus Ebola est responsable de fortes fièvres et d'hémorragies souvent mortelles pour l'homme. Le taux de létalité se situe entre 30 et 90% selon les épidémies et l'espèce virale.

Cause :
Les chauves-souris frugivores sont probablement les hôtes naturels du virus Ebola.

Symptômes :
- Apparition brutale d'une fièvre supérieure à 38°C
- Une faiblesse intense
- Des douleurs musculaires
- des maux de tête
- Une irritation de la gorge
- Vomissements,
- Des diarrhées,
- Des éruptions cutanées,
- D'une atteinte rénale et hépatique

Traitement :
Les personnes atteintes ont besoin de soins intensifs, traitant uniquement les symptômes (fièvre, douleur, déshydratation). Il n'existe à l'heure actuelle aucun traitement, ni vaccin homologués par les autorités de santé.

Transmission :
La transmission entre humains est le principal vecteur de l'épidémie. La transmission s'effectue par un contact avec les fluides biologiques d'une personne infectée : le sang, les sécrétions ou les déjections qui entrent en contact avec des muqueuses ou une plaie. Les personnes décédées restent contagieuses et un contact physique avec un cadavre est dangereux.

Prévention :
- Éviter tout contact avec des personnes ou des animaux infectés, ne pas toucher des plaies qui saignent ou qui sont des objets contaminés,
- Utiliser préservatifs dans toutes les relations sexuelles
- Ne pas rester dans la même pièce qu'une personne infectée;
- Ne pas manger de fruits rongés, car ils peuvent être contaminés par la salive d'animaux contaminés, surtout dans les endroits où il y a des chauves-souris fruitières;
- Se laver les mains fréquemment, en utilisant du savon et de l'eau ou frottez vos mains avec de l'alcool.
- Contactez le centre de santé aussi près en cas de doute !

LA DUREE D'INCUBATION : 2 à 21 jours

1 Source : https://www.pasteur.fr/fr/centre-medical/fiches-maladies/ebola

ANNEXE 5 : FICHE INFO COVID[1]

Au 10 mai 2020 (10h00, HNEC), selon l'OMS, on dénombre 3.917.366 cas confirmés de Covid-19, et 274 361 décès.

Après une flambée épidémique en Chine en janvier-février, la situation épidémique a évolué au niveau mondial depuis le week-end du 22-23 février 2020. Avec l'intensification des foyers en Corée du Sud, au Japon, et à Singapour, et l'apparition de nouveaux foyers en Iran et en Italie. Dans ces pays, on assiste alors à une diffusion communautaire, sans lien identifié avec des cas importés de Chine.

L'OMS fait un point de situation chaque jour sur l'évolution de l'épidémie :
https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/situation-reports

Cause :
Cette pneumonie est une maladie infectieuse causée par un virus appartenant à la famille des coronavirus, pour le moment identifié sous le nom de SARS-CoV-2. Le réservoir de virus est probablement animal. Même si le SARS-CoV-2 est très proche d'un virus détecté chez une chauve-souris, l'animal à l'origine de la transmission à l'homme n'a pas encore été identifié avec certitude. Plusieurs publications suggèrent que le pangolin, petit mammifère consommé dans le sud de la Chine, pourrait être impliqué comme hôte intermédiaire entre la chauve-souris et l'homme.

Symptômes :
Les premiers symptômes sont peu spécifiques :
• Maux de tête,
• Douleurs musculaires,
• Fatigue
• La fièvre et les signes respiratoires arrivent secondairement, souvent deux ou trois jours après les premiers symptômes.

- La durée de l'incubation est en moyenne de 5 jours, avec des extrêmes de 2 à 12 jours. L'installation des symptômes se fait progressivement sur plusieurs jours, contrairement à la grippe qui débute brutalement.
- Dans les premières études descriptives provenant de Chine, il s'écoule en moyenne une semaine entre l'apparition des premiers symptômes et l'admission à l'hôpital à la phase d'état de la maladie. A ce stade, les symptômes associent fièvre, toux, douleurs thoraciques et gêne respiratoire. D'autres signes cliniques ont été décrits depuis les premières études : des signes d›atteinte du système nerveux central ; des pertes brutales du goût ou/et de l'odorat…
- La gravité des signes cliniques nécessite le maintien à l'hôpital d'environ 20% des malades et 5% nécessitent une admission en réanimation. Les formes les plus graves sont observées principalement chez des personnes vulnérables en raison de leur âge (plus de 70 ans) ou de maladies associées.
- L'infection peut être asymptomatique ou paucisymptomatique (entrainer pas ou peu de manifestations cliniques) chez 30 à 60 % des sujets infectés.

Transmission :
Il se transmet d'homme à homme par la projection de gouttelettes contaminées (salive, sécrétions nasales) quand la personne tousse ou éternue, et par un face à face prolongé (au moins 15 minutes) avec une personne située à moins d'un mètre de vous.

Prévention :
- Se laver très régulièrement les mains avec de l'eau et du savon ou une solution hydroalcoolique. Le lavage tue le virus si celui-ci se trouve sur vos mains.
- Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir jetable.
- Utiliser uniquement des mouchoirs à usage unique que vous jetez à la poubelle après utilisation.
- Arrêter de serrer la main et de faire la bise pour saluer les autres.
- Ne pas porter ses mains à la bouche, au nez ou aux yeux. Si le virus se trouve sur vos mains, il peut pénétrer dans votre organisme via ces orifices.
- Se tenir à plus d'un mètre d'une personne qui tousse ou qui éternue. Si vous vous tenez à moins d'un mètre, vous pouvez inhaler les gouttelettes contenant le virus (si la personne en est porteuse).
- Rester chez soi en présence de symptômes caractéristiques du Covid-19.
- Se renseigner sur les régions où circulent activement le virus et éviter de s'y rendre.

Si une personne de votre entourage est infectée, évitez de la côtoyer pendant sa période de quarantaine. Si vous avez été à son contact, restez confiné chez vous pendant 14 jours ainsi que les personnes avec lesquelles vous avez été vous-même en contact.

1 Source : Maladie Covid-19 (nouveau coronavirus). (2020, 29 juillet). Institut Pasteur. https://www.pasteur.fr/fr/centre-medical/fiches-maladies/maladie-covid-19-nouveau-coronavirus

ANNEXE 6 : CYCLE DE TRANSMISSION DES MALADIES LIÉES AU PÉRIL FÉCAL

1. L'enfant fait ses besoins près d'un point d'eau.
2. La pluie transporte les excréments et les microbes vers le point d'eau.
3. Une femme vient chercher de l'eau dans ce même point d'eau.
4. Un autre enfant boit l'eau ramassée par la femme ou mange le repas préparé avec la même eau.
5. Cet enfant tombe malade…

La contamination peut être directe : une personne va aux toilettes, ne se lave pas les mains, ses mains sur lesquelles se trouvent des microbes issus de ses excréments sont en contact avec l'eau ou les aliments qu'elle mange. Les microbes sont alors ingérés, la personne peut déclencher la maladie.

La contamination peut être indirecte : les bactéries des excréments peuvent contaminer l'eau ou le sol. Ces milieux contaminés peuvent à leur tour transmettre les microbes aux aliments puis aux personnes (voire directement aux personnes dans le cas d'une ingestion d'eau contaminée).
A noter que les insectes ou les animaux peuvent également être à l'origine de la transmission des maladies orofécales. Par exemple, si une mouche se pose sur des excréments où ses pattes se chargent de microbes, elle peut ensuite contaminer les aliments non couverts sur lesquels elle se pose, les microbes profitant de leur nouveau milieu pour s'y développer.

►Se laver les mains avec du savon peut aider à réduire le nombre des cas de diarrhée jusqu'à 35 % !
►Les enfants qui prennent des habitudes hygiéniques à l'école sont des « agents de changement » pour leur famille et leur village.

Les bons gestes à adopter :
- boire de l'eau potable
- respecter les règles d'hygiène alimentaire. Pour parer les risques liés à la contamination, il faut donc laver les fruits et les légumes avec de l'eau potable, protéger les aliments contre les insectes et bien cuire la nourriture si on a un doute sur un aliment. Se laver les mains avant de préparer le repas et avant de manger reste une consigne primordiale.
- respecter les règles d'hygiène individuelle: se laver les mains en sortant des toilettes, se brosser les dents, se laver le corps.
- éviter de se baigner dans de l'eau polluée : Il faut éviter de se baigner dans des zones où l'eau est contaminée par des rejets d'égouts (en aval des villages par exemple), par des déjections animales, etc.
- ne pas polluer l'eau : il faut éviter de disséminer dans l'eau les excréments et les microbes qu'ils peuvent contenir. Les solutions sont multiples, cela peut être d'utiliser des latrines. Sinon de faire ses besoins dans la forêt (à plus de 35 mètres d'un point d'eau).

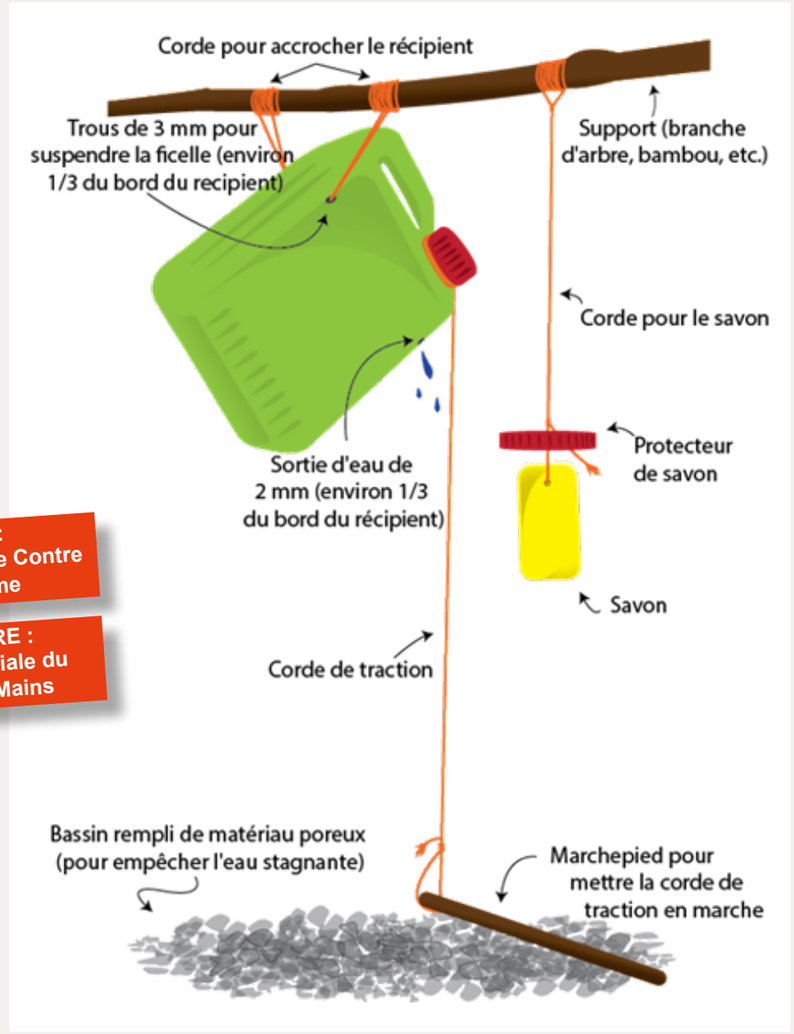
L'hygiène regroupe 3 niveaux d'intervention pour barrer la contamination fécale :
- un niveau individuel,
- un niveau familial (domestique),
- un niveau collectif.

Les mesures individuelles peuvent être prises de manière volontaire et mises en place directement par chacun (lavage du corps et du linge).
Le niveau familial (domestique) relève de l'habitat et des types de commodités disponibles aux personnes (par exemple : nettoyage dans les lieux de vie des surfaces où des microbes sont susceptibles de se développer et de persister, présence de latrines, système de traitement des eaux usées, etc.).
Le niveau collectif demande une organisation plus importante à une échelle plus grande, c'est par exemple la mise en place d'une unité de traitement de l'eau potable, une station d'épuration des eaux usées.

ANNEXE 7 : CONSTRUCTION D'UN LAVE-MAINS AVEC DU SAVON

Matériel nécessaire :

- ► Fil de fer ou ficelle
- ► 1 bouteille d'eau minérale de 1.5 litre, coupée
- ► 1 clou pour réaliser les trous
- ► Savon



25 AVRIL : Journée Mondiale Contre le Paludisme

15 OCTOBRE : Journée Mondiale du Lavage des Mains

MOIS 3 : SANTÉ ET PRÉVENTION
THÈME : IST ET VIH/SIDA

OBJECTIFS :

- Connaitre les IST et le VIH/SIDA et les modes de contamination
- Réfléchir sur les différentes méthodes de prévention
- Favoriser un espace de discussion pour s'exprimer sur les doutes et difficultés
- Réfléchir sur le comportement adéquat à adopter avec des personnes séropositives

MOIS 3 : ATELIER 4/9
DURÉE : 3H

ETAPES	METHODOLOGIE	DUREE
1) Feuille de présence	Recueillir la signature de tous les participants	5 min
2) Accueil par un jeu d'intégration	Les jeunes sont répartis en 6 groupes. Les mots « prévention », « responsabilité », « maladie » sont affichés sur les murs. Chaque groupe choisit un mot à mimer. Chaque groupe mime une situation liée au mot choisi, les autres groupes doivent se positionner sous le mot qui est mimé. L'animateur rectifie si besoin lors de chaque passage de groupe. Les groupes se réunissent ensuite avec l'animateur pour trouver une définition des termes. L'animateur conclut en présentant les définitions retenues.	10 min
3) Rappel du dernier atelier	Les volontaires sont invités à présenter le dernier atelier sur *les Maladies liées à l'eau et/ou très contagieuses.*	5 min
4) Choisir le leader du jour	Choisir le leader du jour de façon aléatoire parmi les participants. Le leader change à chaque session, alternant garçon et fille.	5 min
5) Thématique Les Infections Sexuellement Transmissibles (IST)	Brainstormig sur les questions suivantes : • Qu'est-ce qu'une Infection Sexuellement Transmissable (IST) ? • Comment contracte-t-on une IST ? • Que faire lorsque l'on a une IST ? • Comment se protéger ? **Le spécialiste de santé complète les informations.**	20 min 50 min
6) Exercice pratique : Jeu d'accord / Pas d'accord sur le VIH/SIDA	L'animateur utilise une corde pour diviser la salle en 2 et désigne un côté qui représente ceux qui sont D'accord et un autre qui représente ceux qui ne sont Pas d'accord. Ensuite il lit l'un après l'autre chacun des énoncés ***(annexe 3)***. Pour chaque énoncé, les adolescents doivent choisir leur côté : D'accord ou Pas d'accord et se déplacent dans la salle pour aller du côté de la corde qui correspond à leur choix. L'animateur invite ensuite quelques adolescents à expliquer leur choix. **+ Débat sur les questions suivantes :** ► Comment se transmet le virus VIH/ SIDA ? ► Quels sont les facteurs de risque ? ► Comment se protéger ?	40 min
Comment aider une personne séropositive : l'histoire de Sidonie	L'animateur complète le débat avec la fiche info ***(annexe 4)***. L'animateur invite un adolescent volontaire à lire le témoignage du Tchad ***(annexe 5)***. **+ Débat :** ► Quelle attitude adopter avec des personnes séropositives ? ► Comment aider un ami séropositif ? ► Y a-t-il des organisations qui peuvent vous aider ? Lesquelles ?	30 min
7) Evaluation de la session	Chaque adolescent est invité à donner ses impressions sur la session, ce qu'il a appris, ce qui a été important et comment améliorer. Les animateurs partagent également ce qu'ils ont aimé et moins aimé.	10 min
8) Présentation du prochain atelier	Présentation par l'animateur : atelier sur *les pratiques néfastes*. L'animateur invite tous les participants à se saluer avant de partir.	5 min

Matériel nécessaire :

- Du papier ou un cahier, un stylo pour chaque participant
- Des feuilles A3 et des marqueurs, du scotch
- Une corde, une affiche « d'accord », « pas d'accord »

Documents supplémentaires :

- La feuille de présence
- Définitions ***(annexe 1)***
- Jeu d'accord/pas d'accord ***(annexe 2)***
- Fiche info VIH/SIDA ***(annexe 3)***
- Témoignage du Tchad ***(annexe 4)***
- Les droits reproductifs et sexuels ***(annexe 5)***
- Où s'adresser ? ***(annexe 6)***

Pour cet atelier, il est fortement recommandé de convier un spécialiste de santé capable d'intervenir sur ce thème spécifique.

ANNEXE 1 : DÉFINITIONS

C'est quoi les IST ?
Ce sont les Infections Sexuellement Transmissibles, c'est-à-dire qu'elles se transmettent durant la relation sexuelle (vaginale, orale, anale).

- **Les IST sont graves, parfois douloureuses et peuvent nuire énormément.**
  Certaines IST peuvent infecter les organes sexuels et reproductifs.
- **Il n'y a pas uniquement le Sida mais également toutes les autres IST qui peuvent transformer un moment de plaisir en des moments de douleurs et de souffrances.**
- **Le préservatif est à ce jour la seule protection efficace contre toutes ces maladies, alors protégez-vous au maximum.**

Comment contracte-t-on une IST ?

- Les IST sont transmissibles pendant la relation sexuelle (vaginale, orale, anale) sans protection.
- Certaines IST peuvent être transmises par la mère qui est infectée à son enfant durant la grossesse (syphilis ou VIH) ou à l'accouchement (le gonococcie, chlamydia ou VIH).
- Le VIH ou l'hépatite B peuvent être transmis lors d'échange d'aiguilles en recevant du sang infecté ou en utilisant du matériel chirurgical non stérilisé.

On peut transmettre une IST à ses partenaires sexuels. Les organes de reproductions (pénis, testicules, vagin, utérus) peuvent être infectés et les hommes comme les femmes enceintes peuvent transmettre une IST à leur enfant.

Quels sont les symptômes ?
D'une manière générale, voici une liste non exhaustive des principaux symptômes [1] :

- des écoulements anormaux/pertes provenant du pénis, du vagin ou de l'anus;
- des sensations de brûlures en urinant;
- des plaies anormales et/ou démangeaisons, principalement, au niveau des organes génitaux;
- des douleurs au niveau des organes génitaux et/ou douleurs abdominales;
- des douleurs pendant les rapports sexuels.

Attention : Les IST peuvent également être asymptomatiques c'est-à-dire qu'on ne peut avoir aucun symptôme d'où l'importance de prendre des mesures préventives (préservatifs,…) et de se faire dépister dans les centres de santé.

Que faire ?

- Si vous pensez avoir contracté une IST, **faites vous soigner**, n'attendez pas qu'elle se soigne d'elle-même. Cela n'arrivera pas ! Les symptômes peuvent disparaître, mais la maladie est permanente. Tous les hôpitaux, centres de santé et cliniques peuvent traiter les IST excepté le VIH.
- Dans le cas d'une IST, abstenez vous d'avoir des relations sexuelles jusqu'à ce que le traitement soit terminé et qu'il ait fait disparaître tous les symptômes.

Comment se protéger des IST ?

- Ne pas avoir de relation sexuelle avec pénétration vaginale ou anale, de relation sexuelle orale (fellation ou cunnilingus) est le meilleur moyen de se protéger des IST.
- Utiliser des préservatifs en cas de pénétration sexuelle pour se protéger contre les IST.

Dans tous les cas, si vous avez pris un risque, vous devez consulter un médecin et/ou un spécialiste. Le dépistage des IST ne peut pas se faire par soi-même.
Les germes ou virus qui causent ces maladies sont tous très petits et on ne peut pas les voir.

1 https://www.bruxelles-j.be/amour-sexualite/les-ist-les-modes-de-contamination-et-leur-depistage/

ANNEXE 2 : JEU D'ACCORD/PAS D'ACCORD SUR LE VIH/SIDA

1. On peut savoir si une personne est infectée par le VIH tout simplement en la regardant.
2. N'importe qui peut contracter le VIH/SIDA.
3. Il y a un vaccin préventif contre le VIH/SIDA
4. Le VIH/SIDA se transmet par le toucher.
5. Le VIH/SIDA peut se transmettre de la mère à l'enfant
6. Le VIH/SIDA se soigne tout seul.
7. Il existe des médicaments pour guérir du sida.
8. Le dépistage du VIH peut se faire par soi-même.
9. Si on a eu un comportement à risque, il faut faire le test
10. Les patients qui sont séropositifs devraient être traités de la même manière que les autres patients.

Réponses :
1 : Pas d'accord - 2 : D'accord - 3 : Pas d'accord - 4 : Pas d'accord - 5 : D'accord - 6 : Pas d'accord - 7 : Pas d'accord - 8 : Pas d'accord - 9 : D'accord - 10 : D'accord

ANNEXE 3 : FICHE INFO VIH/SIDA[1]

- **Fin 2017, on comptait dans le monde environ 36.9 millions de personnes vivant avec le VIH, dont 1.8 millions d'enfants.**
  Avec plus de 35 millions de morts à ce jour, le VIH continue de représenter un problème mondial majeur de santé publique. En 2017, 940 000 personnes sont décédées d'une ou des causes liées au VIH dans le monde.
- **21,7 millions de personnes étaient sous traitement antirétroviral en 2017**
- **Il n'existe pas de moyen de guérir l'infection par le VIH. En revanche, des médicaments antirétroviraux (ARV) efficaces peuvent permettre de maîtriser le virus et contribuer à éviter sa transmission, de sorte que les personnes qui en sont porteuses et celles exposées à un risque d'infection substantiel peuvent bénéficier d'une vie longue, productive et en bonne santé.**
- **Le VIH peut être supprimé par une trithérapie ARV consistant à associer 3 médicaments antirétroviraux (ARV) ou plus. Le TAR ne guérit pas l'infection à VIH, mais supprime la réplication virale dans l'organisme et permet au système immunitaire de se renforcer et de reconstituer sa capacité à combattre les infections.**

1 https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/hiv-aids

Qu'est-ce que le VIH ?
VIH désigne le Virus de l'Immunodéficience Humaine, l'organisme qui cause le SIDA. Ce virus, lorsqu'il pénètre dans le corps par voie sexuelle ou sanguine, a pour particularité de s'attaquer à l'un des composants essentiels du système immunitaire, les lymphocytes T, qui assurent la défense de notre organisme contre les microbes. On dit alors que la personne est séropositive. Des maladies graves peuvent alors se développer : on les appelle «maladies opportunistes». Lorsqu'une personne a une ou plusieurs maladies de ce type, on dit alors qu'elle a le sida (Syndrome d'Immuno Déficience Acquise).

Qu'est-ce que le SIDA ?
Le SIDA (Syndrome d'Immuno Déficience Acquise) est une infection causée par le VIH. Il survient lorsque le système immunitaire d'une personne est affaibli par l'infection VIH, ce qui limite l'aptitude naturelle de l'organisme à lutter contre d'autres infections et maladies.

►Comment se transmet le virus du SIDA ?

L'infection VIH se propage à travers le sang et les liquides organiques (principalement le sperme, les sécrétions vaginales et le lait maternel) des personnes infectées.

Elle se transmet par :
- le contact sexuel (essentiellement les rapports sexuels vaginaux ou anaux sans préservatif). La transmission par les relations sexuelles buccogénitales est possible, mais le risque est beaucoup moins élevé ;
- le sang et d'autres liquides organiques, à travers :
  - le partage d'aiguilles, de drogues par intraveineuse et d'attirail pour l'injection des stupéfiants ;
  - la transfusion de sang ou de produits sanguins infectés et/ou la transplantation d'un organe infecté ;
  - l'emploi d'instruments de perçage de la peau contaminés (aiguilles, seringues, lames de rasoir, aiguilles à tatouage ou instruments de circoncision) ;
  - les blessures dûes à des aiguilles ou d'autres objets tranchants contaminés ;
  - l'éclaboussure sur les muqueuses (les yeux par exemple) de sang ou de liquides organiques infectés ;

Il y a aussi un risque de transmission mère-enfant pendant la grossesse, l'accouchement ou l'allaitement. En l'absence d'interventions, les taux de transmission vont de 15 à 45%. Des interventions efficaces permettent toutefois de ramener ces taux à des niveaux inférieurs à 5%[1].

Il se peut que des personnes ne présentent pas de symptômes et qu'elles ne sachent pas qu'elles sont infectées par le VIH. Toutefois, elles peuvent toujours transmettre le virus à d'autres gens. On ne peut pas savoir si quelqu'un est infecté tout simplement en le regardant.

►Quels sont les principaux symptômes de l'infection au VIH / SIDA ?

Il est possible que les personnes infectées par le VIH ne présentent pas de symptômes. Il peut s'écouler 10 ans ou plus entre l'infection à VIH et le diagnostic du SIDA
Symptômes les plus fréquents :
- une perte de poids inexpliquée qui dure au moins un mois ;
- la diarrhée pendant plusieurs semaines ;
- un enduit blanchâtre sur la langue ;
- des ganglions hypertrophiés ou douloureux au cou, à l'aisselle et/ou dans d'autres parties du corps ;
- une toux qui persiste pendant plus d'un mois ;
- une fièvre persistante et/ou des sueurs nocturnes ;
- des mycoses vaginales persistantes.
- Ces symptômes pouvant être dus à d'autres maladies, il faut faire un examen pour confirmer la présence du VIH.

Le virus ne se transmet PAS par :
- **le contact social de tous les jours**
- **l'usage commun de vêtements**
- **la salive : embrasser ou boire dans le même verre ne comporte aucun risque**
- **le toucher : serrer la main ou s'asseoir sur la cuvette des toilettes est sans risque**
- **l'usage commun de nourriture, de plats ou d'ustensiles de table**
- **les piqûres d'insecte**
- **les larmes**
- **la sueur**
- **le fait de vivre ou de travailler avec une personne infectée par le VIH**

Il existe 3 voies de transmission du virus d'une personne séropositive à une autre :
- **par voie sexuelle,**
- **par le sang,**
- **de la mère à l'enfant.**

►Comment devient-on séropositif ?

Être séropositif, c'est être porteur du virus même si aucun signe de la maladie n'apparaît. Le virus détruit progressivement les défenses immunitaires (le taux de lymphocytes T4). Lorsque celles-ci sont trop faibles, c'est le stade du sida, qui survient après un nombre d'années variable (une dizaine d'années en moyenne). Le traitement doit alors être instauré et poursuivi à vie.

1 https://www.who.int/hiv/topics/mtct/fr/

►Quels sont les facteurs de risque ?

Certains comportements exposent les personnes à l'infection à VIH. Les principaux facteurs de risque de l'infection à VIH sont les suivants :
le fait d'avoir des rapports sexuels sans préservatif ;
le fait d'avoir des rapports sexuels avec plus d'un partenaire, avec un partenaire qui a ou a eu plusieurs partenaires, ou avec un partenaire qui consomme ou a consommé des drogues administrées par voie intraveineuse ;
le fait de partager des aiguilles, des drogues par intraveineuse et l'attirail pour l'injection des stupéfiants
le fait d'être transfusé ou traité avec du sang ou des produits sanguins ;
le fait de se faire tatouer ou percer ;
le fait d'avoir un emploi (un agent de santé par exemple) qui expose au sang ou à d'autres liquides organiques.
le fait d'avoir une IST augmente aussi le risque de transmettre ou de contracter le VIH.

►Comment se protéger ?

On peut diminuer le risque d'infection au VIH en évitant les comportements à haut risque.
La meilleure façon de prévenir l'infection à VIH est de s'abstenir de pratiques sexuelles dangereuses et de consommation des drogues.

►Existe-t-il un remède ?

Il n'existe pas à ce jour de remède à l'infection VIH / SIDA.
Cependant, l'association des médicaments antiviraux (connus sous le nom de trithérapie) et des médicaments destinés à prévenir les infections opportunistes permet à beaucoup de personnes infectées par le VIH/ SIDA de prolonger et améliorer leur qualité de vie et de retarder la progression de l'infection VIH vers le SIDA.

La transmission mère-enfant

2,5 millions d'enfants de moins de 15 ans sont infectés par le VIH dans le monde.
90% des cas sont dus à une transmission mère-enfant.

Les bébés nés de mères infectées par le VIH peuvent contracter le virus pendant la grossesse, le travail, l'accouchement et l'allaitement

ANNEXE 4 : TÉMOIGNAGE DE SIDONIE[1]

Sidonie est une fille issue d'une famille modeste. Après ses études secondaires au Lycée Félix Ebouée, ses parents décident de l'envoyer poursuivre ses études supérieures en marketing et communication au Ghana. Après trois ans d'études, elle rentre nantie d'une licence professionnelle en marketing et communication.

Lors de son retour au pays, toute la maisonnée est partie l'accueillir à l'aéroport, mais la joie s'entremêle à la tristesse. La famille regagne le domicile. Après le repas, Sidonie est allée au lit. Ses frères, le papa et la maman discutent et en concluent que c'est la fatigue des études et le voyage qui l'ont épuisée, elle se remettra bientôt. Une semaine plus tard, sa grande sœur Viviane l'emmène à l'hôpital, elle paie tous les frais des examens médicaux possibles. Au bout de deux jours, elle vient chercher les résultats que le médecin lui remet dans une enveloppe. Viviane, impatiente, l'ouvre et prend connaissance des résultats, elle s'écroule. Viviane reprend son souffle puis décide à nouveau de lire ce qu'elle venait de lire. Elle ne pouvait se contenir, elle téléphone à son oncle paternel pour l'informer des résultats médicaux, puis lui demande de convoquer une réunion familiale d'urgence.

Deux semaines plus tard, ce fût fait. Il y avait un monde noir dans la cour. Malgré l'état de convalescence de Sidonie, elle sort de sa chambre, enthousiasmée de rencontrer ses parents après un long voyage. Après avoir fait le tour du cercle familial, elle s'assied. Alors son oncle prend la parole pour dire « vous savez tous, Sidonie est revenue de Ghana, où elle a fait ses études de marketing et communication. En rentrant à N'djamena, elle est tombée malade. Après les consultations médicales, nous découvrons qu'elle a le Sida. » Soudain, toutes les têtes se tournent vers Sidonie. Elle était figée par la surprise et ne savait pas où regarder. Sa cousine qui était assise à côté d'elle, s'est déplacée pour ne pas être contaminée. Sidonie fond en larmes et se sent humiliée et abandonnée. Elle sort en courant, Sida, Sida, j'ai le Sida ? mais qu'est-ce que je vais devenir ? Tard dans la nuit, elle fait irruption chez une de ses tantes qui n'a pas assisté à la réunion. Pardon tantine, reçois-moi, papa et mon oncle m'ont mise à la porte car j'ai le Sida. Oh, viens ma chérie et dors, demain on en parlera.

1 A partir du récit écrit par N. Djinaibeye, animateur à l'Université Populaire, à N'Djamena, Tchad.

ANNEXE 5 : LES DROITS REPRODUCTIFS ET SEXUELS

Les droits sexuels sont les droits de toute personne de :

- Dire "non" au rapport sexuel.
- Pratiquer des rapports sexuels à moindre risque ou protégés.
- Décider du partenaire sexuel sans être jugé.
- Contrôler sa propre sexualité.
- Décider sur le type de rapport sexuel pratiqué ("génital", oral, pénétrant, etc).
- A l'information et l'éducation sexuelle, sur la santé et les droits sexuels.
- Prendre une action légale contre tout harcèlement ou abus sexuel.
- Au plaisir sexuel.
- Accès au traitement pour des problèmes de santé sexuelle et aux services pour s'assurer que la santé sexuelle est maintenue.
- Ne pas subir de pratiques traditionnelles nocives.
- Ne pas être forcé de se marier.

SAVOIR DIRE NON,
C'EST SE DIRE OUI À SOI-MÊME.

ANNEXE 6 : OÙ S'ADRESSER ?

(Prévoir une visite extérieure dans un centre de dépistage)

► A compléter par l'animateur et distribuer aux jeunes pour information.

VERS QUEL ORGANISME SE TOURNER ?

Adresse de l'organisme : .....

.....

.....

.....

N° de téléphone : .....

Services proposés :

.....

.....

.....

Coût : .....

Y A-T-IL UN CENTRE DE PRÉVENTION DANS LE QUARTIER OU LA VILLE ?

Adresse :

.....

.....

.....

.....

N° de téléphone ; .....

MOIS 3 : SANTÉ ET PRÉVENTION
THÈME : PRATIQUES NÉFASTES

OBJECTIFS :
- Connaitre et comprendre les différentes pratiques néfastes et les conséquences sur la santé
- Réfléchir sur ces pratiques
- Réfléchir sur des programmes de lutte contre les pratiques néfastes qui ont réussi ailleurs

MOIS 3 : ATELIER 5/9
DURÉE : 3H

ETAPES	METHODOLOGIE	DUREE
1) Feuille de présence	Recueillir la signature de tous les participants	5 min
2) Accueil par un jeu d'intégration	Présenter l'arbre à personnages ***(annexe 1)***. Chaque membre du groupe s'identifie à un personnage et colle par exemple une gommette sur le personnage qui est le plus en lien avec son état d'esprit du moment. A tour de rôle chaque membre présente son personnage et explique son choix.	10 min 5 min
3) Rappel du dernier atelier	Les volontaires sont invités à présenter le dernier atelier *les infections sexuellement transmissibles et le VIH/SIDA.*	5 min
4) Choisir le leader du jour	Choisir le leader du jour de façon aléatoire parmi les participants. Le leader change à chaque session, alternant garçon et fille.	20 min
5) Thématique «Les mutilations génitales féminines / l'excision »	Qu'est-ce qu'une pratique néfaste ? Quelles pratiques néfastes connaissez-vous ? Brainstorming sur les différentes pratiques néfastes que les jeunes connaissent. L'animateur complète ***(annexe 2 et 6)*** et met l'accent sur le mariage précoce et l'excision. L'animateur projette la vidéo « Protéger les droits des filles » + debriefing : laisser un espace pour que ces jeunes s'expriment sur leur ressenti.	40 min
Conséquences sur la santé	**Jeu : le bateau des excisées** Préparer les cartes avant la session ***(annexe 4)*** Les adolescents se placent pour former un bateau. Chaque jeune, à tour de rôle, pioche une fiche cartonnée et se place au centre du bateau pour lire la question à voix haute. S'il sait répondre, il répond à la question, sinon il lit la réponse au dos de la carte. Et ainsi de suite. L'animateur complète les informations ***(annexe 3)***	40 min
6) Exercice pratique « Comment sensibiliser la communauté ? »	Réflexion autour des programmes de lutte contre l'excision qui ont réussi ailleurs L'animateur introduit avec l'exemple du Sénégal à travers la vidéo ***(annexe 5)***. + Débat • Comment sensibiliser la famille ? • Comment sensibiliser la communauté ? Par équipes, les adolescents élaborent un plan d'action de sensibilisation de la communauté sur l'excision et ses conséquences. Restitution par chaque équipe.	40 min
7) Evaluation de la session	Chaque adolescent est invité à donner ses impressions sur la session, ce qu'il a appris, ce qui a été important et comment améliorer. Les animateurs partagent également ce qu'ils ont aimé et moins aimé.	10 min
8) Présentation du prochain atelier	Présentation par l'animateur : atelier sur *l'environnement*. L'animateur invite tous les participants à se saluer avant de partir.	5 min

Matériel nécessaire :
- Du papier ou un cahier, un stylo pour chaque participant
- Des feuilles A3 et des marqueurs, du scotch
- Cartes du jeu « Le Bateau des excisées » à préparer
- Vidéoprojecteur + ordinateur

Documents supplémentaires :
- La feuille de présence
- Arbres à personnages ***(annexe 1)***
- Définitions ***(annexe 2)***
- Conséquences des mutilations génitales féminines sur la santé ***(annexe 3)***
- Jeu « Le Bateau des excisées » - cartes à préparer avant la session - ***(annexe 4)***
- Comment lutter contre les Mutilations Génitales Féminines ? ***(annexe 5)***
- Autres pratiques néfastes ***(annexe 6)***

Atelier pratique :
Demander aux adolescents de faire appel à leur créativité pour réaliser affiches, pièces de théâtre, chansons, poèmes, articles pour la sensibilisation dans la communauté.

ANNEXE 1 : ARBRES A PERSONNAGES

ANNEXE 2 : DÉFINITIONS

Plus de 200 millions de jeunes filles et femmes, toujours en vie, ont été victimes de mutilation sexuelles pratiqués dans 30 pays africain, du Moyen-Orient et de l'Asie où ces cas sont concentrés.
28 pays africains sont concernés par les MGF.
Les MGF se déroulent également dans les pays développés.
Couper les organes génitaux externes d'une enfant est une opération dangereuse et très douloureuse.

Il existe une grande diversité de pratiques traditionnelles néfastes qui affectent la santé des femmes et des enfants. Les pratiques néfastes sont définies par l'UNICEF comme : « Les pratiques culturelles néfastes, telles que le mariage d'enfants et les mutilations génitales féminines, désignent des pratiques discriminatoires implantées de longue date au point que certaines cultures et sociétés finissent par les considérer comme acceptables.[1]» De toutes ces pratiques, les mutilations génitales féminines, encore appelées excision, sont celles qui posent le plus de défis.

L'OMS définit les MGF comme 'toutes procédures impliquant l'ablation partielle ou totale des organes génitaux féminins externes ou toute autre blessure faite à ces organes pour des raisons culturelles ou non thérapeutiques'. Ces pratiques ont cours dans de nombreux pays d'Afrique et dans d'autres régions du monde, pour la simple raison qu'il s'agit de coutumes. « Les MGF sont considérées comme une protection de la virginité, un processus d'embellissement, et dans bon nombre de cultures, elles représentent une pré condition essentielle au mariage[2] »
Par ailleurs, la pratique des mutilations génitales féminines viole les droits fondamentaux des femmes, des filles et des enfants, et est contraire à la plupart des instruments des droits de l'homme.

Article 24 de la Convention sur les droits de l'enfant : « Les Etats parties prennent toutes les mesures efficaces appropriées en vue d'abolir les pratiques traditionnelles préjudiciables à la santé des enfants. »

Article 21 de la Charte africaine sur les droits et le bien-être de l'enfant :
Protection contre les pratiques Négatives Sociales Et Culturelles
« Les Etats parties à la présente Charte prennent toutes les mesures appropriées pour abolir les coutumes et les pratiques négatives, culturelles et sociales qui sont au détriment du Bien-être, de la dignité, de la croissance et du développement normal de l'enfant... »

1 https://www.unicef.org/fr/protection/des-pratiques-néfastes
2 Etude *de l'*ONU sur la Violence contre les enfants (UNVC, 2006)

ANNEXE 3 : CONSÉQUENCES DES MGF SUR LA SANTÉ

Les MGF représentent un énorme problème de santé, parce qu'elles affectent la santé et le bien-être des femmes qui en sont victimes (hémorragie, anémie, mort, infection, difficulté à l'accouchement…).

Conséquences immédiates :

- Douleurs : les excisions sont réalisées la plupart du temps sans anesthésie. La fille doit donc supporter des douleurs violentes par suite de l'excision de parties de son corps qui sont extrêmement sensibles. Certaines fillettes sont tellement choquées par la douleur qu'elles s'évanouissent.
- Hémorragies : les hémorragies peuvent être très abondantes et ininterrompues, ce qui entraîne une anémie aiguë ou chronique. Ce manque de sang est source de nombreux troubles de développement chez la petite fille.
- Chocs : il y a le choc hypovolémique qui est une forme d'anémie aiguë et qui résulte d'une baisse rapide du volume du sang, et le choc infectieux (septicémie) dû au passage de substances microbiennes toxiques dans le sang ; les deux peuvent entraîner la mort.
- Infections aiguës : en raison des conditions septiques dans lesquelles les excisions sont pratiquées, les infections sont pratiquement systématiques. Toute la vulve peut être infectée, de même que les organes internes, ce qui peut causer de nombreux troubles, dont les plus fréquents sont les troubles urinaires. Le tétanos est aussi fréquent.
- Transmission du VIH et de l'hépatite B : l'opération étant pratiquée sur des groupes de filles avec le même instrument, il est prouvé que l'excision, en amont, d'une fille séropositive ou d'une fille porteuse de l'hépatite virale B, entraîne la contamination de toutes celles qui sont excisées par la suite.

Conséquences à long terme :

Les complications à long terme sont d'autant plus graves qu'elles ne sont pas directement liées à l'excision, elles apparaissent beaucoup plus tard, pendant la grossesse et l'accouchement. Elles incluent :

- Kystes du derme
- Troubles menstruels
- Cicatrices épaisses et disgracieuses qui peuvent se former à la suite d'infections ou du durcissement des tissus cicatriciels. En cas de formation de ces tissus à l'entrée du vagin, la femme court de grands risques lors des rapports sexuels et de l'accouchement, parce que les tissus de la vulve ont perdu de leur élasticité.
- Rapports sexuels douloureux : pour une femme qui a subi l'infibulation[1], le premier rapport sexuel est toujours une expérience traumatisante : il peut être extrêmement douloureux et nécessiter des efforts répétés pour réussir la pénétration ; en raison des difficultés rencontrées au moment de la pénétration, le mari peut être tenté d'ouvrir la femme avec un objet tranchant, provoquant ainsi une hémorragie, des risques d'infection et dans les cas extrêmes, la mort.
- Perte de l'appétit sexuel (frigidité) : l'ablation des organes sensibles par la pratique des MGF peut détruire la capacité de la femme à la jouissance sexuelle et à l'orgasme. Ce qui entraîne une incompatibilité avec le conjoint.
- Infections chroniques des organes : celles-ci peuvent être internes et sont souvent causes de stérilité.
- Fistules et incontinence : la fistule est un canal ou un raccordement entre le système urinaire et le vagin (vésico-vaginal) ou entre le rectum et le vagin (recto vaginal), qui est responsable de l'incontinence.

Conséquences psychologiques :

Les MGF sont une épreuve psychologique pour les filles à toutes les étapes de leur vie :

- Peur avant et pendant l'opération ;
- Emotion lors du premier rapport sexuel (particulièrement pour celles qui ont subi l'infibulation)
- Sentiment d'être abandonnée, trahie et livrée à l'exciseuse ;
- Stress psychologique pendant l'opération ;
- Sentiment d'être abandonnée par la société ;
- Incompatibilité affective avec le mari face aux échecs répétés lors des rapports sexuels.

1 *Définition : on appelle infibulation la suture de la majeure partie des grandes ou des petites lèvres de la vulve de l'organe génital de la femme, ne laissant qu'une petite ouverture pour que l'urine et les menstruations puissent s'écouler.*

ANNEXE 4 : JEU « LE BATEAU DES EXCISÉES »

Cartes à préparer avant la session avec les questions d'un côté et les réponses de l'autre

Q & R SUR LES MGF	RECTO	VERSO
1	*Qu'est-ce que l'excision ou la mutilation génitale féminine ?*	**L'excision ou la mutilation génitale féminine est l'action de couper le clitoris et la vulve de l'organe génital d'une enfant ou femme.**
2	*Est-ce que l'excision peut rendre une fille stérile ?*	**Oui, c'est vrai !**
3	*Existe-t-il dans ton pays une loi qui interdit la pratique de l'excision ?*	**A toi de vérifier !**
4	*Une femme excisée perd-elle sa virginité ?*	**Oui, c'est vrai !**
5	*Une femme excisée n'a pas de problème pour accoucher.*	**C'est faux.**
6	*Pourquoi interdire l'excision ?*	**Pour la santé de la fille.**
7	*Qu'est-ce que l'infibulation ?*	**C'est l'action de coudre les petites lèvres de l'organe génital de la fille.**
8	*Quelles sont les conséquences de l'excision pendant l'accouchement ?*	**Pendant l'accouchement, le travail est long et douloureux, la peau cicatrisée se déchire.**
9	*Quelles sont les conséquences de l'excision sur le bébé ?*	**Le bébé peut mourir.**
10	*La pratique de l'excision respecte-t-elle le droit des filles ?*	**Non, c'est faux. La pratique de l'excision viole les droits fondamentaux des filles et est contraire aux droits de l'homme.**
11	*Citer 3 conséquences liées à la pratique de l'excision.*	**Hémorragie, anémie, mort, infection, difficulté à l'accouchement….**
12	*Une fille excisée en subit les conséquences toute sa vie.*	**Oui, c'est vrai !**
13	*L'excision provoque également des conséquences psychologiques.*	**Oui, c'est vrai !**
14	*L'excision n'est pas une torture.*	**C'est faux. L'excision est un acte de torture.**
15	*Une femme excisée perd sa sensibilité sexuelle.*	**Oui, c'est vrai !**
16	*L'excision est une pratique condamnée par la communauté internationale.*	**Oui, c'est vrai !**
17	*Connais-tu d'autres pratiques néfastes pour la santé des jeunes ?*	**Le mariage précoce, la dot, la circoncision…**

ANNEXE 5 : COMMENT LUTTER CONTRE LES MGF ?

Eléments de réponse :

- la participation et la mobilisation de tous demeure l'unique clé du succès.
- mettre en place des lois qui interdisent les pratiques traditionnelles néfastes;
- réaliser des campagnes de sensibilisation et programmes d'éducation visant à faire évoluer les mentalités et à modifier les rôles traditionnellement dévolus aux hommes et aux femmes et les stéréotypes qui favorisent la persistance de pratiques traditionnelles préjudiciables à la santé ;
- favoriser la mise en place de centres d'information et conseils concernant les dangers de certaines pratiques traditionnelles.

Des exemples de succès

1. Le Sénégal

Le Sénégal est le fer de lance du mouvement d'abandon de l'excision. En un peu plus d'une décennie, près de quatre des cinq mille communautés pratiquant l'excision ont annoncé qu'elles abandonnaient la coutume. Changements très rapides au Sénégal.

Vidéo : Sénégal - en tête du mouvement https://www.youtube.com/watch?v=Kd-7g_0grvk

2. L'Ethiopie

Vidéo : Éthiopie - une communauté décidée https://www.youtube.com/watch?v=Dpg3ld8_EcA&t=3s

3. Le Cameroun

Le Cameroun a commémoré, le 6 février 2011, la quatrième Journée « Tolérance zéro aux MGF » sous le thème : « Engagement des gouvernements indispensable pour atteindre la tolérance zéro aux mutilations génitales féminines ». Le comité inter africain sur les pratiques traditionnelles qui ont des effets sur la femme (ONG panafricaine) sensibilise des exciseurs de Yaoundé sur les dangers des mutilations génitales.

Une bonne campagne menée contre les mutilations peut faire bouger les choses dans les localités.

ANNEXE 6 : AUTRES PRATIQUES NÉFASTES

Le mariage précoce : tout mariage conclu et consommé pour une fille immature (avant 18 ans selon la CDE). Cette pratique concerne généralement les filles, mais il ne faut pas non plus oublier que les garçons en sont également victimes.

Les mariages précoces sont une pratique traditionnelle néfaste qui a de graves répercussions sur la santé en matière de procréation des filles. L'immaturité anatomique et physiologique des adolescentes les exposent à toutes les complications liées aux grossesses précoces : avortement, accouchements prématurés, déchirure du périnée, infections, etc. Par ailleurs, ces mariages sont la plupart du temps arrangés dans des familles polygames où les adolescentes sont exposées à des risques élevés de transmission du VIH/SIDA et à des chocs psychologiques.

Les mariages précoces entraînent l'interruption de l'éducation des adolescentes, qui ont en conséquence très peu de chances d'être, par la suite, intégrées dans le tissu économique.

Il y a également les mariages entre générations où des hommes de plus de 70 ans prennent pour épouses des adolescentes, dans l'idée que celles-ci leur apporteront la jeunesse, de l'énergie et une longue vie. Les conséquences de ces mariages viennent s'ajouter au risque de veuvage prématuré pour ces adolescentes. Les enfants nés de ces mariages ont peu de chance de se développer normalement.

La Dot : la pratique de la dot consistant à donner un prix à la fiancée est également considérée comme une pratique néfaste. Cette ''chosification'' de la femme soumet d'autant plus la femme à son mari, à qui elle appartient, et sur qui il a bien souvent, comme sur tout autre objet, un droit de vie ou de mort.

Le Lévirat : il consiste pour une veuve à avoir pour conjoint le frère de son mari défunt.

Le Sororat : il consiste pour un veuf à épouser la sœur de sa femme défunte.

Le Gavage : il consiste à faire consommer obligatoirement à une fille des aliments en vue de lui donner l'allure d'une femme afin de contracter un mariage précoce.

La Diète excessive : restriction alimentaire dans le but d'affaiblir la fille en vue de consommer le mariage.

La Circoncision : la circoncision effectuée dans des mauvaises conditions d'hygiène est une pratique préjudiciable à la santé.

Le mariage précoce

Pratiqué pour renforcer des liens d'amitié ou de parenté ou parfois pour éponger des dettes.

► Conséquences :
- mésentente dans le foyer
- bannissement de la fille par la famille,
- infidélité
- organe immature

► Que faire ?
- faire comprendre aux parents l'importance du choix de la fille
- expliquer les conséquences psychosociales d'une fille bannie et des difficultés d'accouchement chez une fille trop jeune.

Les bonnes pratiques traditionnelles à maintenir :
- Allaitement maternel ;
- Port du bébé au dos ;
- Education collective ;
- Lavage des mains au savon ;
- Solidarité.

MOIS 3 : SANTÉ ET PRÉVENTION
THÈME : L'ENVIRONNEMENT

OBJECTIFS :
- Comprendre les principaux défis environnementaux
- Prendre conscience de la dépendance de l'Homme vis-à-vis de la nature et donc de la nécessité de protéger l'environnement
- Réfléchir sur l'organisation d'une action de sensibilisation

MOIS 3 : ATELIER 6/9
DURÉE : 3H

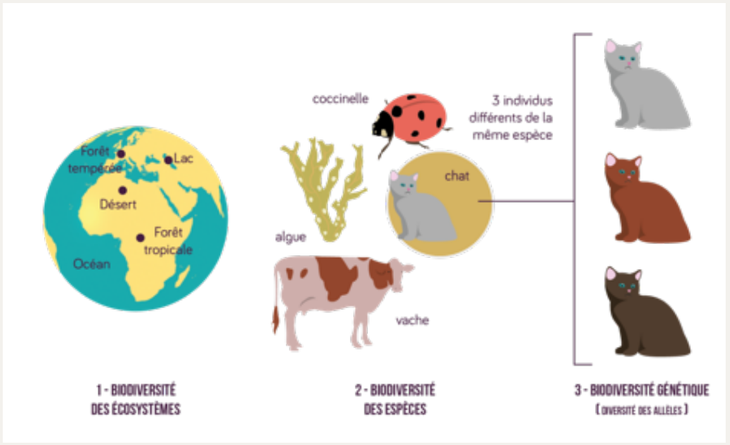
ETAPES	METHODOLOGIE	DUREE
1) Feuille de présence	Recueillir la signature de tous les participants	5 min
2) Accueil par un jeu d'intégration : Les tortues	Disposer au sol de grands cartons. L'animateur explique que les journaux sont des îles sur lesquelles les tortues viennent pondre et les joueurs représentent ces tortues. Au son de la musique, les adolescents se promènent comme ils le souhaitent entre les îles. Dès que la musique s'arrête, toutes les tortues doivent monter sur une île. Après un premier tour, l'animateur explique que le changement climatique entraîne la montée des eaux. A chaque tour, les cartons sont pliés en deux (ou un carton sur deux est supprimé) et les joueurs doivent se serrer de plus en plus en s'efforçant de ne pas poser pied par terre. Le jeu s'arrête quand il n'est plus possible de tous rentrer.	15 min
3) Rappel du dernier atelier	Les volontaires sont invités à présenter le dernier atelier sur *les pratiques néfastes.*	5 min
4) Choisir le leader du jour	Choisir le leader du jour de façon aléatoire parmi les participants. Le leader change à chaque session, alternant garçon et fille.	5 min
5) Thématique «Les beautés de mon pays»	L'animateur demande aux participants quelles sont les richesses de la nature de leur pays : les paysages, les animaux, la végétation, les fruits et légumes ; ce dont ils sont fiers et trouvent beaux. L'animateur exprime lui aussi ce qu'il aime dans la nature.	15 min
Les besoins de l'être humain et les éléments naturels	5 équipes sont formées et reçoivent un carton de couleur : • Les animaux de la terre (vert) • La végétation de la terre (fruits/légumes/plantations) (vert) • Les animaux du milieu aquatique (blanc) • La végétation du milieu aquatique (blanc) • L'air (bleu) Les adolescents écrivent un élément par carte, puis présentent leurs résultats et les affichent par catégorie.	30 min
La toile de la vie	Chaque participant va choisir un élément qu'il va représenter. Un volontaire représente l'être humain et a une pelote de laine à la main. Il lance la ficelle à un élément avec lequel il est en lien et ainsi de suite (ex : la tortue peut passer la pelote aux crustacés qui la nourrissent, à la prairie où elle se cache, etc.) Au fur et à mesure, une toile complexe se tisse. L'animateur lit les menaces : • On rejette les eaux sales dans la mer. Que se passe-t-il ? Un volontaire coupe la laine entre les éléments impactés pour montrer les conséquences. Les éléments affectés s'assoient. • On coupe cent arbres. Que se passe-t-il ? Idem • Les camions poubelles viennent déverser les déchets dans le parc, que se passe-t-il ? Les adolescents proposent des solutions pour réparer les dégâts. Pour chaque solution, on peut faire un nœud avec la laine pour renouer le lien entre les éléments. Debrief : l'animateur demande aux adolescents ce que cette toile représente pour eux et conclut sur la dépendance de l'homme par rapport à l'environnement.	40 min
6) Exercice pratique « La vie des déchets »	L'animateur questionne les participants sur l'avenir des déchets après la consommation. Les adolescents se répartissent par équipe. L'animateur montre les images d'objets retrouvés à la poubelle. Par équipe, les participants doivent déterminer combien de temps ces objets mettent pour se décomposer dans la nature. Ensemble, le formateur et les participants reconstituent la frise chronologique de décomposition des déchets. Ils réfléchissent également aux conséquences sur l'environnement et l'homme.	30 min
Seconde vie des déchets	Par équipe, les adolescents vont réfléchir aux actions qu'ils peuvent mettre en place au sein de l'école et au sein de la communauté afin de réduire les déchets. Quelles actions pouvons-nous mener pour la journée mondiale de la biodiversité (22 mai) ou la journée mondiale de l'environnement (5 juin) ?	30 min
7) Evaluation de la session	Chaque adolescent est invité à donner ses impressions sur la session, ce qu'il a appris, ce qui a été important et comment améliorer. Les animateurs partagent également ce qu'ils ont aimé et moins aimé.	10 min
8) Présentation du prochain atelier	Présentation par l'animateur du prochain atelier sur *la bonne hygiène de vie*. L'animateur invite tous les participants à se saluer avant de partir.	5 min

Matériel nécessaire :
- Du papier ou un cahier, un stylo pour chaque participant
- Des feuilles A3 et des marqueurs, du scotch ou de la Patafix
- Cartons de couleurs (vert, blanc et jaune) et les 5 catégories (faune terrestre, flore terrestre, faune aquatique, flore aquatique, air).
- Pelote de laines, pince à linge, ciseaux
- Cartes menaces à préparer en amont

Documents supplémentaires :
- La feuille de présence
- L'environnement : définition et infos clés ***(annexe 1)***
- Les principaux défis environnementaux ***(annexe 2)***
- Les cartes déchets ***(annexe 3)***
- Quiz environnement ***(annexe 4)***

ANNEXE 1 : L'ENVIRONNEMENT : DÉFINITION ET INFOS CLÉS[1]

L'environnement, c'est tout ce qui entoure l'homme et ses activités, c'est notre support de vie et toutes ses composantes : l'air, l'eau, l'atmosphère, les roches, les végétaux, les animaux...



- **Le corps humain est en communication permanente avec l'environnement : le nez respire l'air, la peau ressent la température, la bouche absorbe l'eau et la nourriture, l'oreille perçoit les sons.**
- **L'environnement qui nous entoure a une grande influence sur notre santé. Protéger l'environnement, c'est protéger la bonne santé de la terre et celle des êtres humains.**
- **L'eau, l'air et le sol peuvent causer des maladies s'ils sont pollués.**

1 *Guide des actions pédagogiques d'éducation au développement durable du territoire angevin, Mission développement durable Ville d'Angers – Angers Loire Métropole, 2012, p.6*
http://www.fondationbiodiversite.fr/fr/societe/avec-la-societe/diffusion-de-connaissances/en-savoir-plus/qu-est-ce-que-la-biodiversite.html

La biodiversité : c'est la diversité des êtres vivants, micro-organismes, plantes, champignons ou animaux. Ce sont aussi les interactions qui les relient entre eux et avec le milieu où ils vivent.
► L'homme fait partie de la biodiversité.

L'écosystème est constitué des ensembles de populations d'espèces différentes qui interagissent entre elles et leur milieu ambiant (air, terre, eau, etc.). Chaque organisme y assure une fonction spécifique et est nécessaire à la vie d'un autre organisme. Par exemple, sans bactéries et poissons pour nettoyer la mare, celle-ci disparaîtrait et ses habitants aussi.

La photosynthèse : les plantes vertes et les arbres absorbent du gaz carbonique (CO_2) et rejettent de l'oxygène. Ce processus s'appelle la photosynthèse.

Cependant, notre environnement, élément clé de notre vie et survie est dangereusement affecté par nos activités.

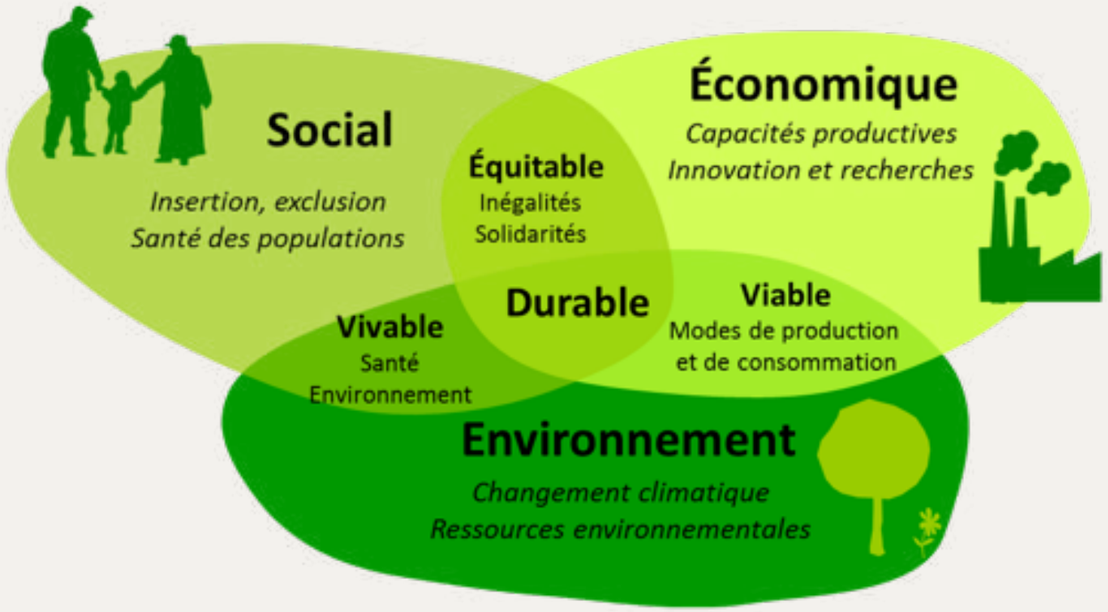
Chacun d'entre nous laisse son empreinte. Quand tu utilises un ordinateur, quand tu regardes la télé, quand tu fais cuire un gâteau ou quand tu manges un fruit, tu consommes indirectement du carbone, de l'eau, des ressources naturelles. Par exemple, il a fallu de l'eau pour arroser le fruit que tu as mangé, de l'énergie pour le transporter jusqu'à chez toi, du bois pour le stocker dans des cagettes.

►L'homme a un impact sur la biodiversité et sur l'équilibre de la planète.

► Les forêts sont donc de gigantesques fabriques à oxygène, ce sont les poumons de la planète.
► L'oxygène est un élément essentiel à la survie des hommes et des animaux car il leur permet de respirer.

L'eau et la lumière : elles sont vitales pour les plantes qui en ont besoin pour leur croissance.
► Pour arroser les plantes, les fruits ou les légumes, tu peux récupérer de l'eau de pluie !

Le développement durable est un concept qui permet d'aborder la question du maintien de l'équilibre entre l'homme, ses activités et son milieu en prenant en compte le fait que les ressources naturelles du monde ne sont pas inépuisables.



ANNEXE 2 : LES PRINCIPAUX DÉFIS ENVIRONNEMENTAUX[1]

Les principaux problèmes environnementaux :

La pollution est la dégradation d'un écosystème par l'introduction de substances ou de radiations altérant le fonctionnement de cet écosystème. Elle a des impacts sur la biodiversité, sur notre santé et sur l'environnement.

Une partie des polluants provient des activités humaines (transports et surtout le trafic routier, chauffage des bâtiments, engrais azotés et pesticides utilisés dans l'agriculture, émissions gazeuses des animaux, brûlage à l'air libre des déchets, industries et production d'énergie).
Les polluants peuvent aussi avoir une origine naturelle. Ils sont émis par les éruptions volcaniques qui envoient dans l'atmosphère d'énormes quantités de gaz et de particules, par des plantes qui produisent des pollens et des substances organiques volatiles, par la foudre, par les incendies qui produisent des particules fines (suies…) et des gaz, par l'érosion qui produit des poussières minérales reprises par le vent et déposées quelquefois très loin de leur lieu d'origine.

► La pollution des sols :
les engrais et des produits chimiques contiennent des éléments qui ne sont pas tous dégradables et contaminent le sol ce qui réduit sa biodiversité. A cause de la déforestation et des incendies de forêt, des sols perdent leur couverture végétale : c'est l'érosion des sols. En cas de tempêtes ou de fortes pluies, des tonnes de sol peuvent disparaître et être entraînés vers les cours d'eau qu'ils rendent boueux.

► La pollution des eaux :
- Agricole : avec les produits chimiques contenus dans les engrais et les pesticides qui s'infiltrent dans les sols et polluent les nappes souterraines,
- Industrielle : avec les produits chimiques que rejettent les industries. Les industries utilisent l'eau comme liquide de refroidissement, d'où un réchauffement significatif des cours, ce qui entraîne la disparition de certaines espèces animales ou végétales,
- Domestique : avec les eaux usées rejetées des toilettes, les savons de lessives, les détergents, l'eau de javel et le plomb des tuyaux,

► La pollution de l'air :
- Rejets de gaz toxiques et de poussières par les industries
- Emissions d'ammoniac par les engrais, pesticides et effluents d'élevage
- Emissions de particules fines par le transport routier et par le chauffage au bois ou au fioul

Des pistes pour préserver l'environnement : Nous sommes tous concernés !
- Gestion des déchets : réduction des emballages plastiques en utilisant des sac réutilisables (panier, sac en tissu), faire du compost avec les déchets de cuisine
- Gestion des ressources naturelles : éviter d'utiliser des polluants pour préserver sol, air et terre
- Recyclage et réutilisation des matières premières
- Utilisation et fabrication de jeux qui n'ont pas besoin de piles et batteries
- Réparation des fuites d'eau
- Engagement dans des associations : de nombreuses associations et organisations non gouvernementales sont actives sur les questions d'environnement

►Renseigne-toi, il y en a peut-être une dans ton quartier ou ta ville !

Un quartier où tout est fait pour respecter l'environnement. Les écoquartiers sont construits de manière à protéger l'environnement.

Par exemple : les habitations sont bien isolées ; l'eau de pluie est récupérée pour le jardin ou le potager et nettoyer les rues ; des friches, des murs végétaux accueillent la biodiversité ; des lignes de bus ou de tramway sont créées pour relier ce quartier au centre-ville ; les déchets sont triés pour être transformés et valorisés…

Dans les écoquartiers, les habitants peuvent vivre en ville tout en respectant la planète.

1 https://www.mtaterre.fr/
https://www.mediaterre.org/eau/actu,20150830173937,5.html
https://www.franceculture.fr/theme/pollution

ANNEXE 3 : LES CARTES DÉCHETS

Mouchoir : .....3 mois
Emballage cartonné : .....4 mois
Peau de banane : .....9 mois
Journal : .....3 à 12 mois
Mégot de cigarette : .....entre 1 et 2 ans
Chewing gum : .....1 à 5 ans
Papier de bonbon : .....5 ans
Brique alimentaire : .....5 ans
Boîte de conserve : .....50 à 100 ans

Briquet en plastique : .....100 ans
Canette : .....100-200 ans
Bouteille plastique : .....400 ans
Sac plastique : .....400-1000 ans
Couche jetable : .....500 ans
Barquette en polystyrène : .....1000 ans
Verre : .....4000 ans
Pile : .....7869 ans
Pneu : .....Ne se dégrade pas

ANNEXE 4 : QUIZ ENVIRONNEMENT

►A distribuer aux jeunes

1. Qu'est-ce que l'environnement ?
   .....
   .....
   .....
   .....
   .....

2. La coupe abusive des arbres entraine la disparition d'espèces animales et végétales

   □Vrai □ Faux.

3. Verser de l'huile de vidange et des déchets chimiques dans le fleuve n'entraînent pas la mort de poissons ou d'oiseaux côtiers.

   □ Vrai □ Faux.

4. Le goudron et les gaz dégagés par les engins à moteur purifient l'air.

   □ Vrai □ Faux.

5. Jeter des sacs plastiques peut entraîner la mort d'animaux qui s'étouffent en l'avalant

   □ Vrai □ Faux.

6. Les braconniers représentent un danger pour certaines espèces.

   □ Vrai □ Faux.

7. En combien de temps un sac plastique se décompose-t-il totalement ?

   □ 400 ans □ 100ans □ 50 ans

8. Un robinet qui goutte, c'est une perte de :

   □ 10 l/jour □ 20 l/jour.

9. Quel est le premier facteur de mortalité au monde ?

   □ la faim □ le sida □ l'eau contaminée

1. L'environnement, c'est tout ce qui entoure l'homme et ses activités, c'est notre support de vie et toutes ses composantes : l'air, l'eau, l'atmosphère, les roches, les végétaux, les animaux... ; 2. Vrai ; 3. Faux ; 4. Faux ; 5. Vrai ; 6. Vrai ; 7. 400 ans ; 8. 20l/j ; 9. La faim

INFOS COMPLÉMENTAIRES

En 2015, la communauté internationale a adopté un ensemble de 17 objectifs dans le cadre d'un nouveau programme mondial pour le développement durable.
L'environnement est le socle commun de chacun de ces objectifs, qu'il s'agisse de l'élimination de la faim, de la réduction des inégalités, ou de la construction de villes et de communautés durables partout dans le monde. L'homme ne vit pas tout seul et isolé. Il vit dans un environnement dont il est totalement dépendant.

5 JUIN :
JOURNÉE MONDIALE DE L'ENVIRONNEMENT
POUR SENSIBILISER
AUX QUESTIONS ENVIRONNEMENTALES.

Pourquoi est-ce si important de prendre soin de notre environnement ?

- L'environnement est notre source de nourriture et d'eau potable
- L'air est notre source d'oxygène
- Les ressources naturelles nous permettent de construire des maisons
- Préserver l'environnement, c'est prendre soin de la vie de l'être humain !

Que peux-tu faire pour réduire ton empreinte environnementale ?

- **Planter un arbre : il va absorber du C02 et rejeter de l'oxygène qui est nécessaire à l'homme pour respirer.**
- **Ne pas jeter les ordures n'importe où, cela permettra de préserver les ressources de la terre.**

MOIS 3 : SANTÉ ET PRÉVENTION
THÈME : LA BONNE HYGIÈNE DE VIE

OBJECTIFS :
- Identifier les principales situations de la vie quotidienne potentiellement à risque pour la santé et envisager les solutions possibles
- Comprendre que chacun peut contribuer par des gestes simples

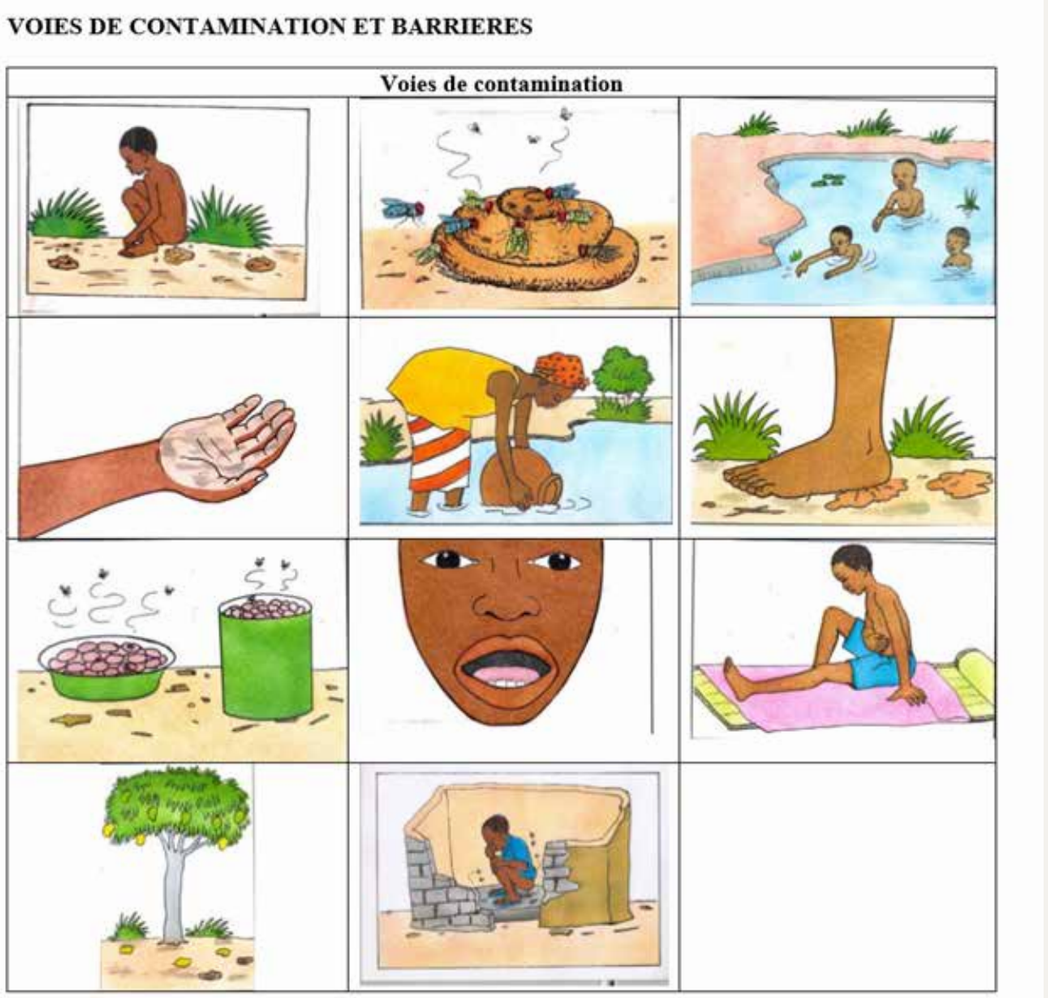
MOIS 3 : ATELIER 7/9
DURÉE : 3H

ETAPES	METHODOLOGIE	DUREE
1) Feuille de présence	Recueillir la signature de tous les participants	5 min
2) Accueil par un jeu d'intégration Santé et hygiène : risques et solutions	Chaque adolescent ou binôme reçoit une image « voies de contamination » ou « barrières » ***(annexe 1)***. Les adolescents doivent retrouver la carte permettant de faire barrière à la voie de contamination. Une fois ceci fait chaque groupe présente ses cartes.	30 min
3) Rappel du dernier atelier	Les volontaires sont invités à présenter le dernier atelier sur *l'environnement.*	5 min
4) Choisir le leader du jour	Choisir le leader du jour de façon aléatoire parmi les participants. Le leader change à chaque session, alternant garçon et fille.	5 min
5) Thématique Les bonnes pratiques	Par équipe, les adolescents reçoivent les cartes sur les différentes pratiques que l'animateur aura préalablement découpées. Les adolescents doivent classer les cartes des plus mauvaises pratiques aux meilleures. En fonction des besoins et des réalités du contexte, l'animateur pourra choisir de travailler avec le jeu de cartes en ***annexe 2*** ou en ***annexe 3***. L'animateur lance la discussion en groupe : • Quelles sont vos pratiques ? Comment vous positionnez-vous ? • Que pouvez-vous changer pour améliorer vos pratiques ?	1 h
6) Exercice pratique Sensibilisation dans la communauté	L'animateur divise le groupe en équipes. Chaque équipe va réfléchir aux 5 mesures d'hygiène les plus importantes à mettre en œuvre à la maison, à l'école et dans la communauté. Chaque équipe va ensuite réaliser une affiche ou une pièce de théâtre pour sensibiliser la communauté sur les mesures d'hygiène. + Chaque équipe peut présenter son travail et le lieu pour la sensibilisation dans la communauté.	30 min 30 min
7) Evaluation de la session	Chaque adolescent est invité à donner ses impressions sur la session, ce qu'il a appris, ce qui a été important et ce qu'il pense mettre en pratique. Les animateurs partagent également ce qu'ils ont aimé et moins aimé.	10 min
8) Présentation du prochain atelier	Présentation par l'animateur du prochain atelier sur *la prévention du Covid*. L'animateur invite tous les participants à se saluer avant de partir.	5 min

Matériel nécessaire :
- Du papier ou un cahier, un stylo pour chaque participant
- Des feuilles A3 et des marqueurs, du scotch ou de la Patafix

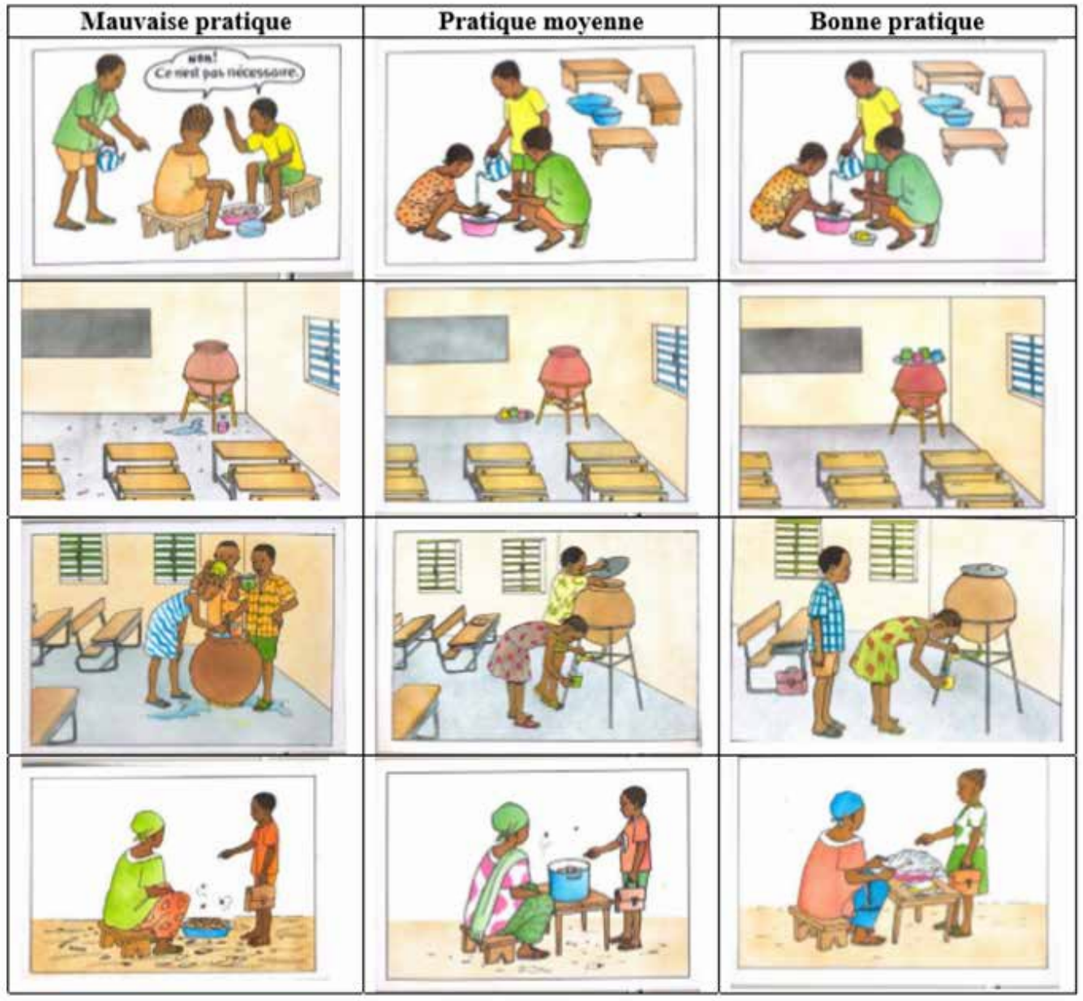
Documents supplémentaires :
- La feuille de présence
- Jeu de cartes « Voies De Contamination » et « Barrières » ***(annexe 1)***
- Cartes des bonnes pratiques (cartes à découper) ***(annexe 2 - modèle 1), (annexe 3 - modèle 2)***
- Eau, hygiène et assainissement ***(annexe 4)***

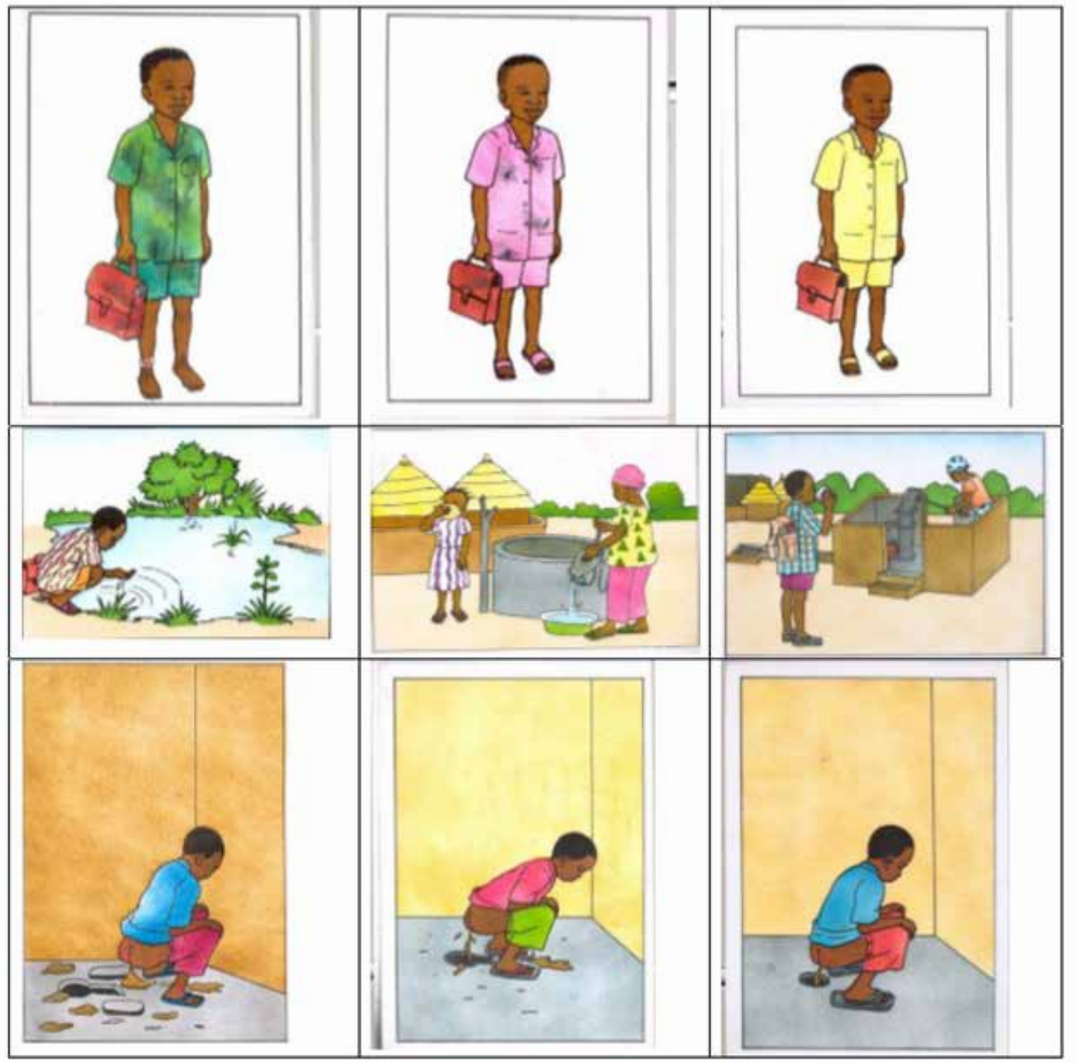
ANNEXE 1 :
JEU DE CARTES « VOIES DE CONTAMINATION » ET « BARRIÈRES[1] »



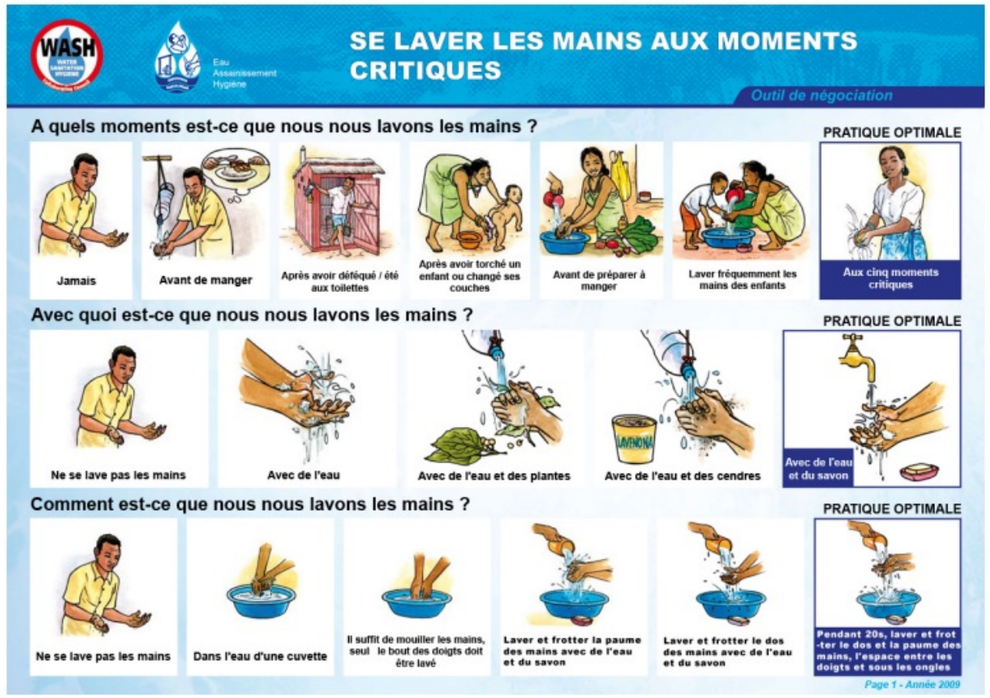
1 Version en ligne : http://www.burkinadoc.milecole.org/Pieces_Jointes/PDFs/Eco_Développement/Hygiène_Assainissement/Volet_3._Stratégie_opérationnelle_IEC_vf.pdf

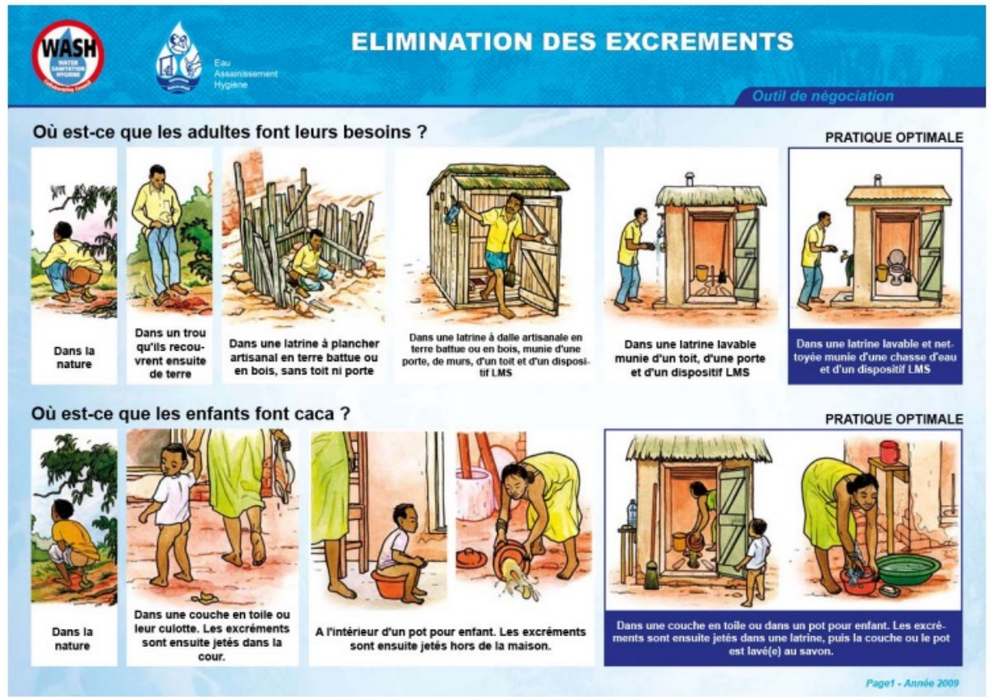
ANNEXE 2 :
CARTES DES BONNES PRATIQUES : MODÈLE 1 (CARTES A DÉCOUPER)

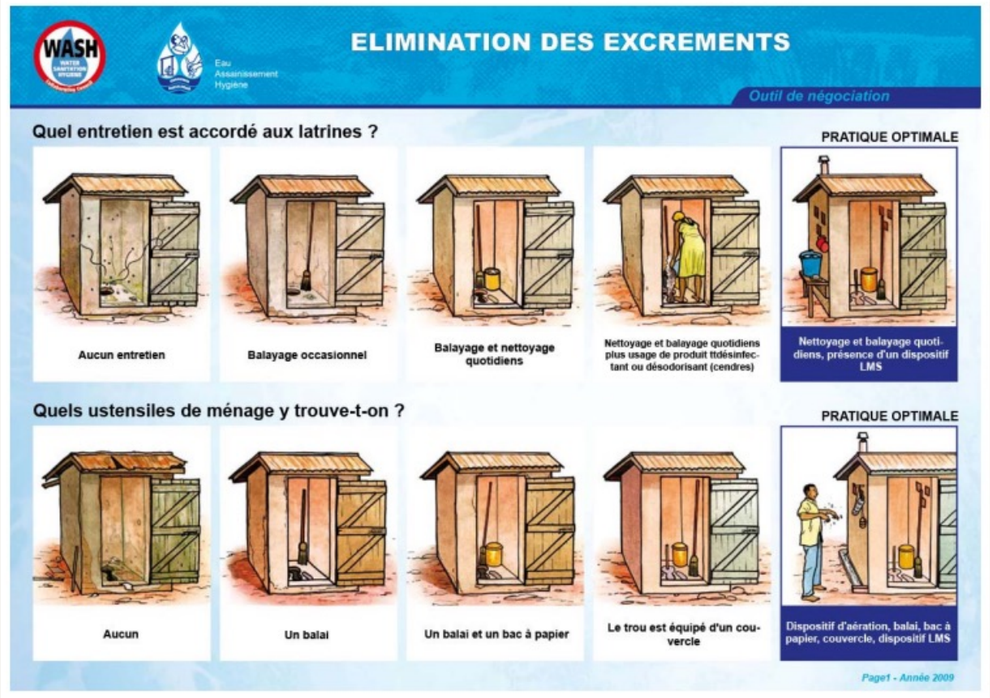




ANNEXE 3 :
CARTES DES BONNES PRATIQUES : MODÈLE 2 (CARTES A DÉCOUPER)[1]







1 http://www.burkinadoc.milecole.org/Pieces_Jointes/PDFs/Eco_D%C3%A9veloppement/Hygi%C3%A8ne_Assainissement/project_negociation_handwashing_fr.pdf

ANNEXE 4 : EAU, HYGIÈNE ET ASSAINISSEMENT

Une bonne hygiène et un bon assainissement sont les plus importants facteurs de réduction des risques de décès dus à la diarrhée et aux infections parasitaires.

Pour se débarrasser convenablement des déchets, un bon système d'évacuation des eaux usées est nécessaire. Cela exige que les eaux de latrines soient drainées vers des unités de traitement des eaux usées, au lieu d'être jetées à la rivière. En Afrique, les déchets d'origine humaine et animale ne sont généralement pas éliminés convenablement. Dans ces conditions, les maladies diarrhéiques comme le choléra, la typhoïde et la dysenterie, se propagent rapidement. L'assainissement est donc un enjeu majeur. La mauvaise hygiène contribue également, de manière significative, à l'apparition de problèmes sanitaires.

Récapitulatif des règles d'hygiènes :

► Utiliser une latrine
► Se laver les mains avec de l'eau courante et du savon aux 5 moments clés (après défécation, avant de manger, avant de cuisiner, après avoir nettoyé le bébé, avant de lui donner à manger)
► Boire une eau potable, et à défaut la traiter (bouillir ou utiliser du chlore)
Bien transporter l'eau (bidon étanche)
Attention aux récipients sans couvercle et au fait que la porteuse y trempera les doigts pendant le transport
Bien la conserver (récipient propre et étanche)

MOIS 3 : SANTÉ ET PRÉVENTION
THÈME : LA PRÉVENTION DU COVID

OBJECTIFS :
- Comprendre ce qu'est le COVID-19, comment il se transmet
- Adopter les bons réflexes de prévention face au virus
- Agir pour se protéger soi et les autres par des gestes simples

MOIS 3 : ATELIER 8/9
DURÉE : 3H

ETAPES	METHODOLOGIE	DUREE
1) Feuille de présence	Recueillir la signature de tous les participants	5 min
2) Accueil par un jeu d'intégration Dans la lutte contre le COVID-19, j'emmène avec moi…	En cercle et un par un, les adolescents sont invités à citer un objet qu'ils prendraient avec eux pour les aider à lutter contre le COVID-19. « Dans la lutte contre le COVID-19, j'emmène avec moi… ». Avant de citer son objet, le jeune doit énumérer, dans l'ordre, les objets de ses précédents camarades.	10 min
3) Rappel du dernier atelier	Les volontaires sont invités à présenter le dernier atelier sur *la bonne hygiène de vie.*	5 min
4) Choisir le leader du jour	Choisir le leader du jour de façon aléatoire parmi les participants. Le leader change à chaque session, alternant garçon et fille.	5 min
5) Thématique Qu'est-ce que le COVID-19 ? **Jeu de l'oie des gestes barrières**	L'animateur forme 4 équipes. A chaque équipe, il pose une question parmi celles ci-dessous : • Qu'est-ce que le COVID-19 ? • Quels sont les symptômes ? • Quelles sont les conséquences sur l'homme et la société ? • Quels sont les gestes de prévention à adopter ? L'animateur complète les informations des groupes si besoin ***(annexe 1)***. Avant de commencer, chaque équipe doit tirer au hasard une « contrainte » qu'elle devra suivre lorsqu'elle répondra à la question devant le groupe. Les contraintes sont : • - en chantant, • - en mimant, • - en dansant, • - en rappant. L'animateur peut proposer d'autres contraintes. Toujours par équipe, l'animateur présente le jeu de l'oie et explique les règles du jeu ***(annexe 2)***.	45 min 1 h
6) Exercice pratique Sensibilisation dans la communauté	Chaque équipe va ensuite réaliser une affiche ou une pièce de théâtre pour sensibiliser la communauté sur les mesures d'hygiène pour prévenir la transmission du COVID-19. + Chaque équipe peut présenter son travail et le lieu pour la sensibilisation dans la communauté.	35 min
7) Evaluation de la session	Chaque adolescent est invité à donner ses impressions sur la session, ce qu'il a appris, ce qui a été important et ce qu'il pense mettre en pratique. Les animateurs partagent également ce qu'ils ont aimé et moins aimé.	10 min
8) Présentation du prochain atelier	Présentation par l'animateur du prochain atelier sur *les métiers et la formation professionnelle*. L'animateur invite tous les participants à se saluer avant de partir.	5 min

Matériel nécessaire :
- Du papier ou un cahier, un stylo pour chaque participant
- Des feuilles A3 et des marqueurs, du scotch ou de la Patafix

Documents supplémentaires :
- La feuille de présence
- Fiche info COVID-19 ***(annexe 1)***
- Règles du jeu de l'oie ***(annexe 2)***

Avant de commencer l'atelier, l'animateur s'assurera que toutes les conditions sanitaires soient réunies pour pouvoir réaliser l'atelier en respectant les gestes de prévention (masques, distanciation, eau et savon, …).

ANNEXE 1 : FICHE INFO COVID-19[1]

Au 10 mai 2020 (10h00, HNEC), selon l'OMS, on dénombre 3 917 366 cas confirmés de Covid-19, et 274 361 décès.

Après une flambée épidémique en Chine en janvier-février, la situation épidémique a évolué au niveau mondial depuis le week-end du 22-23 février 2020. Avec l'intensification des foyers en Corée du Sud, au Japon, et à Singapour, et l'apparition de nouveaux foyers en Iran et en Italie. Dans ces pays, on assiste alors à une diffusion communautaire, sans lien identifié avec des cas importés de Chine.

L'OMS fait un point de situation chaque jour sur l'évolution de l'épidémie :
https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/situation-reports

Cause :
Cette pneumonie est une maladie infectieuse causée par un virus appartenant à la famille des coronavirus, pour le moment identifié sous le nom de SARS-CoV-2. Le réservoir de virus est probablement animal. Même si le SARS-CoV-2 est très proche d'un virus détecté chez une chauve-souris, l'animal à l'origine de la transmission à l'homme n'a pas encore été identifié avec certitude. Plusieurs publications suggèrent que le pangolin, petit mammifère consommé dans le sud de la Chine, pourrait être impliqué comme hôte intermédiaire entre la chauve-souris et l'homme.

Symptômes :
Les premiers symptômes sont peu spécifiques :
- Maux de tête,
- Douleurs musculaires,
- Fatigue
- La fièvre et les signes respiratoires arrivent secondairement, souvent deux ou trois jours après les premiers symptômes.

- La durée de l'incubation est en moyenne de 5 jours, avec des extrêmes de 2 à 12 jours. L'installation des symptômes se fait progressivement sur plusieurs jours, contrairement à la grippe qui débute brutalement.

- Dans les premières études descriptives provenant de Chine, il s'écoule en moyenne une semaine entre l'apparition des premiers symptômes et l'admission à l'hôpital à la phase d'état de la maladie. A ce stade, les symptômes associent fièvre, toux, douleurs thoraciques et gêne respiratoire. D'autres signes cliniques ont été décrits depuis les premières études : des signes d›atteinte du système nerveux central ; des pertes brutales du goût ou/et de l'odorat…

- La gravité des signes cliniques nécessite le maintien à l'hôpital d'environ 20% des malades et 5% nécessitent une admission en réanimation. Les formes les plus graves sont observées principalement chez des personnes vulnérables en raison de leur âge (plus de 70 ans) ou de maladies associées.
- L'infection peut être asymptomatique ou paucisymptomatique (entrainer pas ou peu de manifestations cliniques) chez 30 à 60 % des sujets infectés.

Transmission :
Il se transmet d'homme à homme par la projection de gouttelettes contaminées (salive, sécrétions nasales) quand la personne tousse ou éternue, et par un face à face prolongé (au moins 15 minutes) avec une personne située à moins d'un mètre de vous.

Prevention :
- Se laver très régulièrement les mains avec de l'eau et du savon ou une solution hydroalcoolique. Le lavage tue le virus si celui-ci se trouve sur vos mains.
- Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir jetable.
- Utiliser uniquement des mouchoirs à usage unique que vous jetez à la poubelle après utilisation.
- Arrêter de serrer la main et de faire la bise pour saluer les autres.
- Ne pas porter ses mains à la bouche, au nez ou aux yeux. Si le virus se trouve sur vos mains, il peut pénétrer dans votre organisme via ces orifices.
- Se tenir à plus d'un mètre d'une personne qui tousse ou qui éternue. Si vous vous tenez à moins d'un mètre, vous pouvez inhaler les gouttelettes contenant le virus (si la personne en est porteuse).
- Rester chez soi en présence de symptômes caractéristiques du Covid-19.
- Se renseigner sur les régions où circulent activement le virus et éviter de s'y rendre.

Si une personne de votre entourage est infectée, évitez de la côtoyer pendant sa période de quarantaine. Si vous avez été à son contact, restez confiné chez vous pendant 14 jours ainsi que les personnes avec lesquelles vous avez été vous-même en contact.

1 Maladie Covid-19 (nouveau coronavirus). (2020, 29 juillet). Institut Pasteur. *https://www.pasteur.fr/fr/centre-medical/fiches-maladies/maladie-covid-19-nouveau-coronavirus*

ANNEXE 2 :
RÈGLES DU JEU DE L'OIE[1]

Préambule

- Les joueurs ne doivent pas se toucher le visage pendant toute la partie. Chaque participant se lave les mains avant de commencer la partie. La personne qui se touche le visage pendant la partie fait revenir son équipe à la case départ.
- Les joueurs doivent être à 1 mètre de distance les uns des autres. Le plus jeune joueur vérifie avec le mètre si cette consigne est bien respectée.
- Les 4 pioches sont préparées et posées sur le tapis de jeu.

Déroulement de la partie

- Chaque équipe - et toujours le même joueur - lance son propre dé. Il déplace son pion en fonction du chiffre indiqué par le dé.
- Lorsqu'il tombe sur une case « PIOCHE ! » jaune, bleue, rouge ou verte, il tire une carte dans la pioche de la couleur correspondante.
  - Carte OUPS en jaune : le joueur observe la scène représentée et explique ce qui n'est pas conforme aux gestes barrières ;
  - Carte BONJOUR en bleu : le joueur essaie de dire bonjour de la manière proposée sur la carte ;
  - Carte SITUATION en vert : le joueur explique ce qu'il ferait dans la situation décrite par la carte ;
  - Carte DÉFI en rouge : le joueur réalise le défi proposé ;

Ainsi se succèdent les lancers de dés jusqu'à l'arrivée de la première équipe à la case 46 !

Matériel nécessaire :

4 planches de cartes «action» à découper
4 dés à monter
4 pions avec personnages avec ou sans masque
1 règle de jeu
1 mètre mesureur à monter

1 Tiré de C. (2020, 18 mai). Le Jeu de l'oie des gestes barrières ! Blog Hop'Toys. *https://www.bloghoptoys.fr/le-jeu-de-loie-des-gestes-barrieres*

A télécharger gratuitement sur le lien suivant : https://www.bloghoptoys.fr/le-jeu-de-loie-des-gestes-barrieres

MOIS 3 : SANTÉ ET PRÉVENTION
THÈME : LES MÉTIERS ET LA FORMATION PROFESSIONNELLE

OBJECTIFS :
- Connaître le marché formel et informel de mon quartier
- Comprendre l'importance de bien analyser le marché du travail avant de se lancer vers une profession
- Comprendre le lien entre la formation et l'orientation professionnelle

MOIS 3 : ATELIER 9/9
DURÉE : 3H

ETAPES	METHODOLOGIE	DUREE
1) **Feuille de présence**	Recueillir la signature de tous les participants	5 min
2) **Accueil par un jeu d'intégration Qui l'a fait ?**	Chaque adolescent écrit sur un post-it une situation de travail qu'il a déjà expérimentée. Les papiers sont ensuite mélangés et distribués aléatoirement à chaque personne, qui doit ensuite lire le papier et tenter de deviner à qui appartient la carte.	10 min
3) **Rappel du dernier atelier**	Les volontaires sont invités à présenter le dernier atelier sur *la bonne hygiène de vie.*	5 min
4) **Choisir le leader du jour**	Choisir le leader du jour de façon aléatoire parmi les participants. Le leader change à chaque session, alternant garçon et fille	5 min
5) **Thématique Restitution de l'étude réalisée auprès des professionnels**	En petits groupes de 4 ou 5 et par métier/secteur, les jeunes préparent une affiche créative qui présente le métier (nom du métier, définition, tâches professionnelles, qualités requises, études/formations nécessaires…), à partir de l'étude réalisée. Chaque groupe a 3 à 5 minutes de présentation suivie de questions-réponses. L'animateur termine en posant les questions suivantes : • Comment vous sentez vous après avoir réalisé l'enquête ? • Connaissez-vous mieux le métier que vous avez choisi ? Cela a-t-il été utile ? • Avez-vous récolté des informations utiles ? • Qu'est-ce qui vous a surpris ?	1 h
6) **Présentation du processus de FIP**	Un Agent d'orientation sociale et professionnelle est invité à expliquer le processus de FIP et à présenter les différentes formations professionnelles qui existent dans la ville.	1 h 15
7) **Evaluation de la session**	Chaque adolescent est invité à donner ses impressions sur la session, ce qu'il a appris, ce qui a été important et ce qu'il pense mettre en pratique. Les animateurs partagent également ce qu'ils ont aimé et moins aimé.	10 min
8) **Présentation du prochain mois**	Présentation par l'animateur du prochain mois sur *la relation aux autres et en particulier le quartier*. L'animateur invite tous les participants à se saluer avant de partir.	5 min

Matériel nécessaire :
- Du papier ou un cahier, un stylo pour chaque participant
- Des feuilles A3 et des marqueurs, du scotch ou de la Patafix

Documents supplémentaires :
- La feuille de présence

MOTS 4

Ma relation aux autres

MOIS 4 : MA RELATION AUX AUTRES
THÈME : MON QUARTIER

OBJECTIFS :
- Connaître l'histoire de son quartier
- Identifier et localiser les différents lieux stratégiques (santé, éducation, socioéconomique)
- Réfléchir aux problématiques du quartier et à des pistes pour les résoudre

MOIS 4 : ATELIER 1/7
DURÉE : 3H

ETAPES	METHODOLOGIE	DUREE
1) Feuille de présence	Recueillir la signature de tous les participants	5 min
2) Accueil par un jeu d'intégration : « La Paix »	L'animateur forme 5 équipes. Chaque équipe prend quelques minutes pour réfléchir comment elle souhaite représenter la paix en créant une figure humaine, puis la présente devant le groupe. Discussion : Qu'est-ce que la paix ? Avez-vous la sensation de vivre dans une communauté/un monde en paix ?	10 min
3) Rappel du dernier atelier	Les volontaires sont invités à présenter le dernier atelier sur *l'étude marché*.	10 min
4) Choisir le leader du jour	Choisir le leader du jour de façon aléatoire parmi les participants. Le leader change à chaque session, alternant garçon et fille.	5 min
5) Thématique « Histoire du quartier »	L'animateur invite une personne du quartier pour raconter l'histoire du quartier depuis sa création jusqu'à aujourd'hui.	20 min
« Localisation des lieux stratégiques »	En grand groupe, les adolescents complètent le plan du quartier (reproduit au préalable sur une feuille A1) avec les lieux dessinés sur des morceaux de papier : l'école, les champs, les églises, les mosquées, les marchés, le poste de police, les hôpitaux, les institutions, etc… Ils montrent la localisation du quartier dans la ville.	15 min
« Les différents groupes du quartier »	Les adolescents se répartissent par équipe : - 1 équipe relative aux groupes culturels, - 1 équipe relative aux groupes sportifs, - 1 équipe relative aux groupes ethniques, - 1 équipe relative aux groupes religieux du quartier. Chaque équipe mène une réflexion sur son groupe : quels sont les différents acteurs de ces groupes, que font-ils, pourquoi, et comment cohabitent-ils ? La cohabitation se fait-elle de manière paisible ? Quelles sont les difficultés ? Chaque équipe restitue son travail au reste du groupe.	40 min
6) Exercice pratique « Les problématiques du quartier »	L'animateur a préparé en amont 3 affiches : 1 sur les questions de santé, 1 sur les questions d'éducation et 1 pour les questions relatives au secteur socio-économique. Les adolescents se répartissent autour de ces affiches et ont 10 minutes par affiche pour lister les différentes problématiques du quartier pour chaque secteur. Chaque équipe restitue son travail au reste du groupe et l'animateur oriente la réflexion sur les pistes d'améliorations possibles.	40 min
« Pistes d'améliorations pour le quartier »	Avec l'aide des adolescents, l'animateur complète le tableau des pistes d'améliorations ***(annexe 1)*** et mène la réflexion en faisant le lien avec la paix : En quoi ces améliorations vont permettre d'instaurer plus de paix dans la communauté ? En quoi la paix peut-elle contribuer à améliorer la vie dans la communauté ?	25 min
7) Evaluation de la session	Chaque adolescent est invité à donner ses impressions sur la session, ce qu'il a appris, ce qui a été important et comment améliorer (bilan qui peut être réalisé à l'oral ou à l'écrit). Les animateurs partagent également ce qu'ils ont aimé et moins aimé.	10 min
8) Présentation du prochain atelier	L'animateur présente le prochain atelier sur *les différentes formes de violence* et invite les participants à se saluer avant de se quitter.	5 min

Matériel nécessaire :
- Du papier ou un cahier, un stylo pour chaque participant
- Des papiers géants et des marqueurs, du scotch
- Des crayons de couleurs, feutres, colles, ciseaux
- Le plan du quartier préparé sur une feuille A1

Documents supplémentaires :
- La feuille de présence
- Pistes d'amélioration pour le quartier ***(annexe 1)***

Activité multiplicatrice :
Course d'orientation dans le quartier

ANNEXE 1 : LA PAIX, DÉFINITION

La paix désigne l'entente amicale de tous les individus qui composent une société. C'est une résolution systématiquement calme et mesurée de toute difficulté conséquente à la vie en communauté, principalement par l'écoute, la compréhension, le dialogue, la négociation... La paix implique le goût pour la tranquillité et la capacité à vivre sereinement avec l'autre : individu ou société. Ainsi donc, la culture de la paix se définie comme «l'ensemble des valeurs, des attitudes, des traditions, des comportements et des modes de vie fondés sur le respect de la vie, le rejet de la violence et la promotion et la pratique de la non-violence par l'éducation, le dialogue et la coopération» (...)[1].

ANNEXE 2 : PISTES D'AMÉLIORATION POUR LE QUARTIER

SECTEUR	PROBLÉMATIQUE	COMMENT RÉSOUDRE LA PROBLÉMATIQUE AU NIVEAU DE LA MAISON		COMMENT RÉSOUDRE LA PROBLÉMATIQUE AU NIVEAU DU QUARTIER	
		COMMENT	AVEC QUI	COMMENT	AVEC QUI
SANTÉ					
EDUCATION					
SOCIOÉCONOMIQUE					
AUTRE					

1 *Source : ONU, «Déclaration et Programme d'action sur une culture de la paix», résolution 53/243, p. 2, Assemblée Générale, 93e session, nov. 1999.*

MOIS 4 : MA RELATION AUX AUTRES
THÈME : LES DIFFÉRENTES FORMES DE VIOLENCE

OBJECTIFS :
- Comprendre les différentes formes de violence
- Réfléchir aux conséquences de la violence
- Savoir où chercher de l'aide et exprimer ses besoins auprès des personnes de confiance

MOIS 4 : ATELIER 2/7
DURÉE : 3H

ETAPES	METHODOLOGIE	DUREE
1) Feuille de présence	Recueillir la signature de tous les participants	5 min
2) Accueil par un jeu d'intégration : « La confiance »	Les participants forment des équipes de 5 personnes. Chaque équipe forme un cercle et un des membres se tient au centre. Cette personne ferme les yeux et se laisse tomber en arrière, puis en avant. Les personnes en cercle doivent le rattraper à chaque fois. Recommencer le jeu en inversant les rôles. **Discussion** : Comment la personne s'est-elle sentie au centre du cercle ? A-t-elle eu confiance ? Pourquoi est-il important de faire confiance aux autres ?	15 min
3) Rappel du dernier atelier	Les volontaires sont invités à présenter le dernier atelier sur *mon quartier*.	10 min
4) Choisir le leader du jour	Choisir le leader du jour de façon aléatoire parmi les participants. Le leader change à chaque session, alternant garçon et fille.	5 min
5) Thématique « Les différents types de violence »	**Jeu de positionnement** : définir 3 camps, « oui », « non » et « je ne sais pas ». L'animateur lit une série de situations. Pour chaque situation, les participants réfléchissent et déterminent s'ils trouvent cette situation violente ou non. Les participants qui pensent qu'il s'agit d'une situation violente se mettent du côté « oui », ceux qui pensent que ce n'est pas une situation violente se mettent du côté « non ». Après chaque situation, l'animateur demande à chaque participant pourquoi ils se sont positionnés ainsi et engage un court débat. Les participants peuvent changer de camp à la suite d'arguments de l'autre camp. • Christine ne voit pas bien et doit porter des lunettes épaisses. Son collègue se moque d'elle. • Miguele et Sébastien jouent au foot. Ils ne veulent pas laisser jouer Aminata parce que c'est une fille. • Fiona et Roman sont amis. Pour « s'amuser », Roman met une main aux fesses de Fiona. • Les deux adversaires d'un match de boxe saignent. Mais ils continuent. • Dans le club d'amis, tous se moquent du plus jeune parce qu'il a une « grosse tête ». • Rosa se repose dans sa chambre. Ses voisins viennent frapper à sa porte et se cachent. • Fatima a cassé un verre par maladresse. Suliman l'a giflée, lui laissant des marques sur la joue. L'animateur engage le débat avec les jeunes : Avez-vous déjà vécu une situation similaire ? Qu'avez-vous ressenti ? Quels sont les différents types de violence qui apparaissent dans ces situations ? L'animateur en résumant les différents types de violences par un tableau ***(annexe 1)*** Répartir les adolescents en 2 équipes : • La première équipe va créer une histoire qui représente une personne victime de violence et qui envisage d'en parler à quelqu'un. • Quelles sont les difficultés et les préoccupations que cette personne peut avoir en tentant de « briser le silence » ? • La seconde équipe va créer une histoire qui présente les défis d'une personne qui se rapproche d'une victime de violence et qui va tenter de l'aider. • Quelles peuvent être les difficultés et les préoccupations qu'une personne peut avoir lorsqu'elle tente d'aider quelqu'un, que ce soit un ami, un parent, un collègue de travail ou un voisin ? Chaque équipe présente son histoire sous forme de saynètes.	45 min 45 min
6) Exercice pratique « Violence et émotions »	L'animateur affiche 3 grandes feuilles au mur : • Situations dont j'ai été le témoin • Situations dans laquelle j'ai été la victime • Situations dans laquelle j'ai été l'agresseur Chaque adolescent reçoit plusieurs bouts de papiers sur lequel il est invité à écrire les émotions qu'il a ressenti dans ces différentes situations, puis venir les placer sur les feuilles. Pour les aider à choisir l'émotion adéquate, l'animateur peut afficher une carte mentale des émotions ***(annexe 2)***. L'animateur engage la discussion ***(annexe 3)*** : • Comment nous sentons-nous lorsque nous sommes violents (quelque soit le type de violence) ? • A votre avis, existe-t-il une relation entre la violence que nous commettons et la violence dont nous souffrons ? • Pensez-vous qu'une personne qui est victime de violence est plus susceptible de commettre ou reproduire des actes de violence ensuite ? • Que peut-on faire pour rompre le cycle de violence ? L'animateur s'inspirera de la vidéo pour enrichir le débat.	15 min 25 min
7) Evaluation de la session	Chaque adolescent est invité à donner ses impressions sur la session, ce qu'il a appris, ce qui a été important et comment améliorer. Les animateurs partagent également ce qu'ils ont aimé et moins aimé.	10 min
8) Présentation du prochain atelier	Présentation par l'animateur : atelier sur *les violences faites aux femmes et aux enfants*. L'animateur invite tous les participants à se saluer avant de partir.	5 min

Matériel nécessaire :
- Du papier ou un cahier, un stylo pour chaque participant
- Des papiers géants et des marqueurs, du scotch
- Cartons définissant 3 camps, « oui », « non » et « je ne sais pas »
- Des crayons de couleurs, feutres, colles, ciseaux
- Le plan du quartier préparé sur une feuille A1

Documents supplémentaires :
- La feuille de présence
- Les différents types de violences par un tableau ***(annexe 1)***
- Carte mentale des émotions ***(annexe 2)***

ANNEXE 1 : LES DIFFÉRENTES FORMES DE VIOLENCE[1]

La violence est multiforme, les insultes se mélangent parfois aux coups et la violence psychologique est souvent présente. On peut se sentir piégé et ne plus savoir comment réagir. Toutes les formes de violences ont en commun de viser à faire mal, détruire, blesser l'autre ou soi-même.

La violence prend forme lorsqu'on est obligé ou forcé à voir, ressentir, ou faire quelque chose qu'on ne voulait pas faire.

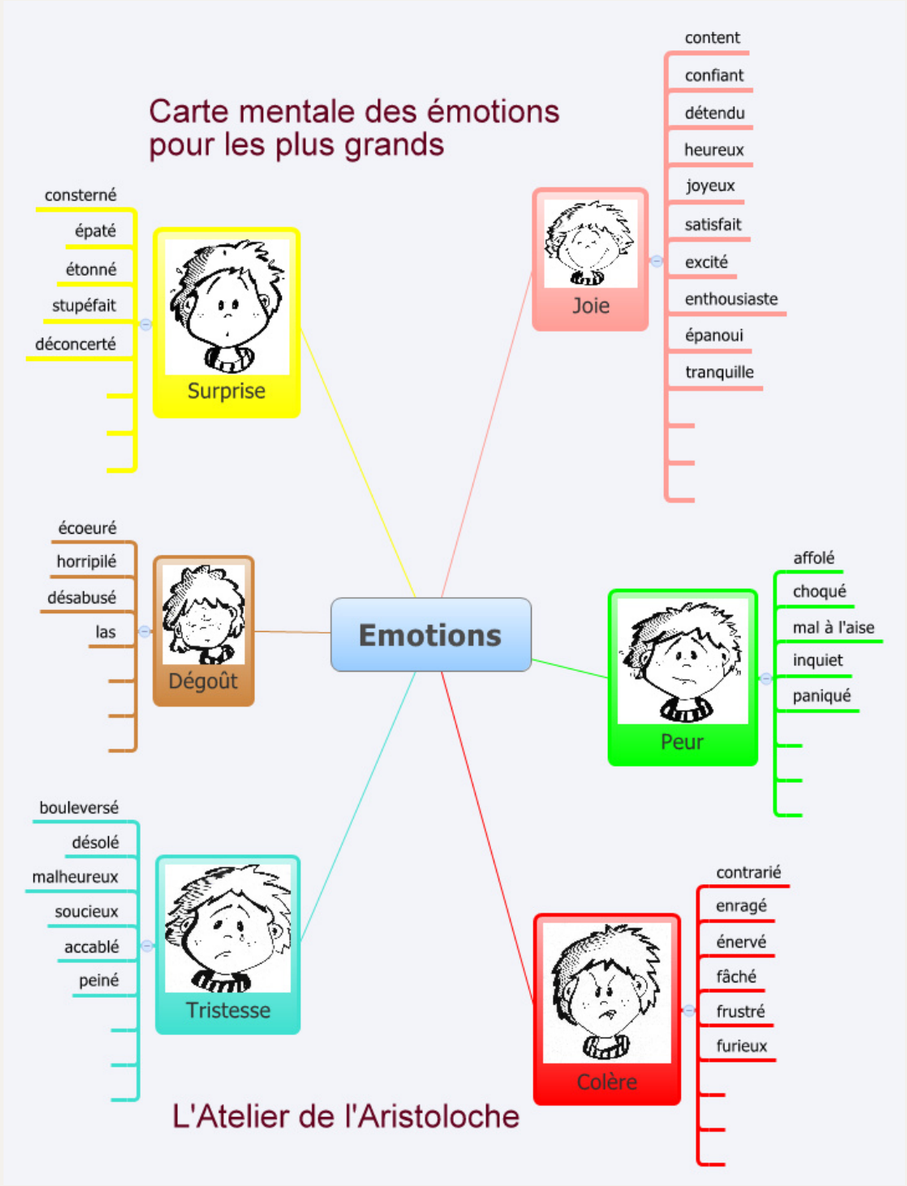
Si certaines situations sont violentes, comme la mort d'un de nos proches, on parle plus souvent de violence quand elle est provoquée par un agresseur. Et pour faire mal, il/elle peut utiliser différentes formes de violences : Les violences physiques, les violences sexuelles et les violences psychologiques et verbales.

1 https://www.filsantejeunes.com/les-differentes-formes-de-violence-5316

TYPE DE VIOLENCE	DEFINITION
VIOLENCE PHYSIQUE	Il s'agit d'une forme de violence visible à l'œil nu. Elle est donc plus facilement repérable et mesurable. Les violences physiques se reconnaissent par les traces qu'elles laissent sur le corps : hématomes (bleus), œdèmes, bosses, brûlures, fractures… Ces traces apparaissent lorsque sont donnés des coups, des morsures, en lançant par terre, étranglant ou exerçant une force ou une contrainte.
VIOLENCE PSYCHOLOGIQUE / EMOTIONNELLE	Elles désignent généralement des actions ou des manques (négligences) qui peuvent avoir des effets psychologiques particulièrement destructeurs. Le rejet, l'humiliation, la dévalorisation, l'intimidation, l'isolement, l'exploitation, les menaces, le chantage, le harcèlement scolaire, les insultes… sont considérés comme des formes de violence psychologique. C'est une violence difficile à détecter et dont la définition est en évolution permanente. On connait désormais les conséquences souvent graves et à long terme provoquées par les violences psychologiques sur le développement et l'estime de soi d'un enfant ou d'un adolescent. Il peut s'agir de n'importe quel comportement qui vise à contrôler la vie sociale d'une personne, l'empêcher d'être en contact librement avec sa famille, ses amis, amies… (cacher le téléphone, enfermer la personne au domicile…)
VIOLENCE VERBALE	Peut être faite par le silence ou par des insultes et offenses incessantes… Des dévalorisations, des questions infondées et récurrentes…
VIOLENCE SEXUELLE	Le terme « violence sexuelle » désigne une situation où l'agresseur, l'auteur des violences, se sert d'une personne pour se satisfaire sexuellement. La victime est alors exposée à une activité ou à un comportement à caractère sexuel qu'elle-même ne souhaite pas. Être forcé de voir le sexe de quelqu'un (exhibitionnisme) ou devoir montrer le sien, ce sont des violences sexuelles. Le viol et les attouchements sexuels (le fait de toucher ou de contraindre quelqu'un à toucher les parties intimes d'une autre personne) en font également bien sûr partie. C'est aussi le cas de la pédopornographie qui met en scène des mineurs dans des situations sexualisées.
VIOLENCE PAR NEGLIGENCE / DELAISSEMENT	Omission faite par une personne responsable d'une autre (personne âgée, enfant, handicapée…) en relation aux nécessités minimales requises pour sa survie.
VIOLENCE BASEE SUR LE GENRE	Violence dont les femmes sont victimes du simple fait d'être une femme. Elle regroupe toute une série de violation des droits humains (abus sexuels, viols, violences domestiques, agressions sexuelles, trafic de femmes et jeunes filles, pratiques traditionnelles nocives comme l'excision…)
VIOLENCE ECONOMIQUE / FINANCIERE / PATRIMONIALE	Faire usage non consenti des ressources financières ou du patrimoine de la victime. Ex : s'approprier tout ou partie de la retraite d'une personne âgée, détruire, vendre ou s'approprier des biens de la victime.

Toutes les formes de violences peuvent provoquer des sentiments diffus de honte ou de culpabilité, on peut chercher à cacher les traces ou les marques que l'on porte sur ou en soi. On peut aussi, sous le choc, avoir ressenti un Etat de Sidération Psychique. Pourtant, afin d'être aidé, mais également de ne plus être seul face à ce qui est incompréhensible, douloureux à dire, il est indispensable de ne pas se taire et d'en parler.

ANNEXE 2 :
CARTE MENTALE DES EMOTIONS



ANNEXE 3 :
PRÉVENIR LA VIOLENCE, ROMPRE LE SILENCE ET CHERCHER DE L'AIDE

"La meilleure manière de traiter du problème de la violence des enfants est d'empêcher que ça arrive." (Professeur Paulo Sérgio Pinheiro)

La violence a des effets à long terme, même si la société ignore parfois son impact. Par exemple, la violence physique chez un enfant, en plus des blessures physiques, a des effets psychologiques négatifs. Cet enfant peut voir son épanouissement scolaire compromis parce qu'il a peur de poser des questions, de prendre des initiatives. De plus, la violence passe de génération en génération, et ceux qui ont été élevés avec violence ont tendance à recourir à la violence, parce que leur pratique est considérée comme « normale ». Il y a des familles et des communautés où la méthode pour éduquer les enfants et les jeunes est la punition physique et la violence verbale avec des cris et des insultes. Ils apprennent que la violence est la façon de se rapporter au monde.

Pour illustrer ces propos :
https://m.youtube.com/watch?v=4AhPYi_XaCM

De façon générale, la prévention de la violence est d'une extrême importance dans la société, étant donné la gravité des séquelles physiques et psychologiques.
Il est donc important de :

- Informer les parents et la communauté sur les besoins des enfants et des adolescents, en insistant sur leurs droits et les normes de protection
- Développer des groupes d'entraide pour les pères et mères en situation de risque
- Favoriser la création d'un réseau d'appui de la communauté (unités de santé, association de quartiers, groupes religieux, club des mères…)
- Faciliter l'accès à des services d'éducation et d'assistance
- Contribuer au renforcement des liens entre l'adolescent, la famille et les amis
- Contribuer au développement des adolescents
- Organiser des groupes de réflexion-débat avec des professionnels des secteurs concernés

Les actions de prévention doivent permettre d'éviter que la violence intra familiale se perpétue de génération en génération, en cherchant à rompre sa continuité. Il est fondamental d'instituer et de multiplier les réseaux d'appui, de stimuler la création de groupes d'entraide, dans lesquels les victimes de violence 'récupèrent', à travers l'estime de soi et la confiance, et deviennent capables de puiser dans leurs propres ressources pour surpasser le problème.
Les premières années de vie sont la base de l'apprentissage pour le reste de l'existence individuelle, et il ne suffit pas de satisfaire les besoins de base en alimentation et santé, il faut également stimuler les parents à fournir protection, affection et sécurité à leurs enfants.
Un point important pour l'affirmation de soi est de leur enseigner à être vigilant et à savoir quoi faire en situation de risque.
Il est important de faire la différence entre le conflit et la violence. La violence est toujours négative, car destructive, alors que le conflit peut être positif s'il est constructif et s'il évite ainsi de tomber dans la violence. Le conflit est inévitable mais il ne conduit pas nécessairement à la violence, à condition d'être bien traité, avec une communication non violente.

Rappel : le dialogue est la meilleure manière de résoudre les problèmes qui surgissent dans les relations de famille.

MOIS 4 : MA RELATION AUX AUTRES
THÈME : LES DIFFÉRENTES FORMES DE VIOLENCE

OBJECTIFS :
- Comprendre les différentes formes de violence, en particulier celles touchant les femmes et les enfants
- Réfléchir aux conséquences de la violence
- Savoir où chercher de l'aide et exprimer ses besoins auprès des personnes de confiance

MOIS 4 : ATELIER 3/7
DURÉE : 3H

ETAPES	METHODOLOGIE	DUREE
1) Feuille de présence	Recueillir la signature de tous les participants	5 min
2) Accueil par un jeu d'intégration : « Papillon sur l'épaule »	Les participants sont scindés en deux équipes égales dont la première s'éparpille dans l'espace, dos tourné vers le centre de la pièce, afin de ne pas voir les autres. En silence, les participants de la seconde équipe choisissent individuellement un partenaire et se placent derrière lui en posant la main droite sur son épaule gauche avec douceur, « tel un papillon se posant délicatement sur une fleur ». Celui qui est de dos essaie de reconnaître son partenaire grâce au toucher. Dès qu'il est sûr d'avoir retrouvé celui qui est derrière lui, et toujours en silence, il pose sa main droite sur la main qui recouvre son épaule. Ensuite, il se retourne et se rend compte en silence de sa réussite ou de son erreur. Discussion : Qu'avez-vous ressenti de ce geste doux sur votre épaule gauche ? Quels sont les inconvenants des gestes brusques ? Vos gestes avec vos camarades sont-ils doux ou brusques ?	15 min
3) Rappel du dernier atelier	Les volontaires sont invités à présenter le dernier atelier sur *les différentes formes de violence*	10 min
4) Choisir le leader du jour	Choisir le leader du jour de façon aléatoire parmi les participants. Le leader change à chaque session, alternant garçon et fille.	5 min
5) Thématique « Boîte à images : violences faites aux femmes et aux enfants » **« Histoire des différentes violences »**	L'animateur présente la boite à images aux adolescents. Sur chacune des images, il leur demande de décrire ou expliquer le message qu'elle contient. La présentation de chaque page contenant une image est suivie d'un débat ouvert aux jeunes. (en fonction du temps disponible, l'animateur aura préalablement choisi les images les plus intéressantes et adaptées au contexte). L'animateur anime la discussion et complète avec les mots clés au dos de chaque image. Répartir les adolescents en 4 équipes. Chaque équipe va imaginer une histoire de violence contre un enfant ou une femme : • Equipe 1 : Histoire de violence physique contre un enfant ou une femme • Equipe 2 : Histoire de violence psychologique contre un enfant ou une femme • Equipe 3 : Histoire de violence sexuelle contre un enfant ou une femme • Equipe 4 : Histoire de négligence contre un enfant ou une femme Chaque équipe partage son histoire devant le groupe.	40 min 30 min
6) Exercice pratique « Charte de non-violence »	Brainstorming avec les jeunes sur les questions suivantes : - Quels sont les types de violence les plus fréquents dans ma communauté et dans mon quartier ? - Une personne peut-elle mériter d'être victime de violence ? Pourquoi ? - Quelles sont les conséquences de la violence pour les individus ? Pour la communauté ? - Que pouvons-nous faire pour développer une culture de la paix dans notre quartier ? Le groupe élabore une charte de non-violence pour le groupe du Parcours Citoyen et l'affiche ensuite dans les écoles, sur les murs, etc.	1 h
7) Evaluation de la session	Chaque adolescent est invité à donner ses impressions sur la session, ce qu'il a appris, ce qui a été important et comment améliorer. Les animateurs partagent également ce qu'ils ont aimé et moins aimé.	10 min
8) Présentation du prochain atelier	Présentation par l'animateur : atelier sur *la relation à l'argent*. L'animateur invite tous les participants à se saluer avant de partir.	5 min

Matériel nécessaire :
- Des feuilles géantes et des marqueurs, du scotch
- Boîte à images Violences faites aux femmes

Documents supplémentaires :
- La feuille de présence
- Définitions et infos clés ***(annexe 1)***
- Mythes sur la violence infantile ***(annexe 2)***
- Histoires pour nourrir le débat ***(annexe 3)***

ANNEXE 1 : DÉFINITIONS ET INFOS CLES[1]

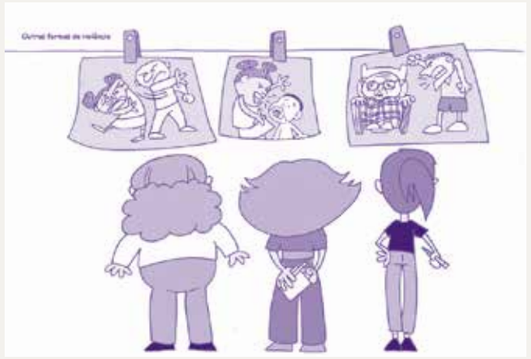
Dans l'article 19 de la Convention Internationale des Droits de l'Enfant, il est écrit que l'enfant doit être protégé.

> « contre toute forme de violence, d'atteinte ou de brutalités physiques ou mentales, d'abandon ou de négligence, de mauvais traitements ou d'exploitation, y compris la violence sexuelle, pendant qu'il est sous la garde de ses parents ou de l'un d'eux, de son ou ses représentants légaux ou de toute autre personne à qui il est confié ».

La violence contre les enfants et les adolescents est une réalité douloureuse, responsable d'un taux élevé de mortalité.

Les expériences vécues pendant l'enfance et l'adolescence, qu'elles soient positives ou négatives, peuvent se refléter sur la personnalité adulte.

Les marques physiques, émotionnelles et psychologiques de la violence peuvent avoir de sérieuses répercussions sur le développement de l'enfant, sur sa santé et sa capacité d'apprentissage.



Le fait d'avoir été victime d'actes de violence dans l'enfance est susceptible de provoquer des comportements à risques dans le futur, tels que la consommation de tabac, l'abus d'alcool et de drogues, l'inactivité physique et l'obésité.

Violence domestique pendant la petite enfance :

- Trois quarts (environ 300 millions) des enfants âgés de 2 à 4 ans à travers le monde sont victimes d'agressions psychologiques et/ou de punitions physiques au sein même de leur foyer, de la part des personnes qui s'occupent d'eux.
- Dans le monde, un enfant de moins de 5 ans sur quatre, vit avec une mère victime de violence de la part de son partenaire intime.

Violence sexuelle envers les filles et les garçons :

- À travers le monde, environ 15 millions d'adolescentes âgées de 15 à 19 ans ont subi des rapports ou autres actes sexuels forcés au cours de leur vie.

Morts violentes parmi les adolescents :

- Quelque part dans le monde, toutes les sept minutes, un adolescent est tué par un acte violent.

Violence à l'école

- La moitié (732 millions) des enfants en âge d'être scolarisés vit dans un pays où les châtiments corporels à l'école ne sont pas totalement interdits.

Que faire lorsqu'on est le témoin d'un acte de violence ?

La violence domestique contre les enfants et les jeunes est un crime et non un problème interne à la famille. Ainsi, la meilleure manière d'empêcher ce type d'acte est de dénoncer l'agresseur au premier signe de violence. L'enfant, l'adolescent ou toute personne peuvent obtenir de l'aide auprès de toute entité de protection. La dénonciation peut être faite sous forme anonyme et par des tiers.

ANNEXE 2 : MYTHES SUR LA VIOLENCE INFANTILE

Les mythes sont de fausses réalités, commodes aux intérêts de l'agresseur. En cas de doutes, se renseigner auprès d'une agence de protection de l'enfance et l'adolescence.

La violence physique contre l'enfant et l'adolescent est un droit conféré au chef de famille, au mari et aux parents.
□ Vrai □ Faux

La violence est une coutume des familles les plus vulnérables.
□ Vrai □ Faux

Il ne savait pas ce qu'il faisait : il avait beaucoup bu.
□ Vrai □ Faux

L'abus sexuel ne concerne que les filles.
□ Vrai □ Faux

S'il n'y a pas eu pénétration, il ne peut y avoir eu viol.
□ Vrai □ Faux

1 https://www.ohchr.org/fr/professionalinterest/pages/crc.aspx https://www.unicef.fr/contenu/espace-medias/des-millions-d-enfants-dans-le-monde-victimes-de-violences

ANNEXE 3 : HISTOIRES POUR NOURRIR LE DÉBAT

MARIA flirte avec Ricardo depuis quelques mois. Récemment, Ricardo a commencé à se poser des questions sur son comportement. Il lui demande toujours avec qui elle parle dans la classe, pourquoi elle n'est pas à la maison quand il lui téléphone et pourquoi elle passe une bonne partie de la journée à discuter avec ses amis, alors qu'elle pourrait être avec lui. Maria essaie de ne pas prêter attention à ces commentaires, mais, ces derniers temps, Ricardo lui parlait de façon irrespectueuse. Il l'a même injuriée dans les couloirs de l'école et ensuite lui a demandé des excuses. La nuit dernière, il l'a battue. Il dit qu'il est triste parce qu'il l'aime, mais elle le rend fou de jalousie.

RENATA et João flirtent depuis quelques mois. Renata va encore à l'école et João est diplômé depuis l'année dernière. Il a essayé de trouver un emploi stable, mais il n'a pas eu de chance. Dernièrement, Renata a fait des commentaires sur son ancien amoureux, en disant qu'il avait un bon emploi et lui achetait toujours des cadeaux. Ainsi, elle a commencé à traiter João de paresseux, en disant que s'il était un vrai homme, il aurait déjà trouvé un emploi.

TATIANA est sortie avec son petit ami, Paulo et leurs amis pour danser. Alors que la fête battait son plein et que tout le monde dansait, Tatiana remarqua qu'une autre jeune femme dansait avec Paulo et se rapprochait de plus en plus. Tatiana est alors intervenue rapidement pour les séparer et affirmer que Paulo était avec elle. La jeune femme s'est écartée. Après quelques temps, Tatiana est allée prendre un verre dans un bar avec une amie en laissant Paulo avec ses amis. , Quand elle a retrouvé Paulo, la jeune femme était de retour et dansait cette fois-ci de façon très sensuelle avec Paulo. Tatiana s'est mise en colère, a lancé son verre et tiré les cheveux de la jeune femme jusqu'à ce qu'elle laisse Paulo tranquille.

SUSANA a un fils de 11 ans, Henrique, qui est très créatif et plein d'énergie. Cependant, il a toujours des problèmes à l'école pour une raison ou pour une autre. Le mari de Susana, João, remet la faute sur elle en disant qu'elle passe trop de temps au travail, et qu'elle devrait rester à la maison pour s'occuper d'Henrique. Un jour, Susana et son mari se sont disputés et il l'a frappée. Blessée, Susana a donné quelques coups à Henrique, en disant qu'il était un fils ingrat.

Quand **LEONARDO** avait 12 ans, une amie de sa mère, Alice, restait parfois avec lui quand ses parents sortaient le soir. Alice avait le même âge que sa mère. Un soir, quand Leonardo est allé prendre son bain, Alice est entrée dans le bain avec lui. Leonardo ne savait que faire. Il est resté, devant elle, immobile. Elle lui a dit : « pourquoi t'arrêtes-tu ? Soit un homme et viens avec moi ». Leonardo a alors eu une relation sexuelle avec elle. Ensuite, il se sentait étrange, mais ne savait pas s'il pouvait en parler à quelqu'un.

MARCELO a 15 ans et n'a jamais eu de relation sexuelle. Ses amis se moquent toujours de lui en disant qu'il n'est pas un homme, puisqu'il est encore vierge. Une nuit, ils l'ont amené dans un bordel et ont payé une prostituée. Il ne voulait pas avoir de relation sexuelle, mais a fini par se laisser faire, à cause de la pression que ses amis exerçaient sur lui.

MOIS 4 : MA RELATION AUX AUTRES
THÈME : LA RELATION À L'ARGENT

OBJECTIFS :
- Réfléchir à la notion d'argent et la relation que chacun a avec l'argent
- Apprendre à gérer un budget limité et savoir définir des priorités dans ses dépenses
- Expérimenter un exemple de cahier de gestion dans sa vie quotidienne

MOIS 4 : ATELIER 4/7
DURÉE : 3H

ETAPES	METHODOLOGIE	DUREE
1) Feuille de présence	Recueillir la signature de tous les participants	5 min
2) Accueil par un jeu d'intégration : Economies, argent, responsabilité » (L'animateur peut choisir d'autres mots en relation avec le thème)	Les participants forment des équipes de 3. Dans chaque équipe, 2 participants se tiennent debout, unissent leurs mains pour former une maison. Le 3ème participant s'assoit à l'intérieur de cette maison. Lorsque l'animateur dit « Economies », tous les habitants des maisons se lèvent et s'assoient dans la maison à leur gauche. Lorsque l'animateur dit « Argent », tous les habitants se lèvent et s'assoient dans la maison à leur droite. Lorsque l'animateur dit « Responsabilité », tout le monde doit changer de maison. Si certains ne vont pas du bon côté ou ne se lèvent pas, tout est bouleversé ! L'animateur peut accélérer le rythme tout au long du jeu. Discussion: Que signifie les mots « économie », « Argent », « Responsabilité » dans notre vie quotidienne ?	10 min
3) Rappel du dernier atelier	Les volontaires sont invités à présenter le dernier atelier sur les *violences faites aux femmes et aux enfants.*	5 min
4) Choisir le leader du jour	Choisir le leader du jour de façon aléatoire parmi les participants. Le leader change à chaque session, alternant garçon et fille.	5 min
5) Thématique « Qu'est-ce que l'argent ? »	Choisir le leader du jour de façon aléatoire parmi les participants. Le leader change à chaque session, alternant garçon et fille. Réflexion en groupe : • D'où vient l'argent ? • A quoi ça sert ? • Que peut-on en faire ? • Parlez-vous facilement d'argent ? Avec vos amis ? En famille ? • Qu'est-ce qu'un crédit ? • Qu'est-ce qu'une dette ?	20 min
« Jeu de simulation »	L'animateur prend en notes les réflexions sur des grandes affiches ***(annexe 1)***. Les participants se mettent par équipe de 5 personnes. Chaque équipe dispose d'un budget limité de 20 000 FCFA (ou 2000 MZN ou 40 euros). Durant le premier tour, chaque équipe reçoit la mission de répartir la totalité de son budget sur les 11 postes de dépenses de manière la plus réaliste possible, sachant que tous les postes de dépenses ne doivent forcément pas être complétés (annexe 2). Discussion en grand groupe : • Quels sont les postes de dépenses les plus importants ? • Est-ce facile de boucler son budget avec cette somme d'argent ? • Y'a-t-il des équipes dont les participants fument et qui n'ont rien mis comme argent sur ce poste ? Pourquoi ? Pensez-vous pouvoir arrêter pour l'instant ? Durant le second tour, l'animateur explique que les participants ont perdu leur emploi et doivent économiser 4 000 FCFA (ou 400 MZN ou 8 euros)., ils doivent refaire l'exercice avec un budget de 16 000FCFA (ou 1600 MZN ou 32 euros). et redéfinir leurs priorités budgétaires en 10 minutes. • Était-il simple d'estimer les différents postes de dépenses ? • Qu'est-ce qui vous a le plus surpris ? • Prévoir ses dépenses vous semble-t-il simple ou difficile ? • Quels sont, d'après vous, les postes de dépenses les plus importants ? • En cas de coup dur, quelles dépenses allez-vous supprimer en premier ? • Si vous aviez quelques mois devant vous pour faire des économies à quels autres postes de coûts auriez-pu vous attaquer ?	30 min 40 min
6) Exercice pratique « Mon cahier de gestion »	L'animateur explique les différentes étapes d'une bonne gestion. ***(annexe 3)***. Il distribue un extrait de cahier de comptes à chaque jeune ***(annexe 4)***. L'animateur demande aux participants ce que chaque colonne signifie et demande à chacun de remplir le tableau pour le mois en cours. 2 ou 3 volontaires sont invités à présenter leur budget mensuel.	50 min
7) Evaluation de la session	Chaque adolescent est invité à donner ses impressions sur la session, ce qu'il a appris, ce qui a été important et comment améliorer. Les animateurs partagent également ce qu'ils ont aimé et moins aimé.	10 min
8) Présentation du prochain atelier	Présentation par l'animateur : atelier sur *les différents médias, l'information et le risque* de harcèlement. L'animateur invite tous les participants à se saluer avant de partir	5 min

Matériel nécessaire :
- Du papier ou un cahier, un stylo pour chaque participant
- Des feuilles A3 et des marqueurs, du scotch

Documents supplémentaires :
- La feuille de présence
- Définitions ***(annexe 1)***
- Les postes de dépense ***(annexe 2)***
- La gestion budgétaire ***(annexe 3)***
- Le cahier de comptes ***(annexe 4)***

ANNEXE 1 : DÉFINITIONS[1]

L'argent est souvent un thème tabou : en parler revient à dévoiler une part de notre intimité et met mal à l'aise la plupart d'entre nous. Notre relation à l'argent parle de notre relation à la vie, à nos peurs, à nos doutes. S'observer dès qu'il s'agit d'une dépense est intéressant, qu'est-ce qui se passe en nous quand nous parlons argent avec nos amis ou quand notre famille nous demande d'effectuer une dépense, ... autant d'indications sur notre rapport à l'argent qui, une fois en conscience, permettent de s'orienter, de trouver des solutions, de s'offrir du mieux-être, de la sérénité.

Argent : Ce que l'on offre ou reçoit pour l'achat ou la vente de quelque chose. L'argent peut prendre différentes formes (pièces, compte en banque sur lequel on peut tirer par chèque ou carte bancaire.)
Banque : Entreprise qui gère l'argent que des personnes lui donnent en dépôt, qui facilite les paiements des particuliers et des entreprises, qui avance et reçoit de l'argent
Coût : La valeur de quelque chose, son prix
Crédit : Somme d'argent prêtée par une banque ou une personne.
Déficit : Différence entre ce qu'on dépense et ce qu'on gagne
Dette : Somme d'argent que l'on doit à quelqu'un.
Endettement : C'est le fait de s'endetter et donc de devoir de l'argent à une personne ou à une banque, par exemple.
Epargne : Somme d'argent que l'on économise plus ou moins régulièrement, pour acheter un logement, une voiture, par exemple.
Location : Action par laquelle un propriétaire accorde pendant un certain temps moyennant paiement d'une certaine somme, l'usage du bien qu'il possède.
Prix : C'est la quantité d'argent fixée pour une chose.
Salaire : Somme d'argent perçue en échange d'une activité professionnelle.
Vente : Le fait de vendre (de céder) un bien à une personne contre une somme d'argent.

1 https://www.lafinancepourtous.com/IMG/pdf/IEFP_dicofi.pdf https://www.rtbf.be/vivacite/emissions/detail_la-vie-du-bon-cote/accueil/article_quelle-est-votre-relation-a-l-argent?id=9461116&programId=2161

ANNEXE 2 : LES POSTES DE DÉPENSE[2]

Les points d'attention suivants peuvent être abordés :
J'ai un faible loyer car je choisis d'habiter en périphérie mais du coup mes frais de mobilité sont plus élevés (bus, taxi, achat d'une voiture, carburant, …).
Arrêter de fumer permet de réduire certains coûts : j'économise sur le budget « cigarettes », et aussi sur le poste soins de santé…

Infos complémentaires pour le second tour :
Certains postes de dépenses ne peuvent pas être modifiés :
- Vous ne pouvez pas déménager du jour au lendemain (le loyer reste identique).
- Les soins de santé et l'énergie doivent idéalement également être préservés car ces coûts sont relativement difficiles à réduire rapidement.

CARTES DÉPENSES	COÛT
FRAIS FIXES DE BASE (TOTAL)	
Logement	
Energie	
FRAIS VARIABLES DE BASE (TOTAL)	
Alimentation	
Vêtements et chaussures	
Mobilité	
Soins de santé et hygiène	
Vie sociale	
Jeux et paris	
Tabac	
Multimédia	
Epargne (total)	

2 *Argent sur table ' Un jeu éducatif portant sur la gestion d'un budget pour les jeunes (à partir de 14 ans) et les moins jeunes. ', © Centrum Informatieve Spelen vzw, Leuven, 2015*

ANNEXE 3 : LA GESTION BUDGÉTAIRE[1]

Budget : Ensemble des dépenses et recettes qu'un individu, une famille, une entreprise, ou un pays pense faire au cours d'une période donnée.

Comment gérer un budget ? Les différentes étapes ?

Organiser ► J'établis un budget prévisionnel

1. J'évalue ce que je reçois.
2. Chaque début de mois, je réserve une somme sur mon compte pour mes dépenses obligatoires et mes projets et j'utilise le reste pour mes achats courants et occasionnels.

Dépenser ► Je me comporte en consommateur avisé

1. J'évite d'abîmer par négligence ce que j'ai et d'acheter des choses inutiles.
2. Je prends le temps de comparer les prix pour un même type de produit.
3. Je veille à ne pas me laisser entraîner par la publicité : est-ce que j'en ai vraiment besoin ? Est-ce que je peux y renoncer ?

Vérifier ► Régulièrement, je compare mes dépenses à mes prévisions

1. Je suis mes décisions budgétaires grâce à mon cahier de comptes.
2. J'enregistre mes rentrées, après avoir vérifié que l'argent est disponible et je note mes dépenses.
3. Est-ce que j'ai prêté de l'argent ?
4. Je réagis vite si je constate un décalage.

Ressources

-

Dépenses obligatoires

(Transport, logement, téléphone...)

-

Dépenses courantes et occasionnelles

(Nourriture, vêtements, loisirs...)

=

Le solde doit être positif

Le reste me permettra de me faire plaisir (en tenant compte de mes priorités), mais également de constituer une épargne pour les imprévus et les projets.

ANNEXE 4 : LE CAHIER DE COMPTES

1 http://www.finances-pedagogie.fr/

DATE	OPÉRATIONS DESCRIPTION	ENTREES / RECETTES + (Argent qui rentre)	SORTIES / DEPENSES - (Argent qui sort)	SOLDE + OU - (Argent qui reste)
	Somme de départ			

TOTAL (recettes - dépenses) = ...

Le cahier de comptes se divise en 5 colonnes :

■ La **DATE**, pour chaque opération, doit me permettre de retrouver et pointer plus facilement mes opérations.
■ Dans la colonne suivante, j'indique au fur et à mesure la description de mes **OPERATIONS**, s'agit-il d'un « reçu anniversaire » ou d'un « achat nourriture »
■ La ligne **SOMME DE DEPART** est utilisée pour enregistrer ce qui reste sur mon compte.
■ Tout ce qui rentre sur mon compte : versements (ex : cadeau), espèces (ex : argent de poche) est à inscrire dans la colonne **ENTREES/RECETTES**.
■ Tout ce qui sort de mon compte : paiements (ex : achats), retraits d'espèces est à inscrire dans la colonne **SORTIES/DEPENSES**.
■ Le **SOLDE** est le résultat du calcul que je dois réaliser pour chaque ligne.

Quand je change de mois, le solde est reporté dans la colonne **SOMME DE DEPART**.

Report + **RECETTES - DEPENSES = SOLDE** à nouveau

Le **SOLDE** doit toujours être positif ou nul

Attention : Si je ne déduis pas mes opérations au fur et à mesure, je ne saurai pas ce qui me reste exactement sur mon compte et je risque de dépenser plus que ce dont je dispose réellement.

Si je souhaite faire une dépense : il est important d'évaluer si cette dépense est nécessaire et indispensable. Ne peut-on pas la reporter ?

Si le solde n'est pas suffisant, dans ce cas, il faudra que je puise dans mes économies ou que je fasse appel à un membre de ma famille ou à un ami pour me dépanner, sachant qu'il faudra que je les rembourse rapidement.

«Établir son budget, c'est prévoir l'argent que l'on va recevoir et l'argent que l'on va dépenser.

Pense à faire des économies !

ANNEXE 1 :

MOIS 4 : MA RELATION AUX AUTRES
THÈME : LES DIFFÉRENTS MÉDIAS, L'INFORMATION ET LE RISQUE DE HARCÈLEMENT

OBJECTIFS :
- Comprendre les différentes pratiques médiatiques néfastes et les conséquences sur la santé
- Réfléchir sur ces pratiques médiatiques
- Réfléchir sur des programmes de lutte contre les pratiques néfastes qui ont réussi ailleurs

MOIS 4 : ATELIER 5/7
DURÉE : 3H

ETAPES	METHODOLOGIE	DUREE
1) Feuille de présence	Recueillir la signature de tous les participants	5 min
2) Accueil par un jeu d'intégration	Chaque équipe reçoit une photographie ***(annexe 1)***. Ils ont quelques minutes pour essayer de trouver une légende à partir de ce qu'ils voient et ce qu'ils interprètent. Chacune leur tour, les équipes présentent leur photo et leur légende. L'animateur les invite à comparer les photos et à regrouper les différents cadrages d'une même photo ***(annexe 2)***. L'animateur conclut sur l'importance de l'interprétation de l'image : on peut faire dire des choses bien différentes à partir d'une même photographie	10 min
3) Rappel du dernier atelier	Les volontaires sont invités à présenter le dernier atelier sur *la relation à l'argent.*	5 min
4) Choisir le leader du jour	Choisir le leader du jour de façon aléatoire parmi les participants. Le leader change à chaque session, alternant garçon et fille.	5 min
5) Thématique Médias et réalité[1]	L'animateur demande à tous les participants de regarder par la fenêtre puis de décrire, chacun leur tour, en quelques mots, ce qu'ils voient. Comme les descriptions seront différentes, l'animateur conclut en expliquant que pour une seule image, il peut y avoir des dizaines d'interprétations différentes, en fonction de ce qui est important pour chacun. ►Les images semblent nous montrer le monde tel qu'il est. Or une photo exprime un état d'esprit, une opinion, un type de regard sur le monde. Nous devons toujours garder en tête que ce que nous voyons intègre un point de vue, une opinion, une façon de voir : choisir tel cadrage plutôt que tel autre, un jour pluvieux ou ensoleillé, un sourire ou non influe sur le résultat et la perception que nous allons avoir.	25 min
6) Exercice pratique Identité numérique	Former 4 groupes, chaque groupe pioche une situation néfaste sur internet (l'animateur pourra sélectionner les situations en fonction des problèmes les plus fréquents rencontrés dans le pays). Chaque groupe prend le temps de lire la situation problématique, de l'imaginer ***(annexe 3)*** et réfléchit aux questions suivantes : • Avez-vous d'autres exemples ? • Connaissez-vous quelqu'un à qui cette situation est déjà arrivée ? • Qu'est-ce qui pourrait être problématique dans une photo pour notre réputation ? • Savez-vous comment l'information circule sur et à partir des réseaux sociaux ? • Savez-vous toujours à qui appartient le compte Facebook/Twitter/Insta ? • Quels sont les dangers des défis en ligne ? Chaque groupe présente sa situation et ses éléments de réflexion.	40 min
Dangers et forces des réseaux sociaux	L'animateur lance le débat sur l'utilisation d'internet et des réseaux sociaux : Pourquoi utilisez-vous internet ? Comment ? Quand ? Quelles sont les applications ou les réseaux que vous utilisez le plus ? Pourquoi ? Former 2 groupes. Un groupe va réfléchir aux points positifs des réseaux sociaux ; l'autre groupe aux risques et dangers. L'animateur liste les éléments avec les ados et explique les dangers des réseaux sociaux à partir des questions à se poser et conseils ***(annexe 4)***.	20 min 45 min
7) Evaluation de la session	Chaque adolescent est invité à donner ses impressions sur la session, ce qu'il a appris, ce qui a été important et comment améliorer. Les animateurs partagent également ce qu'ils ont aimé et moins aimé.	10 min
8) Présentation du prochain atelier	Présentation par l'animateur : atelier sur *la discrimination et le handicap*. L'animateur invite tous les participants à se saluer avant de partir.	5 min

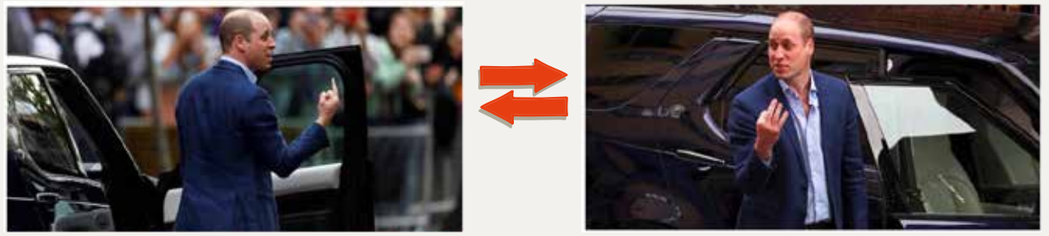
Documents supplémentaires :
- La feuille de présence
- Photographies ***(annexe 1 & 2)***
- Exemples de situations sur internet qui peuvent être néfastes ***(annexe 3)***
- Questions à se poser et conseils pour une bonne gestion de notre identité numérique ***(annexe 4)***

1 *http://www.mediapte.fr/sp/?2-Realite : 2 images de lieu avec caractéristiques contradictoires*

PHOTOGRAPHIES – PLAN RAPPROCHÉ[1]

PHOTOGRAPHIES – PLAN D'ENSEMBLE

Une photographie n'est pas objective, contrairement à



ANNEXE 2 :

1 *https://www.penser-critique.be/limportance-du-cadrage/ https://www.clemi.fr/fileadmin/user_upload/medias-et-information-on-apprend-2018-2019.pdf p.31 Décoder les images dans les médias*

ce qu'on pourrait croire intuitivement. C'est une représentation subjective du réel: c'est nous qui l'interprétons pour lui donner du sens. Or, le sens que nous allons lui donner dépend de beaucoup de facteurs, et certains d'entre eux peuvent être manipulés pour forcer notre interprétation dans tel ou tel sens.

Au minimum, pour une photographie, il y a toujours le choix :

- d'un sujet
- d'un angle de prise de vue
- d'un cadrage

Et ces choix ne sont pas sans incidence sur l'interprétation que nous ferons de la représentation de l'évènement !
Quand la manipulation des images sert un intérêt, son objectif est de manipuler notre interprétation non seulement de la photo, mais aussi -et surtout- des évènements qu'elle représente.
Parmi les façons les plus basiques d'instrumentaliser une photo : le cadrage, qui permet de dire une chose ou son contraire. Simplissime, mais terriblement efficace !

ANNEXE 3 : EXEMPLES DE SITUATIONS SUR INTERNET QUI PEUVENT ÊTRE NÉFASTES[1]

1/ Défis/challenges sur Internet et mise en danger de soi :

Sur Facebook, beaucoup d'amis mettent Sam au défi de se filmer en train de réaliser un défi qui consiste à retenir sa respiration ou à serrer le cou jusqu'à perdre connaissance. Ça a l'air marrant mais très dangereux. Finalement, à force d'entendre les moqueries de ses camarades, elle décide de réaliser ce fameux défi. Elle perd connaissance et ses parents doivent l'amener d'urgence à l'hôpital.

2/ Notre image sur internet :

Sam met une image d'elle en ligne lors d'une soirée arrosée avec ses amies. Cette photo la met en scène dans un état peu flatteur. Ses amies commentent en détaillant le nombre de litres d'alcool bus, l'état des personnes.
Un jour, Sam postule pour le job de ses rêves. Elle est finalement rappelée à la suite de l'entretien, le patron lui explique qu'après avoir consulté son profil, il ne veut pas employer quelqu'un qui ne sait pas se tenir en société.

3/ Usurpation d'identité :

Sam reçoit une demande étrange de son ami Robert. Celui-ci lui dit qu'il se trouve dans une situation difficile et qu'il a besoin d'un prêt de 1000 euros. Sam ne comprend pas cette requête. Elle lui demande des explications. Elle comprend alors qu'il ne s'agit pas de lui mais d'une personne qui a usurpé l'identité pour tirer profit de ses amis.

4/ Cyberharcèlement :

Sam poste une photo d'elle sur les réseaux sociaux. A partir de ce moment, beaucoup de filles et garçons réagissent à cette photo en laissant des commentaires insultants, humiliants. Ces commentaires ne s'arrêtent pas, au contraire, ils deviennent de plus en plus méchants. Sam est blessée et commence à perdre confiance en elle.

Fake news, désinformation, théories du complot :

Sam lit un article sur les réseaux sociaux. Cet article dit que la planète serait menacée par l'invasion d'extraterrestres. En en parlant avec son animateur, il lui explique que ces propos ont été inventés.

1 https://www.cidj.com/vie-quotidienne/defis-sur-internet-attention-jeux-dangereux
https://bmirgain.skyrock.com/3178155623-l-internet-et-l-image-de-soi-enjeux-et-perspectives.html
http://cache.media.education.gouv.fr/file/11_-_novembre/12/6/2016_non_harcelement_guide_prevention_cyberviolence_web_653126.pdf?ts=1477677269
https://mediatheques.grandorlyseinebievre.fr/default/fake-news-fausses-nouvelles.aspx?_lg=fr-fr

ANNEXE 4 : QUESTIONS À SE POSER ET CONSEILS POUR UNE BONNE GESTION DE NOTRE IDENTITÉ[1]

1/ Défis sur Internet :

Pourquoi participe-t-on à des jeux dangereux ?
Ceux qui acceptent de relever des défis le font pour appartenir au groupe. L'influence des pairs est déterminante. Les plus jeunes le font plutôt par inconscience du danger, les adolescents par besoin de valorisation, pour montrer leurs compétences. Les prises de risques sont caractéristiques de l'adolescence : pour exister, il faut être soit dans l'avoir, soit dans le faire. Il faut réaliser des exploits pour surprendre l'autre.

Mais le problème, c'est que ces jeux peuvent avoir des conséquences dramatiques.
Comment réagir face à un défi ?
Se dire : « je dois être conscient qu'en participant à un défi, je suis instrumentalisé et que je me mets dans une situation de vulnérabilité ». Participer à un défi n'est pas anodin. Les conséquences peuvent être catastrophiques. On peut tout autant impressionner ses pairs en refusant de participer au jeu ou en le détournant, comme l'a fait cet adolescent, qui au lieu de boire une bouteille d'alcool, a choisi d'offrir de la nourriture à des sans-abris. En faisant preuve de créativité, il a détourné un jeu destructeur pour en faire quelque chose d'utile, salué par tous.
Quels sont les dangers ?
Les jeux de non-oxygénation (jeu du foulard, jeu de la tomate, jeu du sac…) conduisent à une privation d'oxygène au cerveau jusqu'à l'évanouissement. Ces jeux se pratiquent généralement en groupe. Certains essayent à la maison. C'est souvent là que les accidents surviennent.
Dans les jeux d'agression, un groupe de personnes désignent une victime et l'attaquent. C'est le cas du petit pont massacreur ou du happy slapping qui consiste à filmer une scène de violence et à la diffuser sur internet. Ces types de jeux peuvent être en lien avec du harcèlement.

► Les conséquences de ces jeux peuvent être dramatiques : sentiment de culpabilité, humiliation, séquelles physiques ou neurologiques irréversibles, décès…

Comment agir si l'on est témoin ?
A celui ou celle qui est témoin d'un défi ou d'un jeu dangereux, se dire : « maintenant que je suis conscient du danger, j'ai une responsabilité à jouer. Si je vois quelqu'un prendre des risques ou mettre en danger une personne, je dois en parler : à un adulte référent, à un ami ou aux parents. Si je n'agis pas et qu'il se passe un drame, j'aurais le poids de la culpabilité. Le dire, ce n'est pas être une balance ; c'est aider une personne fragile à s'en sortir. C'est sauver une vie. Et en faisant cela, c'est moi qui deviendrai un super héros ! »

2/ Notre image sur internet
La E-réputation est la réputation d'une personne sur Internet. Cette réputation peut être positive comme négative et peut avoir des conséquences dans la vie des utilisateurs. En effet, chaque information que nous publions sur Internet ou les réseaux sociaux y resteront pour toujours. Certaines publications peuvent faire l'objet de de remarques et commentaires insultants en ligne. Aussi, les recruteurs cherchent des informations sur les réseaux sociaux des potentiels candidats. Il faut donc que les enfants et les adolescents soient vigilants sur ce qu'ils partagent en ligne car cela pourra leur porter préjudice dans leur futur.

Ce que l'on partage sur internet…
Peut-on tout dire, tout montrer sur Internet ?
Comme dans la vie, il y a des limites fixées par la loi (propos racistes, injurieux, diffamation – droit d'auteur et droit à l'image) et les limites se posent individuellement. Comment ai-je envie d'apparaître au monde ? Serai-je toujours en adéquation avec cette image dans 15 ans ? Attention, Internet est un lieu public auquel tout le monde a accès et qui garde trace des événements qui s'y déroulent.
Qu'est-ce qui pourrait être problématique dans une photo pour notre réputation ? Pourquoi ?
La photo n'est pas forcément problématique en soi. Mais hors contexte, recadrée et commentée, elle peut le devenir.

Conseils

- Attention aux recadrages et commentaires modifiant le sens initial d'une image lors de sa (re)diffusion !
- Être conscient qu'un certain nombre d'informations relève de la vie privée (orientations sexuelles, opinions politiques, vie de famille…) et ne pas en accepter la diffusion.
- Avant de publier, réfléchir à l'impact de ses actions.
- Ne publier aucune donnée sensible sur Internet (numéro de tél, adresse perso ou de son lycée…)
- Respecter le droit à l'image : pas de publication sans autorisation des personnes représentées (ou

1 http://www.2025exmachina.net/espace-pedagogique/fiche-atelier
https://www.lepoint.fr/societe/complotisme-et-fake-news-mode-d-emploi-17-01-2018-2187496_23.php

de leurs parents si mineurs) ni de mise en ligne d'images pouvant poser souci aujourd'hui ou demain.

Nos amis virtuels…

- Combien avez-vous d'amis sur Facebook ?
- Les connaissez-vous vraiment tous ? Comment les avez-vous choisis ?
- Quelle est la différence entre échanges virtuels et en face à face ?
- Quelle différence peut-on faire entre intimes, proches et connaissances ? Nous n'avons pas la même relation ni le même niveau d'intimité avec l'ensemble des gens que l'on fréquente. Je ne dis pas la même chose à mes parents, mon meilleur ami, mon prof ou un camarade de classe.
- Souhaite-t-on que sa famille et ses amis par exemple se « rencontrent » sur un profil ?
- Les amis de vos amis sont-ils forcément vos amis ? Les ennemis de vos ennemis aussi ?

Conseils

- S'informer sur les personnes avant de les accepter. Les choisir.
- S'autoriser à dire non et à refuser des amis que l'on ne connait pas et/ou qui pourrait nous porter préjudice.
- Si l'on accepte de vagues connaissances comme amis, faire attention à ce que l'on confie sur son mur.
- Ne pas oublier qu'un(e) (petit(e)) ami(e) d'un jour peut devenir un(e) « ex » demain et se servir des photos et vidéos en sa possession contre nous
- Créer des groupes d'amis pour mieux cibler la diffusion de ses informations.

La diffusion de nos publications…

Savez-vous comment l'information circule sur et à partir des réseaux sociaux ?

La circulation au sein des réseaux dépend à la fois des mécanismes du réseau (les Conditions Générales d'Utilisations précisent ce que l'éditeur peut diffuser à des tiers), des paramétrages des utilisateurs (je décide qui peut voir quelles actions et messages) et de mécanismes externes. Toute information publiée à quelques amis sur un réseau peut être copiée, modifiée, et rediffusée sur Internet ou ailleurs.

Etes-vous vous-même attentifs à ne pas faire circuler n'importe quoi ?

Aujourd'hui vous pensez certaines choses. Croyez-vous que vous penserez les mêmes choses dans 20 ans ?
Les images publiées aujourd'hui par soi ou par d'autres pourront être consultées des années plus tard par de futurs employeurs, des assurances, des connaissances, ses futurs beaux-parents, voire ses enfants.

- Participez-vous à des groupes de discussion, lesquels, pourquoi ?
- A votre avis à quoi peuvent-ils servir ?

Conseils

- Régler ses paramètres de vie privée de sorte à ne pas publier n'importe quoi à n'importe qui.
- Créer plusieurs groupes d'amis, auxquels on destinera des informations différentes.
- Être conscient que les informations confiées en ligne à quelques personnes peuvent se propager sur Internet ou ailleurs.
- Ne pas accepter n'importe quel tag.
- J'ai le droit de demander la suppression de données mettant en cause mon image.
- Je ne participe pas à des groupes qui tiennent des propos racistes, violents, haineux, etc. sous peine de me retrouver en effraction avec la loi.
- Je cherche à savoir qui est derrière le groupe que j'envisage de rejoindre et pourquoi il a été créé, surtout s'il traite d'idéologie, de santé, de religion, etc.
- Je ne donne aucune information personnelle dans les groupes de discussion.

3/ Usurpation d'identité :

« On parle d'usurpation d'identité dans le cas où une personne cherche à obtenir, détient ou utilise les informations personnelles d'une autre personne sur Internet, sans autorisation et dans un but frauduleux. »
L'usurpation d'identité est un phénomène très fréquent sur les réseaux sociaux et qui s'applique notamment aux célébrités, que ce soient des artistes, des personnages politiques ou bien des organisations en tout genre. Ce phénomène est d'autant plus courant, qu'il est très facile à réaliser sur Internet. En effet, n'importe qui peut se créer un profil Facebook ou Twitter par exemple, avec le nom et le prénom qu'il souhaite. De plus, il est très difficile de poursuivre ou même d'identifier les personnes qui ont procédé à l'usurpation d'identité.

Le fait d'usurper l'identité d'un politique sur un compte Twitter par exemple pourrait engendrer de graves conséquences que ce soit sur sa vie professionnelle ou personnelle. En effet, la personne qui a usurpé l'identité d'un tiers, peut donner une image peu flatteuse de la victime en lui attribuant par exemple des propos homophobes ou encore des photos compromettantes. Dans ce cas présent, la carrière du politique peut être ruinée et cela de manière irrémédiable.

4/ Cyber harcèlement :

Le cyberharcèlement, est « un acte agressif et intentionnel perpétré par un individu ou un groupe d'individus au moyen de formes électroniques de communication, de façon répétée, à l'encontre d'une victime qui ne peut facilement se défendre seule » (Smith P.K., Madhavi J., Carvalho M., Fisher S., Russel S. & Tippett N., 2008).

Comme pour le harcèlement, les conséquences des cyberviolences peuvent être très graves : solitude, tristesse, anxiété, dépression, sentiment de persécution et d'insécurité, baisse de l'estime de soi.

Il y a différents types de cyberharcelèment :

- Le Bashing qui consiste à dénigrer collectivement une personne ou un groupe. Lorsque le bashing se déroule sur la place publique, il s'apparente parfois au lynchage médiatique ou au harcèlement. Le développement d'Internet et des réseaux sociaux a offert au bashing un nouveau champ d'actions, en permettant à beaucoup plus de monde de participer dans l'anonymat à cette activité collective.

- Le Slut Shaming qui regroupe un ensemble d'attitudes individuelles ou collectives agressives envers les filles et les femmes. Le slut shaming consiste à les stigmatiser, à les culpabiliser et à dénigrer un aspect physique ou des comportements jugés ou prétendus provocants ou trop ouvertement sexuels. Il peut s'apparenter à l'humiliation ou au harcèlement. Il arrive que le slut shaming s'exerce à l'encontre de personnes qui ont été victimes de violences sexuelles.

Conseils

- Parler avec la victime, avec les auteurs présumés, avec les parents... et la mise en place, en équipe, de mesures de protection pour la victime.
- Il est important d'en parler avec adolescents auteurs des violences et leurs parents. Il faut aussi associer une dimension éducative permettant de l'amener à changer de comportement. Être auteur de violence peut traduire un mal-être. Il est important de vérifier si l'auteur n'est pas victime aussi, puisque près de 50% des auteurs ont le double statut. La réaction peut également inclure des mesures de sensibilisation et de formation auprès de l'ensemble des adolescents.

5/ Fake news et désinformation :

Les fake news (informations fallacieuses, infox ou fausses nouvelles) sont des informations délibérément fausses, délivrées dans le but de tromper un auditoire. Elles peuvent émaner d'un ou plusieurs individus (par le biais de médias non institutionnels, tels les blogs ou les réseaux sociaux), d'un ou de plusieurs médias, d'un homme d'État ou d'un gouvernement.
Elles participent à des tentatives de désinformation, que ce soit via les médias traditionnels ou via les médias sociaux, avec l'intention d'induire en erreur dans le but d'obtenir un avantage (financier, idéologique, politique, etc.). Les articles de fake news emploient souvent des titres accrocheurs ou des informations entièrement fabriquées en vue d'augmenter le nombre de lecteurs et de partages en ligne.

Comment reconnaître une fausse information sur Internet ? Quels sont les premiers réflexes à adopter ?

L'article est-il signé ? Les informations sont-elles datées ? Créditées ? Les sources sont-elles précises ? Les preuves que l'on peut nous montrer dans une vidéo par exemple, a-t-on le temps de les lire ? Qui gère le site qui diffuse cette information ? Il est par exemple facile de savoir à qui l'on a affaire sur un site, en regardant simplement l'onglet « qui sommes-nous ? » ou les mentions légales.

Conseils

Lorsqu'on est face à une photo, il faut faire une recherche de photo en inversé par exemple, dans Google Images : on entre le fichier de la photo et on remonte jusqu'à celui qui l'a posté. Ensuite, on remonte jusqu'à la source, le profil de la source, etc.

MOIS 4 : MA RELATION AUX AUTRES
THÈME : DISCRIMINATION ET HANDICAP

OBJECTIFS :
- Comprendre les conséquences de la discrimination
- Comprendre le handicap et adopter une attitude inclusive
- Prendre conscience et agir sur les discriminations que peuvent subir certaines personnes

MOIS 4 : ATELIER 6/7
DURÉE : 3H

ETAPES	METHODOLOGIE	DUREE
1) Feuille de présence	Recueillir la signature de tous les participants	5 min
2) Accueil par un jeu d'intégration : « Outsider »	1 à 3 volontaires se désignent, ainsi qu'un observateur. Le reste du groupe forme un cercle très serré en se tenant les épaules. Les personnes laissées en dehors doivent essayer d'entrer dans le groupe mais celui-ci fait tout pour les en empêcher. Discussion : Qu'est-ce que cela fait d'être dans le cercle ? Qu'est-ce que cela fait d'être exclu du cercle ? Qu'a remarqué l'observateur ? Cela rappelle-t-il des situations réelles ?	25 min
3) Rappel du dernier atelier	Les volontaires sont invités à présenter le dernier atelier sur *les médias, l'information et le risque de harcèlement.*	5 min
4) Choisir le leader du jour	Choisir le leader du jour de façon aléatoire parmi les participants. Le leader change à chaque session, alternant garçon et fille.	5 min
5) Thématique « Le handicap et moi »	Constituer les binômes. Chacun prend un temps de réflexion autour de sa perception du handicap : • Est-ce que le handicap me fait peur ? • Est-ce que je connais des personnes en situation de handicap? • Comment est-ce que je réagis face à elles ? • Est-ce que j'arrive à me mettre à leur place ? Les binômes partagent leurs réflexions. Les binômes peuvent noter 1 ou 2 phrases résumant leur échange sur une feuille à relire en fin de jeu.	35 min
6) Exercice pratique « Expérimenter le handicap pour promouvoir l'empathie »	Expliquer le but du jeu : expérimenter des situations de handicap ou de discrimination sous la forme d'un rallye en binôme. Les binômes vont circuler de stand en stand et à chaque fois expérimentent une situation de handicap (annexe 2). A la fin de chaque expérimentation, ils notent un mot ou une phrase sur un papier géant comportant deux colonnes : • Première colonne : difficultés ressenties, problèmes rencontrés • Deuxième colonne : être privé d'un sens oblige à faire autrement : quelles ont été mes découvertes, mes surprises positives, les compétences que j'ai développées ? **Stand 1** : situation (vous êtes dans une soirée, vos amis parlent d'un festival qui a lieu la semaine suivante et vous souhaitez dire que vous avez deux invitations pour y aller ? faire comprendre la situation à son partenaire sans émettre de son ni écrire ni dessiner). **Stand 2** : un membre écoute de la musique dans un casque. Il essaie de comprendre et d'écrire les 10 mots que lui dicte son partenaire placé à 1 mètre. Ce dernier ne doit pas crier ni répéter un mot plus de 3 fois. **Stand 3** : parcours avec obstacles avec parcours yeux bandés et guidé par un camarade. **Stand 4** : avec un bras en écharpe : boutonner une veste, découper une forme en papier. Discussion : choisir les questions les plus pertinentes en fonction des réactions des participants (***annexe 3)*** : • Qu'avez-vous ressenti pendant ces activités ? Avez-vous uniquement ressenti des difficultés ou avez-vous fait des découvertes inattendues ? • Qu'avez-vous ressenti lorsque vous étiez en situation d'aidant ou de guide ? Avez-vous éprouvé des difficultés à vous situer ? • Qu'avez-vous appris ? • Entre ce que vous avez exprimé avant le début de l'activité (peur du handicap, connaissance de personnes handicapées, nos réactions, empathie) et maintenant, qu'est-ce qui a évolué ? • Connaissez-vous des personnes porteuses de handicap ? Quelles sont leurs difficultés ? Quelles conséquences leur handicap a-t-il dans leur vie ? • Dans quelle mesure l'environnement met-il en situation de handicap ? • Quels types de caractéristiques attribuons-nous aux personnes porteuses de handicap de notre société ?	30 min
	• Que ressent-on quand ce genre de caractéristiques nous est attribuées ? • Que retirez-vous de cette expérience ? • Avez-vous eu à l'esprit d'autres types de handicap durant ce jeu? • Dans quelle mesure cela vous donne-t-il envie d'agir pour le respect des droits de personnes porteuses de handicap ? • Quelles idées d'actions cela suscite-t-il en vous ? Point clé : étiqueter les gens est un piège. Dès lors que nous cessons d'étiqueter les autres, nous devenons libres et nous pouvons vivre comme des personnes égales.	
7) Evaluation de la session	Chaque adolescent est invité à donner ses impressions sur la session, ce qu'il a appris, ce qui a été important et comment améliorer. Les animateurs partagent également ce qu'ils ont aimé et moins aimé.	10 min
8) Présentation du prochain atelier	Présentation par l'animateur du prochain mois sur enquête de marché et le parcours professionnel. L'animateur invite tous les participants à se saluer avant de partir.	5 min

Matériel nécessaire :
- Du papier ou un cahier, un stylo pour chaque participant
- Des feuilles A3 et des marqueurs, du scotch ou de la Patafix
- Stand 2 : écouteurs et mot à faire deviner ***(annexe 2)***
- Stand 3 : foulard pour bander les yeux et obstacles à prévoir
- Stand 4 : foulard ou tissu pour immobiliser le bras en écharpe

Documents supplémentaires :
- La feuille de présence
- Handicap et discrimination dans les Objectifs de Développement Durable ***(annexe 1)***
- Règles par stand ***(annexe 2)***
- Infos handicap et discrimination ***(annexe 3)***

ANNEXE 1 : HANDICAP ET DISCRIMINATION DANS LES OBJECTIFS DE DÉVELOPPEMENT DURABLE

ODD 1 (pas de pauvreté) : La pauvreté ne se résume pas à l'insuffisance de revenus et de ressources pour assurer des moyens de subsistance durables. Ses manifestations comprennent la faim et la malnutrition, l'accès limité à l'éducation et aux autres services de base, la discrimination et l'exclusion sociale ainsi que le manque de participation à la prise de décision.

ODD 4 (éducation de qualité) : 4.5 D'ici à 2030, éliminer les inégalités entre les sexes dans le domaine de l'éducation et assurer l'égalité d'accès des personnes vulnérables, y compris les personnes handicapées, les autochtones et les enfants en situation vulnérable, à tous les niveaux d'enseignement et de formation professionnelle. Faire construire des établissements scolaires qui soient adaptés aux enfants, aux personnes handicapées et aux deux sexes ou adapter les établissements existants à cette fin et fournir un cadre d'apprentissage effectif qui soit sûr, exempt de violence et accessible à tous.

ODD 5 (égalité entre les sexes) : 5.1 Mettre fin, dans le monde entier, à toutes les formes de discrimination à l'égard des femmes et des filles.

ODD 8 (travail décent et croissance économique) : 8.5 D'ici à 2030, parvenir au plein emploi productif et garantir à toutes les femmes et à tous les hommes, y compris les jeunes et les personnes handicapées, un travail décent et un salaire égal pour un travail de valeur égale.

ODD 10 (inégalités réduites) : 10.3 Assurer l'égalité des chances et réduire l'inégalité des résultats, notamment en éliminant les lois, politiques et pratiques discriminatoires et en promouvant l'adoption de lois, politiques et mesures adéquates en la matière.

ODD 16 (paix, justice et institutions efficaces) : 16.b Promouvoir et appliquer des lois et politiques non discriminatoires pour le développement durable.

ANNEXE 2 : RÈGLES PAR STAND (A PHOTOCOPIER OU RECOPIER POUR CHAQUE STAND)

Stand 1 : Faire comprendre la situation à son partenaire sans émettre de son ni écrire ni dessiner :
Vous êtes dans une soirée, vos amis parlent d'un festival qui a lieu la semaine suivante et vous souhaitez dire que vous avez deux invitations pour y aller.

Stand 2 : Un membre écoute de la musique dans un casque. Il essaie de comprendre et d'écrire les 10 mots que lui dicte son partenaire placé à 1 mètre. Ce dernier ne doit pas crier ni répéter un mot plus de 3 fois.

1. Handicap
2. Discrimination
3. Tchad
4. Education
5. ESSOR
6. Association
7. Solidarité
8. Bonjour
9. Crayon
10. Maison

Stand 3 : Un participant doit traverser le parcours d'obstacles les yeux bandés. Son camarade le guide tout au long du parcours.

Stand 4 : Un participant doit découper une forme en papier avec un bras immobilisé avec une écharpe.

ANNEXE 3 : INFOS HANDICAP ET DISCRIMINATION

►Handicap (OMS)[1]

Le handicap n'est pas simplement un problème de santé. Il s'agit d'un phénomène complexe qui découle de l'interaction entre les caractéristiques corporelles d'une personne et les caractéristiques de la société où elle vit. Pour surmonter les difficultés auxquelles les personnes handicapées sont confrontées, des interventions destinées à lever les obstacles environnementaux et sociaux sont nécessaires.
Les personnes handicapées ont les mêmes besoins de santé que les autres – par exemple en matière de vaccination et de dépistage du cancer. Leur santé est également parfois plus fragile, du fait de la pauvreté et de l'exclusion sociale, mais aussi en raison de leur vulnérabilité aux affections secondaires telles qu'escarres ou infections urinaires. Selon les données disponibles, les personnes handicapées se heurtent bien souvent à des obstacles qui les empêchent d'accéder aux services de santé et de réadaptation dont elles ont besoin

Quelques 650 millions de personnes — environ 10 % de la population mondiale, dont approximativement 80 % vit dans les pays en développement — souffrent de quelque infirmité d'ordre physique, mental ou sensoriel.

Les personnes handicapées sont souvent marginalisées et la discrimination à leur égard revêt différentes formes, depuis le refus des possibilités d'éducation jusqu'à l'exclusion et l'isolement.
Dans les années 70, la notion de droits fondamentaux des personnes handicapées commence à être plus largement admise sur le plan international. L'Assemblée générale a adopté, en 1971, la Déclaration des droits du déficient mental, puis, en 1975, la Déclaration sur les droits des personnes handicapées, qui définit des normes pour l'égalité de traitement de ces personnes et leur accès à des services leur permettant d'accélérer leur insertion sociale.
Dans son article 23, la Convention relative aux droits des enfants (1989) reconnait tout particulièrement la vulnérabilité des enfants handicapés et prône la non-discrimination.

- Selon l'ONU, près d'une personne sur dix dans le monde souffre d'un handicap physique, mental ou sensoriel. Il s'agit de la plus importante minorité au monde.
- Selon l'UNESCO, 90% des enfants handicapés vivant dans les pays en développement ne vont pas à l'école et ne sauront pas lire à l'âge adulte.
- Selon l'OIT, le taux de chômage des personnes handicapées peut atteindre 80% dans certains pays. Bien souvent, les employeurs considèrent que les personnes handicapées ne peuvent pas travailler.

Le handicap empêche souvent les enfants d'exercer pleinement leurs droits, ce qui engendre de nombreuses conséquences néfastes sur leur vie.

►Discriminations liées au handicap :

dans les pays en développement, les enfants handicapés sont considérés comme une charge pour leur famille et leur communauté. Cette discrimination est particulièrement forte chez les filles, de bases discriminées de par leur genre.

►Inégalités face à l'accès à l'éducation :

les enfants en situation de handicap ont 10 fois moins de chances d'être envoyés à l'école que des enfants en bonne santé. Ce chiffre s'explique dans un premier temps par les discriminations dont ils sont victimes, puis par la pauvreté des familles qui ne disposent pas de matériel adapté au transport de leur enfant (chaise roulante, béquilles, voiture, …) et enfin les infrastructures scolaires qui sont souvent inadaptées à l'accueil d'un enfant handicapé et à sa prise en charge pédagogique par les professeurs. De plus, la non-scolarisation engendre un cercle vicieux car il empêche la socialisation de l'enfant et l'isole d'avantage du reste de sa communauté.
Les quatre grands types de handicap :

Handicap moteur : Difficulté ou impossibilité de se déplacer, de changer de position, de prendre et de manipuler des objets, causée par l'immobilité des jambes, des bras, des mains…

Handicap auditif : Concerne les personnes sourdes ou qui n'entendent pas bien.

Handicap visuel : Concerne les personnes aveugles ou qui ne voient pas bien.

Handicap mental : Difficulté à comprendre, à apprendre et utiliser des connaissances pour raisonner.

Le handicap est donc la combinaison d'une altération des capacités d'une personne avec une situation ou un environnement. Moins la situation ou l'environnement lui sont accessibles, plus la personne est en situation de handicap. L'OMS cite 3 types de barrières contribuant au handicap :

- Des politiques et normes ne prenant pas en compte les besoins des personnes handicapées, ou qui ne sont pas respectées,
- Les croyances et les préjugés qui créent des barrières à l'éducation, à l'emploi, aux soins de santé et à la participation sociale des personnes handicapées,
- Une insuffisance des services tels que les soins de santé, de réadaptation, de soutien et d'assistance aux personnes handicapées.

Améliorer le quotidien des personnes handicapées est utile à tous. Chacun peut se retrouver, à un moment de sa vie, définitivement ou pas, en situation de handicap. Tous ceux qui se sont cassés une jambe le savent. Un jour ou l'autre, chacun finit par décliner physiquement et a besoin de soutien. En finançant des aménagements spéciaux, l'Etat ou les collectivités permettent aux personnes handicapées d'être mieux intégrées dans la société. En étant plus visibles, le regard que la population porte sur elles changera : elles paraîtront moins différentes, moins « anormales ».

►Discrimination[1]

La discrimination se rapporte à toute distinction, exclusion ou préférence qui a comme effet l'abolition ou la diminution de la jouissance équitable des droits.

La discrimination désigne le fait d'appliquer un traitement différent, négatif et défavorable à des personnes sur la base de leur race ou de leur origine ethnique, de leur religion ou de leurs convictions, de leur handicap, de leur âge ou de leur orientation sexuelle. Le droit de tous les individus à l'égalité devant la loi et à la protection contre la discrimination constitue un principe fondamental de toute société démocratique.

Le cadre juridique international relatif aux droits de l'homme inclut des instruments internationaux pour lutter contre des formes spécifiques de discrimination, notamment contre les peuples autochtones, les migrants, les minorités, les personnes handicapées, les discriminations à l'égard des femmes, les discriminations raciales et religieuses, basées sur les orientations et identités sexuelles.

►Stéréotypes et préjugés[2]

Les stéréotypes sont des croyances partagées par un groupe à propos d'un autre groupe. Ils concernent les caractéristiques personnelles et les comportements des membres. La catégorisation et la création de stéréotypes sont une stratégie incontournable de notre cerveau pour faciliter le traitement des informations envoyées par l'environnement.
Un préjugé, quant à lui, est un jugement, positif ou négatif, porté à priori sur une personne.

Les stéréotypes et préjugés font partie de notre héritage culturel. Chacun en est porteur. Ils sont transmis par la famille, l'école, les médias… et sont difficiles à modifier. Ils nous aident à comprendre le monde. Parfois, lorsque la réalité ne correspond pas à nos idées préconçues, nous avons tendance à modifier notre vision de la réalité plutôt que de faire évoluer nos idées. L'enjeu est donc d'identifier les stéréotypes et les préjugés dont nous sommes porteurs afin qu'ils ne soient pas à l'origine de discriminations.

1 https://www.who.int/topics/disabilities/fr/
http://www.un.org/fr/rights/overview/themes/handicap.shtml
https://www.plan-international.fr/info/actualites/news/2016-12-02-lutte-contre-les-discriminations-des-enfants-handicapes
https://www.inegalites.fr/IMG/pdf/Pochette_pedagogique_avec_livret_Afev.pdf
Scouts et Guides de France, Jeux pour habiter autrement la planète, Paris Les Presses d'Ile-de-France, « Habiter autrement la planète », 2012, 144 pages

1 https://www.who.int/mental_health/media/en/consensus_elderly_fr.pdf
https://ec.europa.eu/france/news/journée-internationale-de-la-lutte-contre-les-discriminations-zerodiscrimination_fr
https://www.un.org/ruleoflaw/fr/thematic-areas/human-rights/equality-and-non-discrimination/

2 *Scouts et Guides de France, Jeux pour habiter autrement la planète, Paris Les Presses d'Ile-de-France, « Habiter autrement la planète », 2012, 144 pages*

MOIS 4 : MA RELATION AUX AUTRES
THÈME : PARCOURS PROFESSIONNEL

OBJECTIFS :
- Réfléchir aux éléments à prendre en considération pour construire l'idée d'un projet
- Elargir sa vision et ses possibilités de carrières professionnelles
- Valoriser les découvertes sur le parcours professionnel

MOIS 4 : ATELIER 7/7
DURÉE : 3H

ETAPES	METHODOLOGIE	DUREE
1) Feuille de présence	Recueillir la signature de tous les participants	5 min
2) Accueil par un jeu d'intégration : « Le portrait chinois »	Les participants sont invités à dresser leur portrait chinois. Le but étant d'associer à chaque catégorie un élément ayant une symbolique qui reflète la personnalité du participant. - Si j'étais un animal, je serais … pourquoi ? - Si j'étais une plante, je serais… pourquoi ? - Si j'étais une couleur, je serais … pourquoi ? - Si j'étais un aliment ou une boisson, je serais … Pourquoi ? - Si j'étais une profession, je serais … Pourquoi ? Ensuite, l'animateur demande aux participants de se mettre par 2, de préférence avec quelqu'un qu'ils estiment bien connaître. Les participants doivent décrire leur pair, de manière bienveillante, à l'aide du portrait chinois. Et présente leur résultat au groupe. **Débriefing :** • Y-a-t-il des similitudes ? • Y-a-t-il des différences entre le regard que je porte sur moi et le regard des autres ? Lesquelles ? Attention, cet exercice a pour objectif de valoriser la personne. Les participants doivent veiller à rester bienveillant tout en étant sincère et réaliste.	20 min
3) Rappel du dernier atelier	Les volontaires sont invités à présenter le dernier atelier sur *Discrimination et handicap*.	5 min
4) Choisir le leader du jour	Choisir le leader du jour de façon aléatoire parmi les participants. Le leader change à chaque session, alternant garçon et fille.	5 min
5) Thématique « Dans 10 ans, je serai … »	L'animateur demande aux adolescents de fermer les yeux et de s'imaginer dans 5 ans, puis dans 10 ans et lance les questions suivantes : - Où serez-vous dans 10 ans ? - Quel métier exercerez-vous ?	10 min
6) Réflexion individuelle sur ma décision finale **Mettre en place une activité génératrice de revenus**	L'animateur distribue et explique aux jeunes la fiche « Mon choix et moi » ***(annexe 1)***. Puis, par groupe de 2, chaque jeune va remplir la fiche afin d'envisager son orientation professionnelle. Quelques volontaires sont invités à présenter leur auto-évaluation au groupe. Afin de réfléchir sur l'importance de réaliser une étude de marché avant de se lancer dans un projet, l'animateur conte la 1ère partie de l'histoire imagée d'Aminata (annexe 2) et lance le débat sur les questions suivantes : • Que va-t-il se passer pour Aminata? • Que devrait faire Aminata pour pouvoir gagner sa vie? • Peut-elle continuer à teindre des pagnes, ou doit-elle changer d'activité ? Pour aller plus loin, et s'il se sent à l'aise avec ce thème, l'animateur peut présenter la 2ème partie de l'histoire imagée d'Aminata.	1 h 1 h
7) Evaluation de la session	Chaque adolescent est invité à donner ses impressions sur la session, ce qu'il a appris, ce qui a été important et ce qu'il pense mettre en pratique. Les animateurs partagent également ce qu'ils ont aimé et moins aimé.	10 min
8) Présentation du prochain atelier	Présentation par l'animateur du prochain atelier sur *L'adolescent : acteur de changement*. L'animateur invite tous les participants à se saluer avant de partir.	5 min

Matériel nécessaire :
- Du papier ou un cahier, un stylo pour chaque participant
- Des feuilles A3 et des marqueurs, du scotch ou de la Patafix

Documents supplémentaires :
- La feuille de présence
- Fiche « Mon choix et moi » ***(annexe 1)***

Activité multiplicatrice :
Forum des métiers. Dédier une journée (2 à 3h) où des professionnels de différents domaines seront présent lors d'un atelier du PC. Chaque profession aura une table représentant un stand. Les jeunes passent devant chaque stand. Cette activité permet aux jeunes de se confronter aux professionnels et à leurs réalités en plus de l'enquête et leur permettra de mieux connaitre le circuit de l'emploi.

ANNEXE1 : FICHE «MON CHOIX ET MOI»

FICHE : « MON CHOIX ET MOI »

Quel métier j'aimerais exercer ?
……
……

Quelles sont mes aspirations : à qui je veux ressembler ?
……
……

Quelles sont mes qualités pour exercer ce métier ?
……
……

Quelles sont mes valeurs personnelles (règles de conduite ?)
……
……

Quelles sont les connaissances nécessaires pour ce métier ? Comment puis-je les acquérir ?
……
……

Ai-je les moyens financiers pour financer mon projet ?
……
……

Quelles sont mes motivations : qu'est-ce qui me pousse à choisir ce métier ?
……
……

Finalement, pour quel métier suis-je fait ? Pourquoi ?
……
……

Comment faire pour arriver à exercer ce métier ? Quelle formation dois-je suivre ? Pendant combien de temps ?
……
……

ANNEXE 2 : HISTOIRE D'AMINATA[1]

(Pour faciliter la lecture les coûts dans ce récit sont calculé en FCFA. 1000 FCFA = 1.50 euros, 128 Meticals, 9.65 réais brésiliens)

L'histoire d'Aminata : Partie 1

Aminata vit dans un village près d'ici et est un peu comme vous. Elle est inquiète. Une de ses grandes préoccupations est ses enfants. Elle aimerait qu'ils puissent aller à l'école, mais elle n'a pas assez d'argent pour payer les cahiers et stylos dont ils ont besoin. Elle aimerait aussi qu'ils aient une meilleure nourriture.
Aminata a économisé 10 000Fcfa (soit 1 280 MZN, 96.5 reias ou 15 euros). Elle veut utiliser cet argent pour démarrer une petite entreprise à partir de laquelle elle pourrait obtenir un revenu. Elle a décidé qu'elle fera des teintures comme sa belle-sœur.

Tout en travaillant, Aminata réfléchit à son idée : « Je vais faire 5 pièces de tissu et les vendre pour 2.500Fcfa chacun. Ensuite, j'aurais 12 500Fcfa. » Elle est très excitée et heureuse lorsqu'elle pense à cela. Le lendemain, Aminata va au grand marché et s'arrête à la première boutique qu'elle trouve. Elle achète les fournitures dont elle a besoin et est surprise de constater qu'elle doit utiliser toutes ses économies. Elle doit donc rentrer à pied. De retour à la maison Aminata recommence à travailler.

Le travail lui prend beaucoup de temps car elle n'avait jamais fait de teinture auparavant.
Aminata espérait avoir 12 500Fcfa en vendant 5 pièces de tissu.
Aminata reste au marché toute la journée. Les gens ont négocié avec elle le prix de ses tissus. Finalement, elle vend chaque pièce de tissu pour 800Fcfa. Elle est vraiment découragée et ne comprend pas comment sa bonne idée ne s'est pas déroulée comme prévu. Le lendemain, elle parle avec ses amies.

Que pensez-vous qu'elles lui disent?
Comment aurait-elle pu éviter tous ces problèmes?

Qualité du produit: Elle aurait pu d'abord travailler avec une personne expérimentée ou pratiquer sur de vieux morceaux de tissu. Elle aurait ainsi réalisé le temps nécessaire pour faire ce travail de teinture et elle aurait demandé de l'aide pour le travail de la maison.

Prix de vente/concurrence/marketing: Elle aurait pu visiter le marché plus tôt pour connaître le
prix de vente du tissu. Elle aurait aussi pu évaluer le temps nécessaire pour vendre, et aussi comprendre pourquoi les gens achètent à une personne plutôt qu'à une autre.

Approvisionnement: Elle aurait pu trouver où d'autres femmes s'approvisionnent et voir combien elles paient pour leurs matériaux. Elle aurait ainsi pu calculer le bénéfice qu'elle doit s'attendre à avoir pour une journée, une semaine ou un mois.

A RETENIR – Avant de se lancer dans un projet, il est important de :
Avoir des compétences techniques et faire ce qu'on sait faire !
Discuter avec sa famille de son projet d´activité génératrice de revenus et s'assurer de son soutien.
Faire une étude de marché pour connaitre ses concurrents, ce qu´ils vendent, à quel prix, pour quelle qualité... Et décider comment je vais produire ou vendre en fonction de ces informations.

Note pour l'animateur :
L'étude de marché est la première étape indispensable pour commencer une activité génératrice de revenus. Même s'il est facile de se dire que l'on trouvera notre clientèle, faire une étude de marché sera un atout indéniable. L'étude de marché permet d'analyser la concurrence, échanger avec de futurs collaborateurs, comprendre les offres déjà en place et la demande attendue. Tout cela aide à mettre en place des plans d'action et à réfléchir sur ce qui va vous démarquer des autres. Réaliser une étude de marché amènera à parler de son projet à de potentiels clients, que l'on pourra recontacter une fois au démarrage de l'activité commerciale.

Pour aller plus loin…
L'histoire d'Aminata : Partie 2

Aminata décide d'essayer de nouveau avec l'aide de quelques amies. Elles se posent les questions suivantes :
- *"Allons-nous essayer la teinture à nouveau ?"*
- *"Non, nous devons penser à autre chose."*
- *"Que pensez-vous de faire du savon ?"*

Elles se mettent d'accord et murissent l'idée.

Aminata et ses amies commencent à penser aux choses dont elles ont besoin pour faire du savon et combien cela va coûter : une grande marmite pour faire bouillir ; un seau pour transporter de l'eau; des moules pour la fabrication du savon; l'huile de palme; la lessive et de l'eau.
Il y a certaines choses que les femmes vont acheter et conserver :
- sceau 1.700 Fcfa,
- la grande marmite à 2.500 Fcfa,
- 3 moules à 1.500 Fcfa.

Ils dureront au moins un an et pourront être utilisés de nombreuses fois.
Ce dont elles ont besoin pour faire un lot de savons : 500g de lessive à 200 Fcfa, 2 litres d'huile de palme à 1 400 Fcfa, soit 1 600 Fcfa.
Maintenant, elles peuvent réfléchir à ce qu'elles vont gagner. Chaque moule peut faire 17 barres de savon. Alors, combien de barres de savon peuvent-elles faire dans un lot ?
Réponse : 3 X 17 = 51. Elles peuvent faire 51 barres de savon dans un moule.
Si elles peuvent vendre une barre de savon à 100 Fcfa, combien d'argent peuvent-elles obtenir en vendant un lot ?
Réponse : 51 X 100 Fcfa = 5 100 Fcfa. Elles peuvent obtenir 5 100Fcfa en vendant un lot.
Si on prend en compte le revenu issu de la vente (5 100 Fcfa) et les dépenses (1 600Fcfa), quel est le bénéfice que Aminata et ses amies peuvent faire par lot ?
Réponse : 5 100 Fcfa - 1 600 Fcfa = 3 500 Fcfa. Le bénéfice sera de 3 500 Fcfa.
Combien d'argent Aminata et ses amies ont besoin pour commencer à faire du savon ?
Réponse : Couts fixes (marmite, seau, moules) + coûts variables (lessive, huile de palme) = 5 900 + 1 600 = 7 500 Fcfa. Elles ont besoin de 7 500 Fcfa pour commencer à faire du savon.
Alors, combien de lots doivent-elles vendre avant qu'elles n'obtiennent leur argent et commencer à obtenir un revenu ?
Réponse : elles doivent vendre 2 lots : 3 500 Fcfa x 2.
Aminata et ses amies pensent que la fabrication de savon va leur fournir un revenu utile. Maintenant, elles doivent décider comment elles vont s'organiser entre elles et combien de temps cela prendra.

A RETENIR – il est important de :
- Réaliser une étude de marché pour connaitre les besoins des clients, la concurrence…
- Calculer les coûts variables: produits à acheter et qu'on utilise à chaque fois
- Anticiper les immobilisations: les matériels qui vont rester dans l'entreprise
- Travailler ensemble pour aider les femmes à résoudre le problème d'avoir le temps de s'occuper de leurs enfants et s'occuper de leurs maisons car elles peuvent se partager la charge de travail entre elles.

1 source : business planning training – used by entrepreneurs du monde with yadana, myanmar, revu et traduit par essor

MOIS 5

Culture de la paix

MOIS 5 : CULTURE DE LA PAIX
THÈME : L'ADOLESCENT : ACTEUR DE CHANGEMENT

OBJECTIFS :
- Prendre conscience que chaque adolescent peut être acteur de changement dans sa communauté

MOIS 5 : ATELIER 1/7
DURÉE : 3H

	ETAPES	METHODOLOGIE	DUREE
1)	**Feuille de présence**	Recueillir la signature de tous les participants	5 min
2)	**Accueil par un jeu d'intégration : « Le carré magique »**	Les participants se mettent en cercle. L'animateur se met au centre et passe une corde aux participants de manière à former une étoile. Chaque adolescent qui reçoit un bout de corde énonce une chose qu'il aimerait améliorer dans sa communauté. Lorsque tous les jeunes ont un bout de corde en main, ils doivent communiquer et s'organiser pour créer un carré. Ils doivent maintenir leur main sur la corde en permanence. **Discussion** : Comment avez-vous réussi à former le carré ? Pourquoi est-il important de se regrouper pour agir ?	10 min
3)	**Rappel du dernier atelier**	Les volontaires sont invités à présenter le dernier atelier sur l'analyse de *l'étude de marché et le parcours professionnel.*	10 min
4)	**Choisir le leader du jour**	Choisir le leader du jour de façon aléatoire parmi les participants. Le leader change à chaque session, alternant garçon et fille.	5 min
5)	**Thématique « Citations sur le changement »** **« Les associations »** **Témoignages** **►Association de Développement Local** **►Club des jeunes**	Les adolescents forment cinq équipes. Chaque équipe choisit une citation qui l'inspire le plus ***(annexe 1)***. A partir de cette citation, chaque équipe réfléchit aux questions suivantes : - Pourquoi avez-vous sélectionné cette citation ? - Quel message transmet cette citation ? - Quel sens cette citation a-t-elle pour vous ? - Les adolescents peuvent écrire ou dessiner leurs réponses. En groupe, l'animateur pose les questions suivantes : - Comment naît une association ? - Quelle est l'importance des associations pour la communauté ? - Comment rejoindre une association ? L'animateur invite un membre d'une association de quartier pour : - présenter le travail de l'association dans la communauté, - motiver les jeunes à s'impliquer dans le milieu associatif. Un ancien participant du Parcours Citoyen vient présenter le Club des jeunes et plus particulièrement : - Les liens avec le Pacours Citoyen, - Les valeurs, la mission du Club des jeunes , - Les activités et évènements sportifs, culturels mis en place dans le cadre du Club des jeunes - Les actions communautaires et de sensibilisation mises en place dans le quartier.	40 min 20 min
6)	**Exercice pratique** **Pistes d'améliorations pour le quartier**	Par équipes, les jeunes identifient une cause qui leur tient à cœur ***(annexe 2)*** et répondent aux questions suivantes : • Qu'est-ce qui me qui me paraît important dans la cause choisie • Quelle pourrait être ma contribution ? • Quelle association pourrais-je rejoindre pour défendre cette cause ? • Comment pourrais-je m'impliquer dans cette association ou dans la communauté ?	35 min
7)	**Evaluation de la session**	Chaque adolescent est invité à donner ses impressions sur la session, ce qu'il a appris, ce qui a été important et comment améliorer (bilan qui peut être réaliser à l'oral ou à l'écrit). Les animateurs partagent également ce qu'ils ont aimé et moins aimé.	10 min
8)	**Présentation du prochain atelier**	L'animateur présente le prochain atelier sur *l'exode rural et les migrations* et invite les participants à se saluer avant de se quitter.	5 min

Matériel nécessaire :
- Du papier ou un cahier, un stylo pour chaque participant
- Des papiers géants et des marqueurs, du scotch
- Une corde

Documents supplémentaires :
- La feuille de présence
- Citations sur le changement ***(annexe 1)***
- Une cause qui me tient à cœur ***(annexe 2)***

Activité multiplicatrice :
Proposer, dès le début du mois, aux adolescents de choisir un thème pour le 6ème atelier. Ils construitont l'atelier avec l'aide de l'animateur et pourront ensuite proposer de l'animer au sein d'une association de quartier

ANNEXE 1 : CITATIONS SUR LE CHANGEMENT

Citation 1 : « Soyez le changement que vous voulez voir dans le monde ».

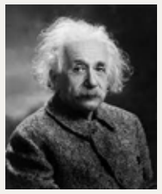
► Gandhi, « père de la nation indienne ». Gandhi est à l'origine de la désobéissance civile pacifique, qui a mené à l'indépendance de l'Inde et inspiré les mouvements pour les droits civils et la liberté partout dans le monde.

Citation 2 : « La responsabilité ne revient pas uniquement aux dirigeants de nos pays ou à ceux que nous avons désignés ou élus pour assumer telle ou telle fonction. Elle revient à chacun de nous, individuellement ».

► Dalaï-Lama, chef spirituel du bouddhisme tibétain et activiste pour l'autonomie du Tibet.

Citation 3 : « Ne doutez jamais qu'un petit nombre de gens décidés puisse changer le monde. C'est en fait toujours ainsi que le monde a changé ».

► Margaret Mead, anthropologue américaine.



Citation 4 : « Le monde est dangereux à vivre ! Non pas tant à cause de ceux qui font le mal, mais à cause de ceux qui regardent et laissent faire ».

► Einstein, Lauréat du prix Nobel de physique ; il a aussi milité contre les essais nucléaires et le racisme.

Citation 5 : « L'injustice quelque part est une menace à la justice partout. Nous sommes tous pris dans un réseau inextricable de mutualité, tissés dans la même toile du destin. Ce qui affecte directement les uns affecte indirectement tous les autres ».

► Martin Luther King, leader le plus célèbre du mouvement pour les droits civils aux États-Unis. Défenseur de la non-violence, activiste pour le traitement égal de toutes les races et plus jeune lauréat du prix Nobel de la paix.

Citation 6 : « Ce sont les petites choses qui font la différence. Moi, je plante des arbres ».

► Wangari Maathai, militante écologiste, féministe et politique kenyane. Fondatrice du Green Belt Movement et lauréate du Prix Nobel de la Paix 2004 (première femme africaine à avoir reçu le prix). Elle a aussi été élue au parlement kenyan.

?

Citation 7 : «……
……
……
……»

►A toi de jouer ! Trouve une citation d'un homme ou d'une femme célèbre de ton pays ou ta communauté !

ANNEXE 2 : UNE CAUSE QUI ME TIENT À CŒUR

1 Agir contre la violence contre les femmes et les filles
2 Sensibiliser à l'inégalité d'accès à l'éducation (scolarisation) pour les filles
3 Venir en aide aux filles enceintes qui ne sont pas autorisées à poursuivre leurs études
4 Sensibiliser sur l'égalité entre les garçons et les filles à la maison
5 Sensibiliser les membres de la communauté sur le problème de l'inégalité de genre
6 Faciliter le fait de se procurer des préservatifs
7 Sensibiliser sur le VIH et l'importance de connaitre son état séropositif
8 Agir contre le mariage précoce des jeunes filles
9 Agir contre les mutilations génitales féminines
10 Agir contre le harcèlement sexuel et le viol
11 Sensibiliser sur les risques d'abus sexuels pour les garçons
12 Respecter et traiter dignement les homosexuels
13 Sensibiliser sur l'importance du préservatif, en particulier le droit des filles d'insister sur l'usage du préservatif
14 Soutenir et respecter les personnes vivant avec le VIH et le sida
15 Y'a-t-il une autre cause qui te tient à cœur ?

► Deviens acteur de changement dans ton quartier !
► En plus, le changement est contagieux : le changement amène le changement.
► N'oublie pas qu'il est important de « commencer petit ».
► Choisis une action sûre et légale, car certaines actions peuvent comporter des risques!

Des exemples d'actions légales :
- Décider de ne pas faire de discrimination
- Accompagner un(e) ami(e) dans un centre de soins
- Promettre de ne pas être violent envers autrui
- Écouter quelqu'un qui a besoin de parler
- En apprendre plus sur la cause qui m'est chère
- Parler de ma cause à mes amis et à ma famille
- Former un petit groupe d'action sociale
- Écrire une lettre à un représentant public
- Écrire un article pour ma communauté
- Rejoindre une organisation vouée à la cause qui m'est chère

MOIS 5 : CULTURE DE LA PAIX
THÈME : L'EXODE RURAL ET LES MIGRATIONS

OBJECTIFS :
- Comprendre les différents types de migration, en particulier l'exode rural
- Sensibiliser aux conséquences migratoires et aux solutions alternatives à la migration internationale
- Identifier les causes, les conséquences et les risques de la migration clandestine

MOIS 5 : ATELIER 2/7
DURÉE : 3H

ETAPES	METHODOLOGIE	DUREE
1) **Feuille de présence**	Recueillir la signature de tous les participants	5 min
2) **Accueil par un jeu d'intégration : « Parcours migratoire »**	Le groupe est divisé en deux. Un groupe représente des étudiants qui reviennent et le pays d'origine après être partis étudier à l'étranger. L'autre groupe représente le pays d'origine. Les étudiants partis et qui reviennent peuvent partager les connaissances acquises pour contribuer au développement de leur pays. Assis par terre, les participants forment deux lignes qui se font dos à dos. Ils s'accrochent par les coudes avec les participants à côté d'eux et leur dos sont collés à ceux des participants derrière eux. Au signal, le groupe tente de se lever. L'animateur demande ce qu'ont ressenti les participants. Il explique l'importance de travailler tous ensemble et évoque les effets positifs de la migration, entre autres lorsque les connaissances sont partagées et transmises.	15 min
3) **Rappel du dernier atelier**	Les volontaires sont invités à présenter le dernier atelier sur *l'adolescent, acteur de changement.*	10 min
4) **Choisir le leader du jour**	Choisir le leader du jour de façon aléatoire parmi les participants. Le leader change à chaque session, alternant garçon et fille.	5 min
5) **Thématique Carte du monde et migrations internationales**	Les adolescents reçoivent les différents continents mondiaux et doivent reconstituer la carte du monde sur le sol ***(annexe 1)***. L'animateur demande : • Où êtes-vous sur cette carte ? • Où êtes-vous déjà allé ? • Connaissez-vous des personnes qui ont voyagé en dehors de votre pays ? Pourquoi ? • Qui souhaiterait voyager ? Pourquoi ? (étudier en Europe, migration économique, regroupement familial, etc.) Quels sont les risques ? Par équipe, les adolescents tirent des questions chacun leur tour et tentent d'y répondre. Ils regardent ensuite les éléments de réponse. ***(annexe 2)*** Pour mon pays, quels sont les avantages et les inconvénients de la migration? L'animateur fait la liste avec les jeunes ***(annexe 3)*** Discussion : Quelles idées avez-vous de l'immigration ? L'animateur peut compléter par des éléments en ***annexe 4***.	30 min 40 min
6) **Débat « Exode rural »**	A partir d'un témoignage ***(annexe 5)***, l'animateur lance le débat : • Qu'est-ce que l'exode rural ? • Pourquoi les personnes décident-elles de quitter les régions pour venir s'installer en ville ? • Quels sont les avantages ? Quels sont les risques ? • Comment faire pour qu'il puisse en être autrement ?	30 min
7) **Evaluation de la session**	Chaque adolescent est invité à donner ses impressions sur la session, ce qu'il a appris, ce qui a été important et comment améliorer. Les animateurs partagent également ce qu'ils ont aimé et moins aimé.	10 min
8) **Présentation du prochain atelier**	L'animateur présente le prochain atelier sur *les us et coutumes*. L'animateur invite tous les participants à se saluer avant de partir.	5 min

Matériel nécessaire :
- Du papier ou un cahier, un stylo pour chaque participant
- Des feuilles géantes et des marqueurs, du scotch

Documents supplémentaires :
- La feuille de présence
- Les différents continents du monde ***(annexe 1)***
- Questions-réponses Migration ***(annexe 2)***
- Quelques pistes avantages/inconvénients ***(annexe 3)***
- Idées reçues migrations : vrai ou faux. Pistes pour un débat ***(annexe 4)***
- Témoignage d'Issa au Mali ***(annexe 5)***
- Définitions et infos clés ***(annexe 6)***

ANNEXE 1 :
CARTE DU MONDE
(A IMPRIMER EN A3 POUR L'ATELIER)

ANNEXE 2 :
QUESTIONS-RÉPONSES SUR LA MIGRATION

Qu'est-ce que la migration ?
Déplacement d'une personne ou d'un groupe de personnes, soit entre pays, soit dans un pays entre deux lieux situés sur son territoire.

Quels types de migrations humaines connaissez-vous ? [1]

- Migration économique/ de travail
- Regroupement familial
- Etudiants
- Réfugiés et demandeurs d'asile
- Déplacés environnementaux
- Migrations de confort

Quelle est la différence entre migration légale et migration illégale ?[2]
On définit par flux migratoires légaux ceux qui obéissent aux normes définies par les pays d'accueil (visa, demande d'asile, etc.). Celles-ci sont très diversifiées selon les pays d'origine de ceux qui circulent, la durée projetée du séjour, le motif de celui-ci, enfin le caractère volontaire ou contraint de la migration.
Le fait de demeurer dans le pays d'accueil une fois le visa expiré, parce qu'ils n'ont pas pu obtenir le droit d'y séjourner durablement, ou après le rejet d'une demande d'asile, peut faire basculer dans la clandestinité et donc de la migration illégale.
Entrer sur un territoire étranger sans-papiers ou avec de faux documents relève de la clandestinité.

Qui migre ? Où ? Pourquoi ?[3]
Il est bien difficile de savoir quelle est la cause principale de la décision de départ. Souvent, ce sont des causes mixtes qui poussent les personnes à migrer (raisons économiques, circonstances politiques). Les migrants ne partent pas seulement pour eux-mêmes, mais aussi pour leur famille ou leur communauté.
La migration peut être volontaire, effectuée librement ou forcée avec un arrachement à leur pays, à leur langue, à leurs proches.
Voici différentes raisons, qui s'entremêlent :

- Fuite en raison de persécutions (d'ordre politique, religieux, raciste, violation des droits de l'Homme),
- Fuite en raison de conflits,
- Trafic et traite d'être humains,
- Migration liée aux catastrophes naturelles, aux dégâts environnementaux, aux changements climatiques,
- Migration liée à la recherche d'un travail,
- Migration liée à la pauvreté (souvent elle-même liée à des conflits ou crises politiques et sociales),
- Migration interne (migration à l'intérieur d'un pays, souvent d'une région rurale vers les grandes villes),
- Migration de l'élite (titre universitaire, expérience de management),
- Migration pour cause de formation (étudiants),
- Aventure, tourisme.

CONNAISSEZ-VOUS DES PERSONNES QUI ONT MIGRÉ ?
QUE LEUR EST-IL ARRIVÉ ?

Quelles pièces faut-il pour pouvoir migrer ?

- Cela dépend beaucoup des normes des pays d'accueil, le plus souvent :
- Passeport / document d'itentité avec un visa,
- Une preuve d'hébergement,
- Une source de revenu,
- Une assurance maladie,
- Un contrat de travail ou une bourse d'études pour les migration économiques / universitaires,
- Les billets de transport,
- Un justificatif du motif de la venue.

1 https://www.lecese.fr/sites/default/files/pdf/Avis/2015/2015_31_migrations_internationales.pdf
2 https://hal-sciencespo.archives-ouvertes.fr/hal-01044378/document
https://www.lacimade.org/faq/qu-est-ce-qu-un-migrant/
3 https://www.lacimade.org/faq/pourquoi-migre-t-on/

ANNEXE 3 : QUELQUES PISTES AVANTAGES / INCONVÉNIENTS[1]

AVANTAGES	INCONVÉNIENTS
• **Echange culturel :** l'immigration conduit à l'échange de valeurs culturelles. Il en résulte un échange de connaissances et d'expertise entre les nations. C'est également l'occasion d'interagir avec des personnes d'horizons divers, de partager leurs points de vue, etc. • **Education et carrière :** L'immigration offre de nouvelles possibilités pour les gens qui veulent poursuivre leurs études. Cela leur ouvre la porte à des domaines d'études qui ne sont pas disponibles dans leurs pays d'origine et éventuellement l'acquisition de diplômes mieux cotés sur le marché de l'emploi. De même, les opportunités d'emploi et la flexibilité de la réglementation du pays d'accueil peuvent accélérer l'ascension sociale de l'immigrant qui ne peut pas accéder à de telles occasions dans son pays. • **Croissance économique :** L'immigration contribue à la formation d'un marché mondial ouvert. Elle offre une perspective globale à la croissance sociale et économique des pays, élargissant ainsi les champs du développement. La plupart des partisans de l'immigration estiment qu'elle a le potentiel d'amener la prospérité sur la planète. • **Répartition de populations :** Dans certains cas, l'immigration peut entraîner une répartition plus équitable des populations. La migration des personnes d'un pays surpeuplé à un autre qui l'est à peine permet d'équilibrer la densité de population. Certains pays sont confrontés à une pénurie de ressources en raison de leur croissance démographique, tandis que d'autres disposent de ressources suffisantes, mais n'ont qu'une très faible population. La migration des premiers vers les seconds peut se révéler bénéfique pour les deux.	• **Déséquilibre de populations :** Dans certains cas, la migration de masse, lorsqu'elle n'est pas contrôlée, peut aboutir à un surpeuplement dans certaines régions, voire à un entassement dans une nation, au détriment des pays d'origine désertés. Elle implique également une utilisation excessive des ressources d'une nation qui peut conduire à une insuffisance des ressources naturelles. • **Transfert de maladies :** Les immigrants peuvent apporter avec eux des maladies ayant prévalu dans leur pays. Les agents pathogènes peuvent se transmettre d'un pays à l'autre par le biais d'immigrants, conduisant ainsi à la propagation de maladies. Pour réduire ce risque, de nombreux pays adoptent une politique de filtrage des immigrants à leur arrivée dans le pays. • **Fardeau financier :** Les frais encourus pour la fourniture de ressources telles que les établissements d'éducation et de santé aux immigrés constituent une charge pour la nation qui accueille les immigrants en grand nombre. Certains disent que la croissance économique provoquée par l'immigration est annulée par les dépenses que le pays d'accueil est amené à consentir. • **Fuite de cerveaux :** Quand un pays perd ses citoyens les mieux instruits et les plus talentueux au profit d'un autre pays, il perd en fait les élites et ressources humaines qui lui permettent de se développer. Ceci est d'autant plus cruel lorsqu'il s'agit d'un pays pauvre.

1 http://www.economiesolidaire.com/2015/03/09/avantages-et-inconvenients-de-limmigration/ https://www.cairn.info/revue-d-economie-du-developpement-2007-2-page-153.htm#

ANNEXE 4 : IDÉES REÇUES MIGRATIONS : VRAI OU FAUX. PISTES POUR UN DÉBAT[1]

Les personnes migrantes rencontrent plus d'obstacles sur le marché du travail que les personnes du pays.
VRAI : Problème de reconnaissance des diplômes, difficultés linguistiques, discriminations… Les obstacles sont nombreux. En Europe, 5,3 millions d'emplois sont purement et simplement fermés aux personnes étrangères hors Union Européenne, soit un emploi sur cinq (métiers de la fonction publique, mais aussi architecte, vétérinaire, etc.)

Ce sont les personnes les plus pauvres qui migrent.
FAUX : Migrer a un coût : il faut financer le voyage, les papiers, parfois les passeurs… Les plus pauvres n'ont souvent pas les moyens de migrer.

Migrer n'est pas dangereux.
VRAI : La migration est connotée positivement pour les occidentaux et pour les personnes disposant de statuts et revenus établis.
FAUX : Pour les personnes qui cherchent à s'exiler, la migration s'apparente souvent à un rêve, un moyen de réaliser tout ce qui leur est impossible dans leur pays ; un idéal qui leur apportera, ainsi qu'à leur famille parfois restée sur place, prospérité et bonheur.
Cependant, les chemins de la migration sont parfois douloureux, au niveau physique et psychologique, mais surtout dangereux.
Les personnes qui cherchent à fuir leur pays et ne peuvent pas obtenir de visa pour voyager se remettent souvent entre les mains de passeurs, leurs documents d'identité leur sont confisqués, elles ne savent rien du trajet. Tout peut arriver. Aucun recours n'est possible. Des milliers de personnes meurent chaque année en essayant de parvenir aux rivages de l'Europe en traversant la méditerranée.

Même si les voies légales ne sont pas accessibles pour tout le monde, ça vaut le coup d'essayer.
A DEBATTRE : Plus les voies légales qui permettent de passer d'un pays à un autre sont restreintes, plus les moyens pour les contourner sont dangereux. Pourtant des centaines de milliers de personnes traversent chaque année des frontières irrégulièrement.
C'est alors le moment où tout peut basculer, sur une embarcation fragile, dans un conteneur étouffant, aux mains de passeurs ou face à des représentants de la loi peu enclins à la tolérance.

La traite d'êtres humains est réelle sur les routes migratoires
VRAI : Les passeurs et trafiquants gagnent énormément d'argent grâce à ceux qui veulent fuir leur pays. En outre, ils mettent en danger la vie des migrants et des réfugiés en les envoyant en mer dans des embarcations dangereuses et en n'hésitant pas à les abandonner en mer le cas échéant.

Migrer vers un autre pays se fait toujours avec le même itinéraire
FAUX : Le « choix » des routes migratoires dépend de plusieurs facteurs : il peut s'agir des chemins les plus courts et les plus simples, des moins contrôlés ou des chemins les plus difficiles, car moins sujets aux contrôles. Cela dépend aussi du bon vouloir des passeurs qui pourront choisir un chemin plutôt qu'un autre afin de tirer un maximum de profit. Le hasard du trajet joue également un rôle, ou encore le besoin de partir toujours plus loin du lieu que l'on fuit

Les femmes et les enfants sont les plus vulnérables.
VRAI : Il est fréquent que des passeurs prennent pour cibles des femmes qui voyagent seules, sachant qu'elles sont plus vulnérables. Lorsqu'elles manquent de ressources financières pour payer le trajet, les passeurs essayent souvent de les forcer à avoir des relations sexuelles avec eux en échange d'un trajet à prix réduit ou d'un passage prioritaire sur un bateau traversant la Méditerranée.
Non seulement de nombreux enfants meurent sur les routes de l'exil, mais parmi ceux qui voyagent seuls, nombreux sont ceux qui sont victimes de la traite des êtres humains à des fins d'exploitation sexuelle ou de travail forcé. Exposés à un risque accru d'abus et d'exploitation, les enfants migrants, et plus particulièrement ceux qui voyagent seuls, sont particulièrement vulnérables.

« Quand il y eut l'eau dans le bateau, on m'a poussé dans une salle ou un compartiment et puis tout était noir. Tout d'un coup, j'ai vu une petite lumière. J'ai nagé jusqu'à ce qu'elle se rapproche et devienne plus grande et j'ai remarqué que c'était une fenêtre. J'ai grimpé à travers elle. Quand on s'est retrouvé dans l'eau, j'ai vu des gens qui s'accrochaient à des corps morts. J'ai vu des hommes qui essayaient de prendre les gilets de sauvetage des femmes. La raison pour laquelle seulement la moitié des gens avaient des gilets de sauvetage c'était parce qu'il fallait les acheter en Libye et le passeur nous avait dit que c'était inutile puisque le bateau était sécurisé. On est une grande famille. Je voyageais avec ma mère, mon frère, mes cousins, le mari de ma cousine et sa famille. Je ne sais pas où ils se trouvent. J'ai été détenu à Malte pendant trois jours. Je vomissais du sang et ils m'ont quand même enfermé. Leur seule priorité était de prendre mon empreinte ».

Témoignage recueilli par Amnesty International d'un réfugié syrien alors âgé de 17 ans, rescapé d'un des naufrages d'octobre 2013

1 https://ccfd-terresolidaire.org/nos-combats/migrations/migration-l-humanite-en/dictionnaires-des-idees?debut_last=3#pagination_last https://grdr.org/IMG/pdf/048_15_grdr_guide_a4_bd_page_a_page.pdf https://www.lacimade.org/petitguideprejuges/petitguideprejuges.html https://www.amnesty.be/IMG/pdf/dossier_pe_dagogique_migration_web.pdf

ANNEXE 5 : TÉMOIGNAGE D'ISSA AU MALI

« J'étais éleveur de chèvre. Avec ma femme et mes 4 enfants, je parcourais la région pour nourrir mon troupeau. Mais à cause des changements climatiques, il n'y a plus de pluie, plus de mare, plus de végétation, seulement la sécheresse. Toutes mes chèvres ont péri. Nous sommes allés chercher du travail dans la capitale, Bamako, mais la vie coûte cher ».

L'exode rural est un mouvement qui conduit les populations à quitter la campagne pour s'installer en ville.

Les principales causes de l'exode rural sont :

- **Economiques :** Pauvreté au village à cause de la difficulté à trouver de l'argent, ils ne sont pas propriétaires des terres.
- **Environnementales :** Difficulté de cultiver à cause des sols non fertiles et de la sécheresse.
- **Sociales :** Mariages forcés, polygamie, image positive de la ville, « vie facile », développement, découverte, scolarisation difficile au village, aller étudier en ville.

Les principales conséquences de l'exode rural sont :

- **Au village :** Conflits dans la famille, divorces, affaiblissement de production et de services, dépeuplement du village, vieillissement de la population, diminution des mariages.
- **En ville** (cela ne concerne pas uniquement les personnes issues de l'exode rural) : risque de maltraitance sur le lieu de travail (harcèlement sexuel, accusation de vol, abus des droits sociaux, etc.), mauvaises conditions de vie (logement précaire, difficultés à avoir des soins, etc.)

ANNEXE 6 : DÉFINITIONS ET INFOS CLES[1]

Les migrations sont aussi anciennes que l'humanité. Apparus en Afrique, les premiers hommes ont progressivement colonisé tous les continents : l'Asie, l'Europe, l'Océanie et l'Amérique.

►**Migration** - Déplacement d'une personne ou d'un groupe de personnes, soit entre pays, soit dans un pays entre deux lieux situés sur son territoire. La notion de migration englobe tous les types de mouvements de population impliquant un changement du lieu de résidence habituelle, quelles que soient leur cause, leur composition, leur durée, incluant ainsi notamment les mouvements des travailleurs, des réfugiés, des personnes déplacées ou déracinées.

►**Immigration** - Action de se rendre dans un Etat dont on ne possède pas la nationalité avec l'intention de s'y installer.

►**Emigration** - Action de quitter son Etat de résidence pour s'installer dans un Etat étranger. Le droit international reconnaît à chacun le droit de quitter tout pays, y compris le sien, et n'admet sa restriction que dans des circonstances exceptionnelles. Ce droit au départ ne s'accompagne d'aucun droit d'entrer sur le territoire d'un Etat autre que l'Etat d'origine.

Exemple : Un Tchadien qui quitte le Tchad pour le Cameroun est un émigré pour les Tchadiens et un immigré pour les Camerounais.

►**Migrant** - Au niveau international, il n'existe pas de définition universellement acceptée du terme « migrant ». Ce terme s'applique habituellement lorsque la décision d'émigrer est prise librement par l'individu concerné, pour des raisons « de convenance personnelle » et sans intervention d'un facteur contraignant externe. Ce terme s'applique donc aux personnes se déplaçant vers un autre pays ou une autre région aux fins d'améliorer leurs conditions matérielles et sociales, leurs perspectives d'avenir ou celles de leur famille.

►**Exilé** – Personne contrainte de vivre hors de sa patrie pour survivre ou fuir des persécutions.

►**Demandeur d'asile** – Personne qui a fui son pays parce qu'elle y a subi des persécutions ou est certain d'en subir et qui demande une protection. A l'issue de l'instruction de son dossier, le demandeur d'asile est soit reconnu réfugié, soit débouté de sa demande et devient un sans-papiers.

►**Réfugié** – Personne à qui est accordée une protection, en raison des risques de persécution qu'elle encourt dans son pays d'origine à cause de son appartenance à un groupe ethnique ou social, de sa religion, de sa nationalité ou de ses opinions politiques.

1 https://www.iom.int/fr/termes-cles-de-la-migration
https://www.lacimade.org/wp-content/uploads/2016/10/La_Cimade_Petit_Guide_Prejuges_2016.pdf
http://www.cid-grand-hornu.be/pdf/fr/35-2012-DP-Migrants-flamands-en-Wallonie-primaire-FR.pdf
https://junior.universalis.fr/encyclopedie/exode-rural/
Source : Rapport de la CELIAF « Etude sur l'exode rural des filles : cas de celles travaillant à N'Djamena »

MOIS 5 : CULTURE DE LA PAIX
THÈME : US ET COUTUMES

OBJECTIFS :
- S'exprimer sur les habitudes et coutumes de la communauté
- Réfléchir aux évolutions des us et coutumes
- Valoriser les cultures nationales et en identifier les richesses culturelles de son pays
- Identifier les dangers de certains us et coutumes et proposer des pistes d'action

MOIS 5 : ATELIER 3/7
DURÉE : 3H

ETAPES	METHODOLOGIE	DUREE
1) Feuille de présence	Recueillir la signature de tous les participants	5 min
2) Accueil par un jeu d'intégration : « Salutations locales »	En cercle, les adolescents volontaires vont montrer différentes façons de saluer selon les différentes ethnies du pays. Discussion : Quelles sont les autres différences entre les ethnies ? Et les points communs ? En quoi la diversité est-elle une richesse pour un pays ?	15 min
3) Rappel du dernier atelier	Les volontaires sont invités à présenter le dernier atelier sur *l'exode rural et les migrations.*	10 min
4) Choisir le leader du jour	Choisir le leader du jour de façon aléatoire parmi les participants. Le leader change à chaque session, alternant garçon et fille.	5 min
5) Thématique Les us et coutumes de ma communauté	Inviter un leader communautaire pour parler des us et coutumes et de l'évolution de la communauté, au niveau culturel, religieux, alimentaire et social (rôle de la femme). L'animateur lance le débat : - Quelles sont les rites et les coutumes de votre culture ou de vos cultures ? - Comment ont-ils évolué depuis les dernières décennies ? - Pourquoi ?	40 min
Richesses et dangers des us et coutumes	Former 3 équipes qui travailleront sur un des thèmes suivants : - Coutumes alimentaires, - Coutumes religieuses, - Coutumes éducatives Les équipes identifient les bonnes pratiques/richesses et les dangers ***(annexe 1)***. Chaque équipe présente sa réflexion et complète en fonction des retours du reste du groupe.	30 min
6) Exercice pratique Bandes dessinées	• A partir des coutumes identifiées, chaque équipe réalise des histoires sous forme de bande dessinée, texte/récit, slam, dialogue ou pièce de théâtre. • Soit pour présenter les richesses et les coutumes, • Soit pour sensibiliser aux dangers de certaines coutumes. • Les bandes dessinées pourront ensuite être affichées sur les murs de la salle, dans les écoles, etc. ***(annexe 2)***	1h
7) Evaluation de la session	Chaque adolescent est invité à donner ses impressions sur la session, ce qu'il a appris, ce qui a été important et comment améliorer. Les animateurs partagent également ce qu'ils ont aimé et moins aimé.	10 min
8) Présentation du prochain atelier	Présentation par l'animateur : atelier sur l*a communication et l'intelligence émotionnelle*. L'animateur invite tous les participants à se saluer avant de partir.	5 min

Matériel nécessaire :
- Du papier ou un cahier, un stylo pour chaque participant
- Des crayons de couleur, du papier, des crayons
- Des feuilles géantes et des marqueurs, du scotch

Documents supplémentaires :
- La feuille de présence
- Définitions et infos clés ***(annexe 1)***
- Feuilles A4 imprimées avec 6 cases pour les histoires sous forme de bandes dessinées ***(annexe 2)***

ANNEXE 1 : DÉFINITIONS ET INFOS CLÉS

Us et coutumes[1]
Ensemble des conduites habituelles d'un groupe ; habitudes et pratiques traditionnelles.

Mariage, mariage précoce et dot[2]
Outre l'union des conjoints, le mariage peut remplir de nombreuses fonctions : sociales (alliances entre plusieurs familles ou groupes) et économiques (échanges de biens entre groupes, etc.). Les modalités du mariage (relations matrimoniales) varient considérablement selon les sociétés et les époques, mais une règle commune se dégage cependant avec **la prohibition de l'inceste (interdiction de mariages entre parents proches).**

La convention des Nations Unies relative aux Droits de l'Enfant (CIDE) définit l'enfant comme « tout être humain âgé de moins de dix-huit ans, sauf si la majorité est atteinte plus tôt en vertu de la législation qui lui est applicable ». Dans la logique de cette Convention, le comité des droits de l'enfant de l'ONU a insisté sur le fait que **l'âge minimal du mariage devait être de 18 ans** pour les garçons et les filles, avec ou sans consentement parental.

« Lorsque les hommes et les femmes se marient, ils assument d'importantes responsabilités. Ils ne devraient donc pas pouvoir se marier avant d'être en pleine maturité et capacité d'agir. »

Le mariage d'enfant désignant le mariage d'un garçon ou d'une fille avant l'âge de 18 ans, soit avant qu'il soit en pleine maturité et capacité d'agir, renvoie aussi à l'idée d'un **mariage précoce**. Le terme de « mariage d'enfant » est souvent associé au « mariage forcé », les enfants mariés étant considérés comme incapables – en raison de de leur âge – de donner leur libre et plein consentement. Qu'il concerne les filles ou les garçons, l**e mariage d'enfant est une violation des droits humains**.
Les adolescentes mariées, soit 14.2 millions de filles de moins de 18 ans par an, sont celles qui sont le plus exposées aux **grossesses précoces**, à la violence de leur partenaire et encourent le risque de ne pas sortir de la pauvreté, notamment du fait de l'interruption de leur éducation. Les mariages précoces sont associés à de multiples conséquences négatives : abandon de la scolarité et grossesses adolescentes, mais aussi violences conjugales et mortalité infantile.

La dot désigne les prestations, en biens ou en services, fournies par un prétendant, avec l'appui des siens, en reconnaissance du don constitué par la femme qui lui est accordée en mariage.
L'augmentation de la dot peut parfois poser certains problèmes :

- **Aspect social :** les femmes sont accaparées par les hommes disposant d'une situation économique privilégiée, qui sont souvent les plus âgés. La majorité des jeunes gens n'ont pas la possibilité matérielle de se marier lorsqu'ils seraient en âge de le faire. Le fait que la dot soit élevée peut également occasionner des grossesses hors mariage.
- **Aspect économique :** la femme tend de plus en plus à être considérée comme une marchandise et la dot, autrefois témoin symbolique d'une alliance entre clans, apparaît de plus en plus comme un prix. Ce prix ne cesse de s'élever dans la mesure même ou s'accroissent les revenus de la population. Le risque de la dot est de favoriser le mariage précoce comme stratégie économique pour la famille : c'est un moyen qui leur permet d'avoir des revenus. Certains hommes se sentent propriétaires de leur épouse puisqu'ils ont payé pour elles. Le paiement de la dot peut parfois retirer aux femmes la légitimité pour imposer leurs décisions et aggraver les risques de violence domestique.

« L'histoire de Mariama (Dosso, Niger)

Dans la tradition Touareg, on n'informe pas les filles de leur futur mariage. Elles le découvrent le jour même. On leur dit juste « sois prête, nous allons dans la maison de ton époux (…), j'ai contacté le futur mari de Mariama et je lui ai dit : je suis prête à vous donner la main de ma fille, j'ai peur qu'on salisse son honneur ou qu'elle soit mise enceinte par un étranger (…). Ses sœurs aînées avaient son âge quand elles se sont mariées ».
Ramatou, la mère de Mariama
C'est ainsi que Ramatou a accepté la dot de 100 000 FCFA soit 150€, du futur marié, commerçant âgé de 25 ans environ.

Mariama est une adolescente de 13 ans qui aime assez l'école, d'ailleurs elle est 4ème de sa classe. La nouvelle de son futur mariage l'a fait fondre en larmes. « Mes parents ne me l'ont même pas annoncé », dit l'adolescente perplexe. « Je suis triste depuis que j'ai appris que j'allais me marier. Je ne mange plus comme avant. Je ne dors plus car j'y pense tout le temps. Je ne sors même plus car j'ai l'impression que tout le monde observe la « jeune mariée ».

En effet, Mariama avait dû abandonner l'école suite aux commentaires de l'instituteur et des autres élèves qui l'appelaient la « jeune mariée ». Un juge a interdit le mariage de Mariama. Les autorités locales ont aidé Ramatou a remboursé une partie de la dot. Une médiation a été effectuée auprès des enseignants et élèves de l'école de Mariama pour que les moqueries cessent à l'école. Depuis, Mariama a passé l'examen d'entrée au 1er cycle du secondaire et va désormais continuer sereinement ses études. Elle explique : « si je finis ma scolarité, j'aimerais devenir juge ».

Scarification[1]
La pratique de la scarification consiste à pratiquer des incisions superficielles sur la peau à l'aide de pierres, de verre ou de couteaux. Ces scarifications sont indélébiles : la peau est perforée et incisée puis la plaie, en cicatrisant, forme un motif.
Les cicatrices sont autant de manières d'exprimer une identité, que ce soit l'appartenance à une communauté, le passage à l'âge adulte, un rituel de passage à l'âge adulte ou une connexion avec un groupe spirituel.

La scarification est de moins en moins pratiquée, mais certaines personnes souhaitent préserver la tradition en portant les marques de leurs ancêtres. Pour d'autres, les traditions peuvent être sauvegardées autrement- grâce aux langues, à la danse, aux cérémonies d'initiation et à l'architecture.
Les conseils officiels recommandent d'utiliser de nouvelles lames stérilisées pour chaque scarification, afin d'éviter d'être contaminés par des maladies comme le tétanos et le VIH-Sida.

Dépigmentation[2]
Certaines personnes ont recours à la dépigmentation volontaire pour éclaircir la teinte naturelle de leur peau. Cette pratique repose sur l'usage de produits détournés de leur usage médical, de contrefaçons de médicaments ou de produits éclaircissants illicites, contenant le plus souvent des dermocorticoïdes d'activité très forte, de l'hydroquinone, voire des dérivés contenant du mercure.

Risques liés à la dépigmentation volontaire :
►Maladies de peau (complications les plus fréquentes)

- Apparition ou aggravation d'infections de la peau (gale, mycoses, infections bactériennes…) pouvant être très sévères
- Apparition ou aggravation d'une acné parfois très sévère
- Vergetures larges, très inesthétiques et irréversibles
- Amincissement de la peau à l'origine de problèmes de cicatrisation
- Troubles de la pigmentation parfois définitifs (apparition de "taches" claires ou foncées)

►Autres maladies
Risque accru d'hypertension artérielle, de diabète, de complications rénales et neurologiques

►Risques toxiques
Chez la femme enceinte ou allaitante pour l'enfant

Mutilations Génitales Féminines[3]
Cf Atelier 3 du Mois 3 sur les pratiques néfastes

A VOUS DE JOUER !

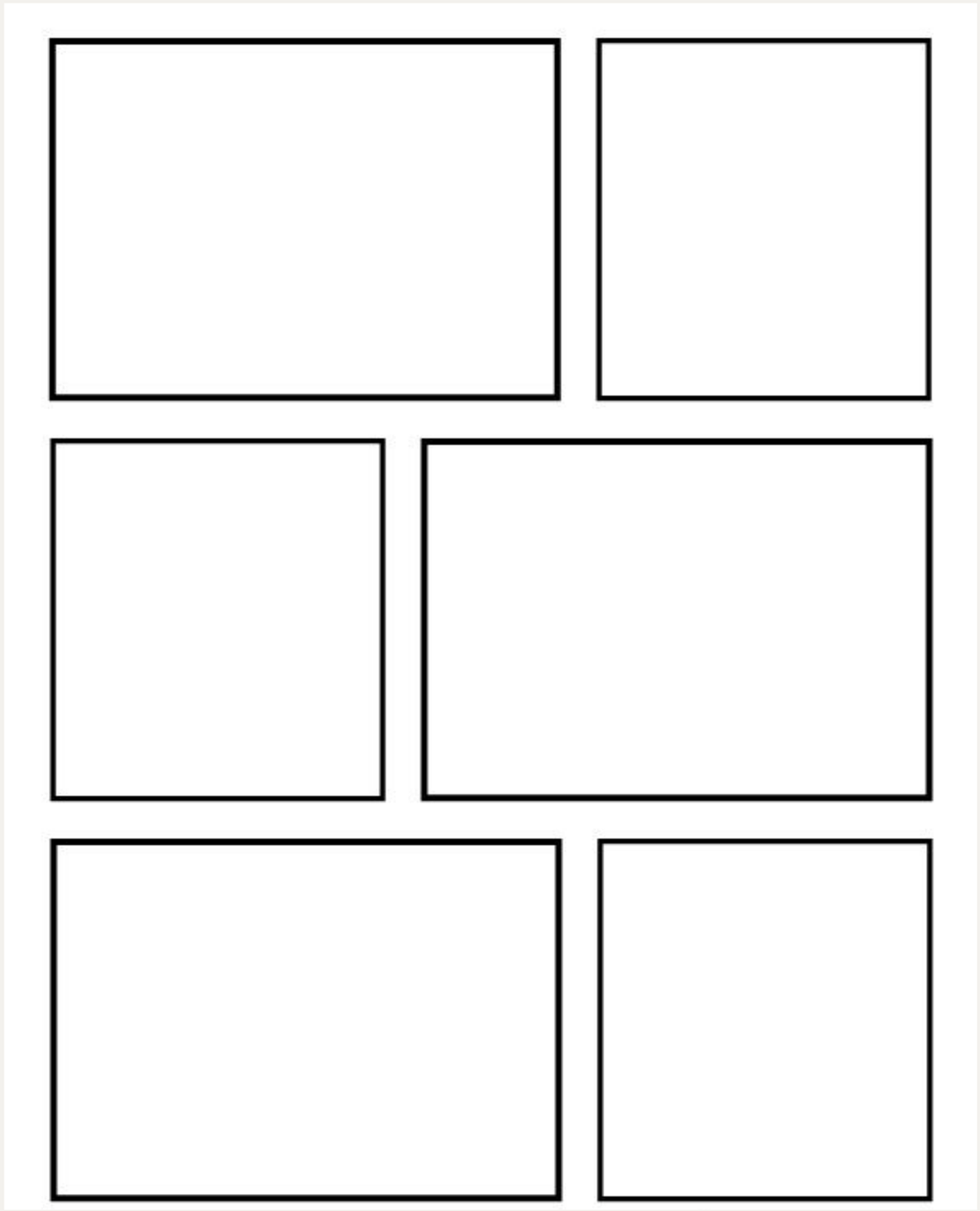
QUELLES SONT LES RICHESSES DE VOTRE PAYS ET DE VOTRE CULTURE ?

1 https://www.cnrtl.fr/definition/coutume
2 https://www.cairn.info/revue-pensee-plurielle-2009-2-page-97.htm#
Dictionnaire d□économie et de sciences sociales, La Tipografica Varese, octobre 2004, p. 201-202
Rapport - Faire reculer le mariage précoce par l'éducation des filles, Plan International, 2013
https://www.banquemondiale.org/fr/news/immersive-story/2017/08/22/educating-girls-ending-child-marriage
Georges Thines et Agnès Lempereur, Dictionnaire général des sciences humaines, Paris, Éditions universitaires, 1975 (17 X 25 cm), 1034 pages
http://horizon.documentation.ird.fr/exl-doc/pleins_textes/divers12-04/22526.pdf

1 https://www.bbc.com/afrique/region/2014/06/140617_reportage-leila
https://www.huffingtonpost.fr/2014/09/27/tradition-scarification-afrique-ouest-projet-photographique_n_5892248.html
https://www.lepoint.fr/culture/en-images-joana-choumali-haabre-derniere-generation-de-la-scarification-en-afrique-02-09-2014-1859626_3.php
2 https://www.ansm.sante.fr/Dossiers/Securite-des-produits-cosmetiques/Risques-lies-a-la-depigmentation-volontaire/(offset)/2

3 https://www.ansm.sante.fr/Dossiers/Securite-des-produits-cosmetiques/Risques-lies-a-la-depigmentation-volontaire/(offset)/2

ANNEXE 2 :
FEUILLES A4 IMPRIMÉES AVEC 6 CASES POUR LES HISTOIRES SOUS FORME DE BANDES DESSINÉES



MOIS 5 : CULTURE DE LA PAIX
THÈME : COMMUNICATION ET INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE

OBJECTIFS :
- Apprendre à reconnaître les émotions
- Comprendre l'influence que peuvent avoir les émotions sur la communication interpersonnelle pour mieux les gérer en fonction des situations

MOIS 5 : ATELIER 4/7
DURÉE : 3H

ETAPES	METHODOLOGIE	DUREE
1) Feuille de présence	Recueillir la signature de tous les participants	5 min
2) Accueil par un jeu d'intégration : « Le ballon anti-souci »	L'animateur explique qu'il va proposer une activité pour se vider la tête et se détendre. • S'installer confortablement et fermer les yeux, • Observer sa respiration, son rythme, son amplitude, les mouvements de notre ventre, les bruits que l'on entend, • S'imaginer dans un paysage agréable, • Imaginer sortir de sa poche un ballon dans lequel nous pouvons souffler tous nos soucis, préoccupations, tensions, • Souffler dans ce ballon imaginaire en faisant le son. On peut s'imaginer sentir les parois se gonfler sous nos doigts au fur et à mesure que nous y déversons les contrariétés, • Quand on le sent, imaginer fermer ce ballon d'un nœud solide et l'envoyer vers le ciel. Porté par le vent, l'observer jusqu'à ce qu'il devienne un point minsucule, • Porter attention à nos ressentis : peut-être de la légereté, une respiration plus libre. • Inviter les adolescents à décrire les émotions qu'ils ont ressenti pendant ce temps	10 min
3) Rappel du dernier atelier	Les volontaires sont invités à présenter le dernier atelier sur *les us et coutumes.*	5 min
4) Choisir le leader du jour	Choisir le leader du jour de façon aléatoire parmi les participants. Le leader change à chaque session, alternant garçon et fille.	5 min
5) Thématique **C'est quoi les émotions ?**	L'animateur demande aux participants : - Qu'est-ce qu'est une émotion ? - Pouvez-vous en citer quelques-unes ? - Vous rappelez-vous dans quelles circonstances vous les avez éprouvées ? L'animateur peut compléter et lister les émotions citées sur un paperboard en s'inspirant de l'***annexe 1***.	30 min
Comment et à quoi peut-on reconnaître une émotion ?	Présenter des images de visages ***(annexe 2)***, chaque visage représente une émotion particulière et facilement reconnaissable. Il demande ensuite aux jeunes : - De nommer l'émotion recconue, - D'identifier les éléments du visage qui permettent de reconnaître l'émotion, - S'il leur est déjà arrivé de vivre cette émotion et dans quelle circonstance, - De mimer l'expression et d'expliquer ce que ça fait à l'intérieur de nous. Toutes les nouvelles émotions nommées sont ajoutées dans la liste du début.	30 min
6) Exercice pratique Jeu de simulation	Les ados reçoivent une même situation à mettre en scène ***(annexe 3)***, chacun avec une émotion différente à exprimer (sur le ton de la colère, sur le ton de la tristesse, …) **Discussion :** • Comment perçoit-on les émotions chez les autres ? (Importance du para-verbal) • Si j'étais à leur place, quelle serait ma réaction ? (empathie) • Quel est l'impact des émotions sur la communication avec les autres ? • En quoi les émotions peuvent être un frein pour le dialogue ? • Quelles sont les bonnes/mauvaises pratiques ?	1h
7) Evaluation de la session	Chaque adolescent est invité à donner ses impressions sur la session, ce qu'il a appris, ce qui a été important et comment améliorer. Les animateurs partagent également ce qu'ils ont aimé et moins aimé.	10 min
8) Présentation du prochain atelier	Présentation par l'animateur : atelier sur *la communication non violente*. L'animateur invite tous les participants à se saluer avant de partir.	5 min

Matériel nécessaire :
- Des feuilles A3 et des marqueurs, du scotch
- Des feutres et crayons de toutes les couleurs

Documents supplémentaires :
- La feuille de présence Apprendre à reconnaître ses émotions ***(annexe 1)***
- Images de visages avec différentes émotions ***(annexe 2)***
- Jeu de simulation et informations complémentaires ***(annexe 3)***
- Informations complémentaires ***(annexe 4)***

ANNEXE 1 :
APPRENDRE À RECONNAITRE SES ÉMOTIONS[1]

Face à un événement, une émotion est une réaction automatique qui se traduit par des sensations physiques. Une émotion peut générer des sentiments ou des états affectifs associés. Connaître ces derniers permettra aux enfants et adultes de reconnaître et nommer l'émotion qui les habite.

1. La peur
La peur signale la présence d'un danger, réel ou imaginaire. La peur protège et entraîne plusieurs stratégies pour faire face à la menace : fuite, attaque ou sidération.
Les réactions corporelles de la peur se traduisent par un afflux de sang dans les muscles (pour courir plus vite, avoir plus de force…), une montée d'adrénaline (pour augmenter la puissance) et une accélération du rythme cardiaque (pour préparer à l'effort).

2. La colère
La colère surgit quand ce qui est essentiel pour nous est menacé, quand on essaie de nous imposer quelque chose, que notre territoire est envahi. Mais la colère n'est pas synonyme d'agressivité : l'agressivité est seulement une expression (inappropriée) de la colère.
La colère déclenche une concentration d'énergie.

3. La tristesse
La tristesse est un retour au calme, un retour à soi. Le retour au calme donne le temps nécessaire pour intégrer l'événement douloureux, l'élaborer, pour se régénérer, trouver de nouveaux repères et reprendre le cours de la vie.
La tristesse se traduit par un ralentissement du rythme du corps.

4. Le dégoût
Le dégoût permet de ne pas accepter ce qui n'est pas bon pour nous, de ne pas avaler n'importe quoi.
Le dégoût se traduit par une sensation de nausée.

5. La surprise
La surprise prépare au changement.
Elle se traduit par un élargissement des perceptions visuelles et auditives grâce à la mobilisation rapide et concentrée des neurones.

6. La joie
La joie augmente l'énergie disponible et le bien-être.
Elle se traduit par la sécrétion d'hormones du plaisir (ocytocine, endorphine…) qui développent l'optimisme.

A quoi servent les émotions ?

Pour Jeanne Siaud-Facchin, les émotions sont des guides fidèles. Ce sont elles qui nous mettent en action et sont indispensables à la vie humaine car elles nous aiguillent sur la réaction la mieux adaptée à notre environnement.
Une émotion est à considérer comme une réaction du corps à un stimulus : elle nous indique la nature de la situation (la présence d'un danger éventuel, une souffrance, une réjouissance…) et comment il convient d'y répondre.

Il n'existe pas à proprement parler d'émotions négatives ou positives. Toutes les émotions ont une fonction. C'est ce que l'on va donner comme sens à l'émotion qui en fera une émotion agréable ou désagréable. Toutes les émotions ont une valeur importante, sans connotation.

Jeanne Siaud-Facchin

1 *Tout est là, juste là : Méditation de pleine conscience pour les enfants et les ados aussi de Jeanne Siaud-Facchin (éditions Odile Jacob)*
Atelier « Emotion à travers des traits » conçu et réalisé par Herminie GAUTIER, art-thérapeute, intervenante arts plastiques/couture et créatrice : http://gautierherminie.wix.com/artsenformes

ANNEXE 2 :
IMAGES DE VISAGES AVEC DIFFÉRENTES ÉMOTIONS

ANNEXE 3 : JEU DE SIMULATION

Les différents groupes doivent jouer la saynète suivante :

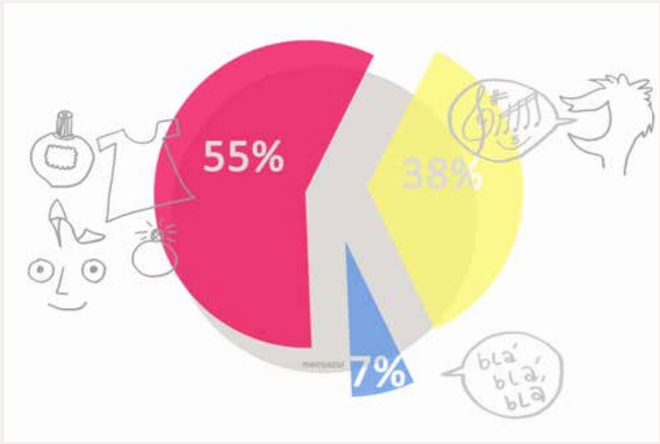
Deux personnes se rencontrent dans la rue.
Elles ne s'étaient pas vues depuis longtemps.
L'une revient du marché et l'autre part à l'école.
Elles engagent la conversation.

Chaque groupe imagine la conversation avec une émotion différente à exprimer : la joie, la peur, la colère et la tristesse.

ANNEXE 4 : INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES[1]

L'importance du para-verbal et l'influence de l'émotion sur notre communication : 38% de votre communication orale repose sur le para-verbal (rythme, volume, intonations, etc) et 55% de votre message s'appuie sur le non-verbal (positions, gestes, etc).

Qu'est-ce que l'empathie ?
L'empathie est la capacité de ressentir les émotions, les sentiments, les expériences d'une autre personne ou de se mettre à sa place. Cette attitude nécessite un effort de compréhension intellectuelle d'autrui.



Daniel Goleman définit l'intelligence émotionnelle comme « une forme d'intelligence sociale qui suppose la capacité à contrôler ses sentiments et émotions et ceux des autres, à faire la distinction entre eux et à utiliser cette information pour orienter ses pensées et ses gestes ».

Il a mis en avant cinq qualités pour définir l'intelligence émotionnelle, à savoir :
- la conscience de soi,
- le contrôle/maîtrise de soi,
- l'empathie
- la motivation,
- et les aptitudes sociales / la maîtrise des relations humaines.

1 https://www.lefigaro.fr/societes/l-intelligence-emotionnelle-jugee-importante-par-les-recruteurs-20190517 http://ei.yale.edu/wp-content/uploads/2014/06/pub153_SaloveyMayerICP1990_OCR.pdf : Salovey, P. & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. Imagination, Cognition, and Personality, 9, 185-211 https://apprendreaeduquer.fr/developper-lintelligence-emotionnelle-des-enfants-a-lecole/

MOIS 5 : CULTURE DE LA PAIX
THÈME : LA COMMUNICATION NON VIOLENTE

OBJECTIFS :
- Acquérir des comportements bienveillants en communication, en pratiquant l'écoute active
- Pratiquer la communication non violente
- Améliorer les aptitudes au dialogue et à l'empathie

MOIS 5 : ATELIER 5/7
DURÉE : 3H

ETAPES	METHODOLOGIE	DUREE
1) Feuille de présence	Recueillir la signature de tous les participants	5 min
2) Accueil par un jeu d'intégration : « Téléphone sans fil collaboratif »	En cercle, un volontaire pense à un mot et le dit dans l'oreille de son voisin de droite qui le répète à son voisin de droite en y ajoutant un mot, et ainsi de suite jusqu'au dernier qui doit répéter toute la phrase qu'il vient d'entendre à voix haute. Se concerter pour voir si tous les mots ont correctement été transmis. Le message final est souvent très différent des mots transmis. Réflexion autour de la communication et ses problèmes : • Pourquoi y'a-t-il une différence entre la phrase de départ et la phrase finale ? • Avez-vous vécu cette situation en réalité ?	10 min
3) Rappel du dernier atelier	Les volontaires sont invités à présenter le dernier atelier sur *la communication et l'intelligence émotionnelle.*	5 min
4) Choisir le leader du jour	Choisir le leader du jour de façon aléatoire parmi les participants. Le leader change à chaque session, alternant garçon et fille.	5 min
5) Thématique « Mauvaise écoute » et écoute active **Communication et écoute**	En trinôme, chaque adolescent essaie une situation de « mauvaise écoute » et une situation d'écoute active ***(annexe 2)***. Dans chaque groupe, une première personne va parler pendant 2 minutes. Cette personne, parle de quelque chose qui l'inquiète ou la dérange. Choisir un sujet qui n'est pas confidentiel. Parler de son espoir, sa colère, son inquiétude, son humiliation ou anxiété. Sans que la 1ère personne le sache, la deuxième personne pratiquera la « mauvaise écoute » tandis que la troisième observera. Reproduire le même scénario fois mais cette fois-ci en « écoute active ». A la suite des 3 situations de « mauvaise écoute » puis d'écoute active, le trinôme réfléchit aux questions suivantes : • Que pensez-vous de cette conversation ? Vous a-t-elle paru satisfaisante et efficace ? • Quels comportements d'écoute verbaux et non verbaux avez-vous observés ? L'animateur prépare les jeunes avant l'atelier et explique les règles du jeu : une fille et un garçon ne s'entendent pas sur la religion (l'Islam et le Christianisme). Chacun d'eux pense que sa religion est la meilleure, la tension est très vive, un troisième apparait pour les aider à s'entendre. La scène dure 5 min, les acteurs repartent dans les coulisses. Le meneur du jeu les réinvite pour rejouer la même scène. Les jeunes qui le souhaitent peuvent contribuer en demandant la parole pour remplacer un acteur de leur choix. A la fin l'animateur relance les échanges sur les questions suivantes : • Quelles sont, selon vous, les causes de ce conflit ? • A partir de vos observations, quelles sont les clés pour désarmorcer un conflit ? • Quels sont les comportements et paroles qui ont conduit au conflit ? • Que proposeriez-vous pour mieux gerer ce conflit ?	30 min 45 min
6) Exercice pratique La Communication Non Violente (CNV)	L'animateur demande : lorsque nous sommes en situation de communication, que ressent-on quand : • Nous sommes interrompus ou pas entendus ? • Nous avons l'impression que l'autre essaie de dominer la conversation ? • Nous recevons des messages non verbaux négatifs, comme un froncement de sourcils ? L'animateur récapitule les comportements verbaux et non verbaux qui ont été observés. Il explique qu'en situation de tension, l'écoute est un élément important. Il rappelle le rôle des émotions et présente la méthode la Communication Non Violente (définition ***annexe 1)***.	20 min
	Demander à 4 volontaires de mettre en scène le même dialogue ***(annexe 3)***, une version étant en langage courant, l'autre étant en langage CNV. A l'issue de la 1ère version du dialogue en langage courant, il peut également être intéressant de demander aux participants de proposer une version improvisée en langage CNV, avant de mettre en scène la version 'officielle'. Demander aux volontaires de s'exprimer sur leur ressenti. Proposer 4 situations ***(annexe 4)*** et demander à chacun de s'exercer à formuler une demande en langage CNV avec son voisin (2 situations par personne) en s'appuyant sur le « bonhomme OSBD » et le baromètre des sentiments ***(annexe 5)***.	45 min
7) Evaluation de la session	Chaque adolescent est invité à donner ses impressions sur la session, ce qu'il a appris, ce qui a été important et comment améliorer. Les animateurs partagent également ce qu'ils ont aimé et moins aimé.	10 min
8) Présentation du prochain atelier	Présentation par l'animateur : *atelier libre préparé par les adolescents*. L'animateur invite tous les participants à se saluer avant de partir.	5 min

Matériel nécessaire :
- Des feuilles A3 et des marqueurs, du scotch

Documents supplémentaires :
- La feuille de présence Définitions ***(annexe 1)***
- Ecoute active ***(annexe 2)***
- Situations pour jeu de rôles langage courant vs langage CNV ***(annexe 3)***
- Exemples de situations pour s'exercer à formuler une demande en CNV ***(annexe 4)***
- Baromètre des sentiments, roue des besoins humains et bonhomme OSBD ***(annexe 5)***

ANNEXE 1 : DÉFINITIONS[1]

Il existe différents styles et aptitudes de communication :
- La tradition orale et expressive varie d'une culture à l'autre
- Les styles de communication dépendent aussi du tempérament individuel de la personne et du style appris pendant l'enfance.
- Les normes de genre affectent souvent la capacité d'une personne à communiquer et son style. Les hommes et les femmes peuvent communiquer de manière différente.
- Renforcer ses aptitudes à la communication aide à transmettre clairement opinions, besoins et sentiments.
- On peut apprendre à communiquer efficacement et sans gêne par-dessus les cultures et autres obstacles.

La communication est claire quand le message qu'une personne entend transmettre est identique à celui que l'autre comprend.

10 conditions d'une bonne communication

1. Parler calmement, sans agressivité.
2. Parler une personne à la fois.
3. Ecouter l'autre sans l'interrompre.
4. Avoir un langage respectueux des avis qui peuvent être différents des nôtres.
5. Avoir une écoute attentive.
6. Utiliser une expression qui nous implique en utilisant le « je » et en évitant le « tu » qui accuse.
7. Faire preuve de compréhension pour l'autre, d'empathie.
8. Vérifier ses doutes en utilisant la reformulation : « Dans ce que tu me dis, je comprends … »
9. Accepter les silences.
10. Choisir le bon moment et le bon endroit pour se parler.

Qu'est-ce que l'écoute active ?

L'écoute active, sans jugement, peut enrichir la communication. Quand on écoute, il est utile :
- D'essayer de comprendre la personne qui parle,
- De valider la personne qui parle en disant, par exemple « je comprends », ou « en effet »,
- D'établir le contact visuel, en regardant la personne dans les yeux,
- De donner des signaux non verbaux positifs, tels qu'un sourire, un signe de la tête, etc.
- De demander plus de détails ou d'explications.

1 Un seul programme – Guide pour une approche pédagogique unifiée de la sexualité, du genre, du VIH et des droits humains, 2011

Qu'est-ce que la Communication Non Violente (CNV) ?

- Partant du postulat que les êtres humains par agent les mêmes besoins fondamentaux et possèdent tous une capacité naturelle à se montrer bienveillant, Marshall Rosenberg a élaboré dans les années 70 cette méthode de communication en 4 étapes, fondée sur l'écoute et l'expression des besoins.
- Le fait de tous partager les mêmes besoins permet une meilleure compréhension et acceptation de l'autre.
- Elle repose sur l'écoute de soi-même et des autres afin de prendre en compte et d'exprimer les sentiments de chacun. L'empathie est une dimension centrale de la méthode CNV.

ANNEXE 2 : EXERCICE D'ECOUTE ACTIVE

Situation de « mauvaise écoute »

Si vous parlez :
développez ce qui vous inquiète ou dérange. Réagissez à la manière dont votre partenaire vous écoute. S'il vous semble qu'il ou elle ne vous écoute pas, montrez votre frustration, haussez la voix ou réagissez de la manière qui vous semble la plus naturelle dans ce genre de situation. Si l'autre vous écoute attentivement et avec respect, comportez-vous en conséquence.

Si vous écoutez :
vous êtes un exemple de MAUVAISE ECOUTE. Démontrez-en les caractéristiques. Votre tâche est d'adopter autant de comportements verbaux et non verbaux négatifs que possible dans la liste ci-dessous :

Comportements non verbaux :

- Froncements des sourcils,
- Air dédaigneux, roulement des yeux,
- Hochement de la tête comme pour dire non,
- Impatience – regard ou mouvement d'éloignement, signes d'ennui, indifférence, bâillements

Comportements verbaux :

- Interruption de l'interlocuteur, réorientation de la conversation sur vous-même ou changement de sujet,
- Expression de jugements négatifs de l'interlocuteur (tels que « que non ! » ou « c'est idiot : »)
- Si vous observez : listez les comportements verbaux et non verbaux que vous observez.

ANNEXE 3 : SITUATIONS POUR JEU DE RÔLES LANGAGE COURANT VS LANGAGE CNV

Contexte :
Nous sommes au Parcours Citoyen avec les jeunes de 14 à 18 ans. Oumar, un adolescent du groupe s'absente souvent aux ateliers éducatifs. Un jour, l'animatrice Maimouna le rencontre sur le chemin, l'intercepte et commence à discuter avec lui.

Scène 1 : dialogue en langage courant

- Maimouna : « Bonjour Oumar »
- Oumar : « Bonjour Maimouna »
- Maimouna : « Pourquoi tu ne viens pas aux ateliers éducatifs du parcours ?»
- Oumar : « Est-ce que je suis obligé de venir ? Tu fais la police derrière moi ? »
- Maimouna : « Alors, pourquoi tu es venu t'inscrire si tu ne veux pas venir aux ateliers ? »
- Oumar : « Ah laisse-moi tranquille !!!!!! »
- Maimouna : « Tu vas voir, on va supprimer ton nom de la liste… »

Scène 2 : dialogue en langage CNV

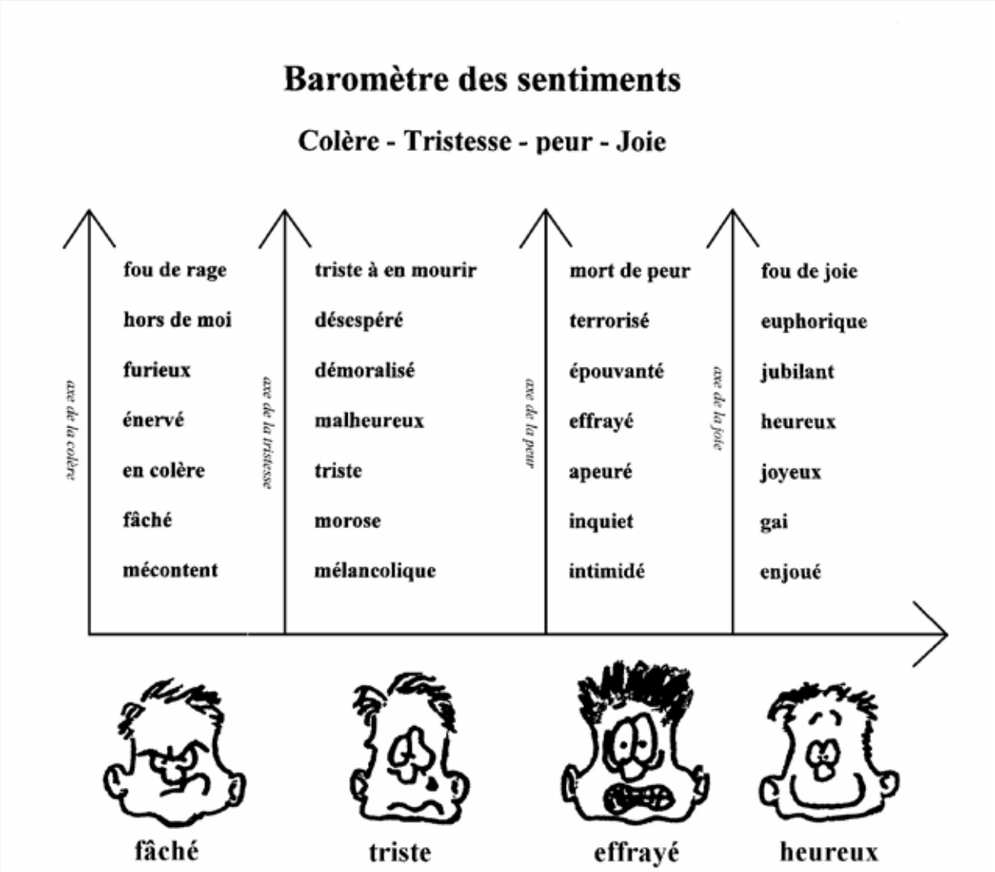
- Maimouna : « Bonjour Oumar »
- Oumar : « Bonjour Maimouna »
- Maimouna : « Comment vas-tu ? Ces derniers temps, tu ne viens plus aux ateliers du parcours, qu'est ce qui ne va pas ? »
- Oumar : « Vraiment Maimouna, ces derniers temps, on a des cas de décès dans la famille, et parfois il y a des travaux à faire à la maison aussi donc… »
- Maimouna : « Ah ok ! Mais tu te rappelles qu'au PC, 4 absences égal à un renvoi ? En plus on a besoin de toi pour toutes les activités ! »
- Oumar : « Oui c'est vrai, mais parfois ce sont des situations qui nous obligent à s'absenter. »
- Maimouna : « Je comprends. Essaie de faire ton maximum pour être là pour toutes les activités avec le groupe. Vraiment tu nous manques dans le groupe. Prochainement, s'il t'arrive de t'absenter, informe-moi ou un autre animateur.»
- Oumar : « D'accord merci. J'essaierai d'être présent à l'atelier prochain… »
- Maimouna : « Au revoir et prends soin de toi. »

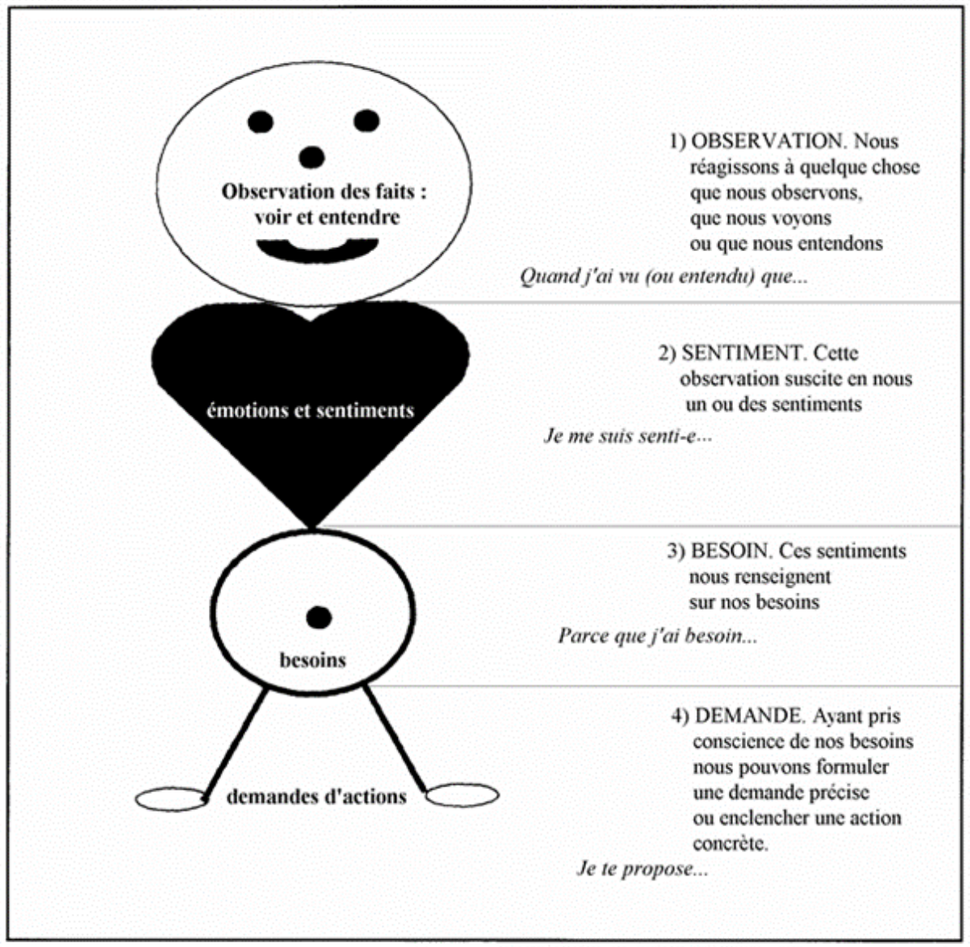
Quelle version préférez-vous ? 😉

ANNEXE 4 : EXEMPLES DE SITUATIONS POUR S'EXERCER À FORMULER UNE DEMANDE EN CNV

1. Aujourd'hui, tu as un atelier avec le Parcours Citoyen. Tu es en retard et tes parents te demandent de participer maintenant aux tâches ménagères. Tu leur dis : « … »
2. Tes parents ne veulent pas que tu participes au Parcours Citoyen. Tu leur dis « … »
3. Tu es à une soirée avec ta copine. Tu la vois parler longtemps avec un autre garçon. Tu lui dis : « … »
4. Ton copain s'est moqué de toi devant votre groupe d'amis. Tu lui dis « … »
5. Situation libre issue de votre expérience

ANNEXE 5 : BAROMÈTRE DES SENTIMENTS,ROUE DES BESOINS HUMAINS ET BONHOMME OSBD (OBSERVER – SENTIMENT – BESOIN – DEMANDER)





Dessin tiré de : Devenir son propre médiateur, Joëlle Timmermans-Delwart, Chronique Sociale, 2004 p. 64

1. **La première étape** consiste à observer et décrire une situation de manière objective et sans jugement.
   ►Ainsi, l'observateur ne dira pas « tu es en retard » mais « nous avions rendez-vous à 13h, il est 13h30 ». Une telle formulation évite à l'autre interlocuteur de se sentir agressé.

2. **La deuxième étape** est centrée sur les sentiments : il s'agit de formuler ce que l'on ressent véritablement face à une situation.
   ►« Je suis en colère », « je suis vexé »

3. Vient ensuite l'expression du besoin tel que la sécurité, l'intimité, la distraction, le repos ou encore l'autonomie. L'enjeu est ici d'identifier le besoin caché derrière le sentiment.
   ►« J'ai besoin d'être respecté », « j'ai besoin d'être accepté avec mes maladresses ».

4. Enfin, la dernière étape propose de formuler une action concrète, précise, réalisable et satisfaisant toutes les parties. Le dialogue, maintenu ainsi ouvert, favorise la coopération pour apporter une solution.
   ►« On répare ensemble le vaisselier ? », « On va jouer ensemble au ballon ? »

Lors du 1er atelier du mois 5, les animateurs auront proposer aux adolescents de choisir un thème pour ce 6ème atelier. Cette session est donc consacrée à un atelier dont le thème aura été préalablement choisi par les adolescents. Les animateurs les auront accompagnés dans la préparation de l'atelier qui suit toutes les étapes d'un atelier classique. Les jeunes pourront ensuite proposer de l'animer au sein d'une association de quartier, d'une école, ou d'un autre groupe du Parcours Citoyen.

MOIS 5 : CULTURE DE LA PAIX
THÈME : LIBRE – MENÉ PAR LES ADOLESCENTS

OBJECTIFS :
- Mettre les adolescents en situation d'animation
- Stimuler leur proactivité et leur créativité
- Aborder ou approfondir un thème qui leur semble important et/ou qui n'a pas été abordé ou suffisamment approfondi au cours du PC

MOIS 5 : ATELIER 6/7
DURÉE : 3H

ETAPES	METHODOLOGIE	DUREE
1) Feuille de présence	Recueillir la signature de tous les participants	5 min
2) Accueil par un jeu d'intégration	.....	10 min
3) Rappel du dernier atelier	*Les volontaires sont invités à présenter le dernier atelier sur la communication non violente.*	5 min
4) Choisir le leader du jour	Choisir le leader du jour de façon aléatoire parmi les participants. Le leader change à chaque session, alternant garçon et fille.	5 min
5) Thématique	.....	A définir
6) Exercice pratique	.....	A définir
7) Evaluation de la session	Chaque adolescent est invité à donner ses impressions sur la session, ce qu'il a appris, ce qui a été important et comment améliorer. Les animateurs partagent également ce qu'ils ont aimé et moins aimé.	10 min
8) Présentation du prochain atelier	Présentation par l'animateur : *atelier bilan du PC*. L'animateur invite tous les participants à se saluer avant de partir.	5 min

Matériel nécessaire :
- Des feuilles A3 et des marqueurs, du scotch ou de la Patafix
- A préparer en fonction des besoins

Documents supplémentaires :
- La feuille de présence
- Informations en fonction du thème

MOIS 5 : CULTURE DE LA PAIX
THÈME : BILAN DU PC

OBJECTIFS :
- Faire un bilan personnel des connaissances et compétences acquises dans le cadre du PC
- Mener une réflexion sur son projet de vie
- Evaluer le PC

MOIS 5 : ATELIER 7/7
DURÉE : 3H

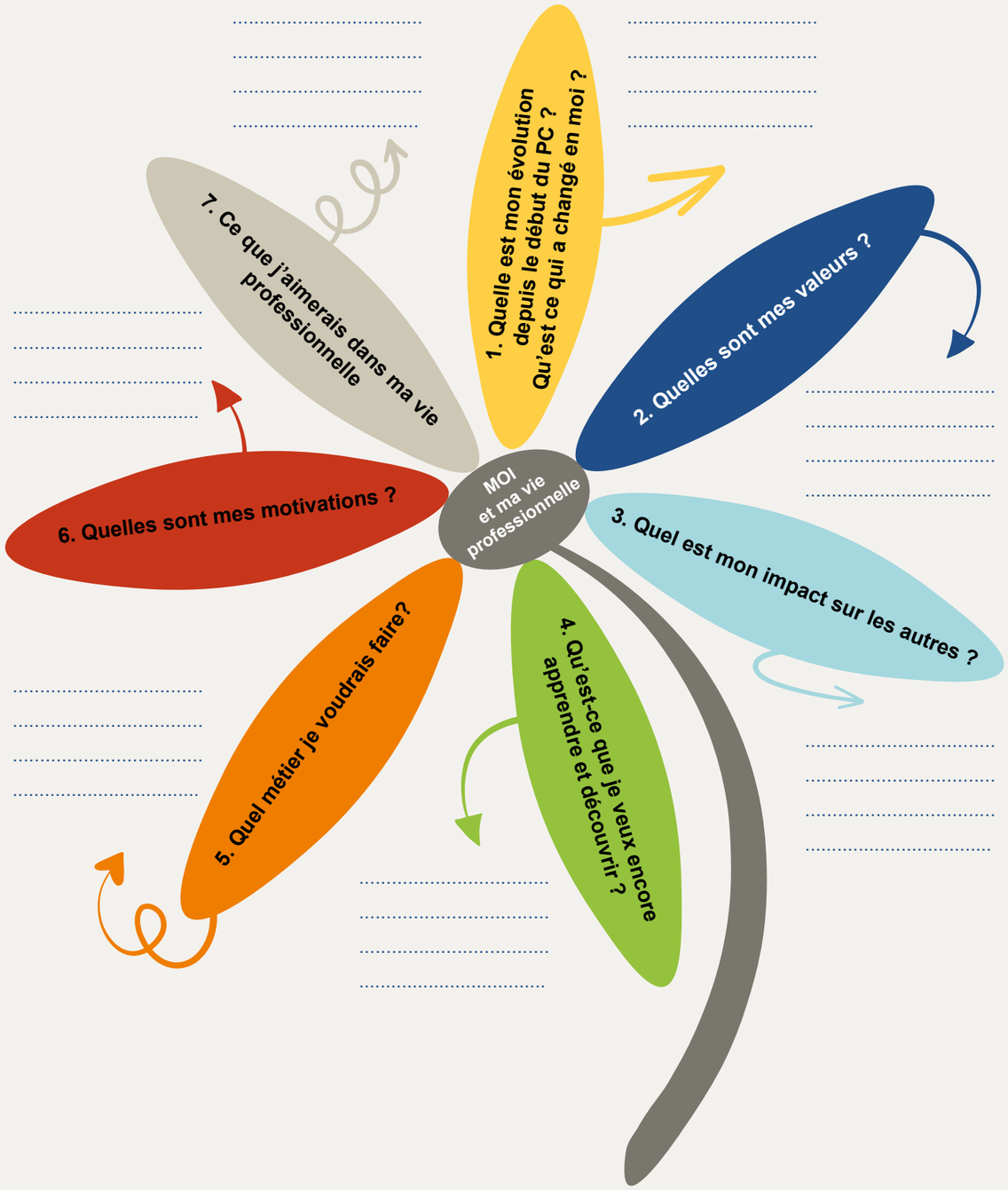
	ETAPES	METHODOLOGIE	DUREE
1)	**Feuille de présence**	Recueillir la signature de tous les participants	5 min
2)	**Accueil par un jeu d'intégration : « Ce que j'ai appris »**	En cercle, les ados se passent la balle. Chaque personne qui a la balle en main doit énoncer un élément (ou une compétence[1]) qu'il a apprise lors du PC. L'animateur prend des notes.	10 min
3)	**Rappel du dernier atelier**	Les volontaires sont invités à présenter le dernier atelier sur le thème de leur choix.	5 min
4)	**Choisir le leader du jour**	Choisir le leader du jour de façon aléatoire parmi les participants. Le leader change à chaque session, alternant garçon et fille.	5 min
5)	**Thématique Bilan du PC**	**Bilan du projet de vie** : Chaque adolescent remplit sa fleur de manière individuelle ***(annexe 1)***. Il répond à chaque question dans l'espace prévu à cet effet. **Bilan du PC** - mur d'expression : l'animateur affiche au mur 6 feuilles de papier géant préalablement préparé sur lesquelles les adolescents sont invités à s'exprimer par écrit sur les questions suivantes : • Qu'est-ce que vous avez appris durant le PC ? • Qu'est-ce qui vous a marqué ? • Quelles activités avez-vous aimé ? moins aimé ? • Quels ateliers thématiques avez-vous aimé ? moins aimé ? • Comment pouvons-nous améliorer le PC ? • Qu'est-ce que vous aimeriez faire ensuite ?	35 min 30 min
6)	**Exercice pratique Les post-tests**	L'animateur distribue les post-tests aux adolescents afin qu'il puisse faire l'exercice. L'animateur précise bien que cette évaluation ne sera pas notée ou sanctionnée mais permettra aux jeunes ainsi qu'aux animateurs de se rendre compte de l'évolution des connaissances et du comportement des adolescents.	45 min
7)	**Conclusion**	Chaque ado reçoit une feuille A3, qui représente un cartable, qu'il colle dans son dos, et tous les autres sont invités à y inscrire un petit mot bienveillant retraçant le PC. L'animateur fait une photo de groupe avec tous les participants et les invite à se saluer avant de partir	30 min 10 min

Matériel nécessaire :
- Du papier ou un cahier, un stylo pour chaque participant
- Des feuilles A3 et des marqueurs, du scotch ou de la Patafix

Documents supplémentaires :
- La feuille de présence
- Les post-tests
- Fleur : Mieux se connaître pour savoir où l'on va ***(annexe 1)***

1 *On peut définir la compétence comme une combinaison de savoirs, savoir-faire et savoir-être mis en pratique dans un contexte particulier et dont les résultats peuvent être évalués au moyen de preuves.*

ANNEXE 1 :
FLEUR- MIEUX SE CONNAÎTRE POUR SAVOIR OÙ L'ON VA



Conclusion

« Le PC : plaidoyer pour une généralisation ? »

Cette nouvelle version du manuel du « Parcours Citoyen » qui fait suite à la première de 2012 est la résultante d'un processus de questionnement permanent des équipes et partenaires d'ESSOR tant au siège que sur le terrain. De nouveaux thèmes y sont abordés en lien avec les contextes locaux (violences faites aux femmes et aux enfants, par exemple)- ou pour proposer quelques clés permettant à ces jeunes de construire leurs projets de vie dans un environnement socio-économique peu favorable.

Depuis 2011 ce sont près de 10 000 adolescentes et adolescents de 14 à 18 ans qui ont bénéficié pendant 5 mois de ce « PC » comme ils disent. Et depuis les premiers travaux avec les adolescents au « Brésil » en 1992 plus de 25 000 jeunes ont bénéficié de cette pédagogie dans les pays d'intervention D'ESSOR ; Brésil, Tchad, Mozambique, Guinée Bissau et France.

Son efficacité significative sur l'état d'esprit de ces jeunes est difficile à décrire. Les changements de comportements et d'attitudes observés avant et après cette « formation-action » sont « impressionnants » compte tenu de la durée relativement courte de cette formation. Les jeunes tchadiens rencontrés en 2018 lors de l'évaluation du projet, et particulièrement les filles, étaient fiers de partager leurs nouvelles compétences et aptitudes. Mais, fait marquant, ils étaient aussi tous demandeurs d'une suite, d'une continuité (indicateur de succès !), regrettant que cette belle dynamique de groupe s'achève si rapidement.
Nouveauté depuis 2018, à l'issue du Parcours, les jeunes sont invités à intégrer un **Club des Jeunes**. Ils définissent leur plan d'action et chaque mois mettre en place une activité : nettoyage du quartier, sensibilisation sur un thème ... Ils constituent ainsi un relais de citoyenneté important au sein de la communauté mais également en incarnant des modèles positifs pour leurs cadets. Cette ouverture constitue la continuation du Parcours Citoyen et consolide le travail d'empowerment des jeunes, notamment grâce aux nouvelles compétences humaines et sociales qu'ils acquièrent au long de ce processus.

Ambassadeurs de la jeunesse, ils font entendre leur voix et agissent en faveur de de causes qui leur tiennent à cœur, notamment l'égalité hommes-femmes, tout en préparant leur entrée dans la vie active. Précisons également que les jeunes les plus dynamiques et motivés sont formés pour devenir de futurs animateurs du Parcours Citoyen. La relève est ainsi assurée !

Au-delà des témoignages individuels toujours touchants, j'ai été frappé par les dynamiques collectives positives qui se développaient au sein de leur quartier (familles élargies, commerçants, autorités locales…). **L'amélioration de l'estime de soi, le respect de l'autre, la conscience citoyenne constituent** le terreau d'un avenir moins sombre que ce qu'ils avaient connu jusqu'alors. « Nous avons maintenant des perspectives » ! comme me l'a affirmé avec conviction un jeune lors d'un focus groupe.

Si investir sur la jeunesse pour qu'ils agissent au quotidien en vue d'un avenir meilleur vous semble primordial, n'hésitez pas à mettre en pratique (expérimenter ?) ce PC dans vos propres contextes professionnels ou associatifs. Ayant moi-même œuvré 30 ans dans le domaine de l'éducation de base en Afrique, j'aurai aimé bénéficier de ce type d'outil (support, approche ?) pour améliorer l'efficacité des projets de développement réalisés dans et autour de l'école.

Pour en faciliter la mise en œuvre, un manuel de formation de formateurs a été élaboré. Il permettra de transmettre toutes les compétences nécessaires aux animatrices et animateurs bénévoles qui constituent les chevilles ouvrières de ces parcours. Qu'ils soient, à l'occasion de la diffusion par ESSOR de cette version actualisée du PC très sincèrement remerciés pour leur engagement et leur dynamisme.

Yves Richard
Expert en éducation de base
et renforcement de capacités

Bibliographie & Webographie

Bibliographie Mois 1

Children's Voice. (s. d.). L'alphabet des droits et devoirs de l'enfant. UNICEF. RD Congo.

Webographie Mois 1

Iqbal, l'enfant qui n'avait pas peur | UNICEF France. (s. d.). Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse https://my.unicef.fr/contenu/iqbal-lenfant-qui-navait-pas-peur
Matériel à disposition | Objectifs planète durable. Jeu de plateau sur les ODD. (s. d.). Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse https://go-goals.org/fr/materiel-a-disposition/

Bibliographie Mois 2

Brazier E., Watson C. (2010). Vous, Votre vie, Vos rêves : bien réussir votre adolescence. Family Care International, Inc. et Deutsche Stiftung Weltbevölkerung. pp 87-98.
International Sexuality and HIV Curriculum Working Group. (2011). Un seul programme. Guide pour une approche pédagogique unifiée de la sexualité, du genre, du VIH et des droits humains.
ECPAT France/Luxembourg. (2014). Revue des bonnes pratiques : Impliquer les hommes et les garçons dans la lutte contre l'exploitation sexuelle des enfants. pp.22-23.

Ministère de l'Education Nationale, de l'Enseignement Supérieur et de la Recherche. (2017). Education à la sexualité : guide d'accompagnement des équipes éducatives en collège et lycée.

Webographie Mois 2

Alcool, tabac, cannabis : consommation et dépendance chez les jeunes. (s. d.). Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse https://www.mae.fr/article/prevention/19-07-2017/alcool-tabac-cannabis-chez-les-jeunes_44.html
Causes et Conséquences des grossesses précoces. (2016, septembre 23). Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse https://www.plan-international.fr/info/actualites/news/2016-09-23-causes-et-consequences-des-grossesses-precoces
Dcouverte des mtiers. (s. d.). Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse http://a.bouque.eurotech.free.fr/3eme_dp3/dp3_activites/a_decouverte_des_metiers/
Forum Moderator - version drogues | Crips Ile-de-France. (s. d.). Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse https://www.lecrips-idf.net/miscellaneous/animatheque-forum-moderator-version-drogue.htm
G. (s. d.). Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse https://www.francoischarron.com/genealogie:-sites-et-outils-pour-faire-votre-arbre-genealogique/-/odnKUwhHfY/
Iqbal, l'enfant qui n'avait pas peur | UNICEF France. (s. d.). Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse https://my.unicef.fr/contenu/iqbal-lenfant-qui-navait-pas-peur
Matériel à disposition | Objectifs planète durable. Jeu de plateau sur les ODD. (s. d.). Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse https://go-goals.org/fr/materiel-a-disposition/
Le planning familial. (n.d.). Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse https://www.planning-familial.org/articles/le-planning-et-la-contraception-00356
L'exploitation sexuelle des enfants à des fins de prostitution. (2018). ECPAT France. Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse https://www.who.int/topics/sexual_health/fr/
Prostitution infantile. (2017, octobre 4). Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse https://www.humanium.org/fr/prostitution-infantile/
Relations saines et relations malsaines. (2020, 9 octobre). Consulté le 16 juin 2021, à l'adresse https://jeunessejecoute.ca/information/relations-saines-et-relations-malsaines/
Qu'est-ce qu'une drogue ? - Drogues Info Service. (s. d.). Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse https://www.drogues-info-service.fr/Tout-savoir-sur-les-drogues/Les-drogues-et-leur-consommation/Qu-est-ce-qu-une-drogue#.XECJU-8HQjIU
Textes de rfrence. (s. d.). Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse http://www.in-terre-actif.com/trousse2/textes_index.html
World Health Organization. (2015, avril 22). OMS | Santé sexuelle. Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse https://www.who.int/topics/sexual_health/fr/
World Health Organization: WHO. (2020, janvier 31). La grossesse chez les adolescentes. Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-pregnancy

Bibliographie Mois 3

UNICEF. (2006). Rapport sur la violence faite aux enfants

Guide des actions pédagogiques d'éducation au développement durable du territoire angevin, Mission développement durable Ville d'Angers – Angers Loire Métropole, 2012, p.6

Menguelti S., Perret C., Abrika B. 2014, « A la croisée du formel et de l'informel : les entreprises créées par le dispositif de l'Agence Nationale de Soutien à l'Emploi des Jeunes dans la Wilaya de Tizi-Ouzou », Notes de Recherches, IREGE, Université de Savoie.

Direction Générale de l'Assainissement des Eaux Usées et Excréta. (2015). Programme National d'Approvisionnement en Eau Potable et d'Assainissemeny) l'horizon 2015. Opérationnalisation de la stratégie de mise en œuvre de la composante « infrastructures d'assainissement en milieu rural » du PN□AEPA. Méthodes d'animation pour la promotion « hygiène / assainissement » et conditions de pérennisation / diffusion des activités. Volet 3. Ministère de l'Agriculture, de l'Hydraulique et des Ressources Halieutiques (MAHRH). Burkina Faso.

Webographie Mois 3

Dossier du mois: le développement durable. (2016, avril 1). Consulté à l'adresse https://www.mtaterre.fr/

Dossier pédagogique: Eau rare, eau précieuse. (2016, mars 15). Consulté à l'adresse https://www.unicef.fr/sites/default/files/userfiles/ficheenseignant.pdf

Ebola. (2019, septembre 16). Consulté à l'adresse https://www.pasteur.fr/fr/centre-medical/fiches-maladies/ebola

La pollution de l'eau. (2015, août 30). Consulté à l'adresse https://www.mediaterre.org/eau/actu,20150830173937,5.html

Les Infections sexuellement transmissibles (IST) ou MST, c'est quoi ? Les modes de contamination et leur dépistage. (2020, avril 21). Consulté à l'adresse ttps://www.bruxelles-j.be/amour-sexualite/les-ist-les-modes-de-contamination-et-leur-depistage/

Paludisme. (2020, janvier 14). Consulté le 21 avril 2020, à l'adresse https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/malaria

Pollution. (2019, décembre 12). Consulté à l'adresse https://www.franceculture.fr/theme/pollution

Pratiques néfastes. (2020a, mars 1). Consulté à l'adresse https://www.unicef.org/fr/protection/des-pratiques-néfastes

Pratiques néfastes. (2020b, mars 1). Consulté à l'adresse https://www.unicef.org/fr/protection/des-pratiques-néfastes

Transmission du VIH de la mère à l'enfant. (2019, décembre 13). Consulté à l'adresse https://www.who.int/hiv/topics/mtct/fr/

VIH/Sida. (2019, novembre 15). Consulté à l'adresse https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/hiv-aids

Bibliographie Mois 4

Argent sur table ' Un jeu éducatif portant sur la gestion d'un budget pour les jeunes (à partir de 14 ans) et les moins jeunes. ', © Centrum Informatieve Spelen vzw, Leuven, 2015
ONU. (1999). Déclaration et Programme d'action sur une culture de la paix. Assemblée Générale, 93e session.
Scouts et Guides de France. (2012). Jeux pour habiter autrement la planète. Habiter autrement la planète. Paris Les Presses d'Ile-de-France.

Webographie Mois 4

Accueil. (2020, mars 10). Consulté à l'adresse https://www.finances-pedagogie.fr/
Argent sur table Un jeu. (s. d.). Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse https://docplayer.fr/7521271-Argent-sur-table-un-jeu-educatif-portant-sur-la-gestion-d-un-budget-pour-les-jeunes-a-partir-de-14-ans-et-les-moins-jeunes-argent-euro-argent.html
Breteau, A. (2018, février 5). Complotisme et fake news : mode d'emploi. Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse https://www.lepoint.fr/societe/complotisme-et-fake-news-mode-d-emploi-17-01-2018-2187496_23.php
Défis sur Internet : attention jeux dangereux ! (s. d.). Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse https://www.cidj.com/vie-quotidienne/defis-sur-internet-attention-jeux-dangereux
Des millions d'enfants dans le monde victimes de violences. (s. d.). Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse https://www.unicef.fr/contenu/espace-medias/des-millions-d-enfants-dans-le-monde-victimes-de-violences
Fake news (fausses nouvelles). (s. d.). Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse https://mediatheques.grandorlyseinebievre.fr/default/fake-news-fausses-nouvelles.aspx?_lg=fr-FR
Farigoul, S. (2019, février 19). Égalité et non-discrimination. Consulté à l'adresse https://www.un.org/ruleoflaw/fr/thematic-areas/human-rights/equality-and-non-discrimination/
Fiche atelier | www.2025exmachina.net. (s. d.). Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse http://www.2025exmachina.net/espace-pedagogique/fiche-atelier
Guide de prévention des cyberviolences en milieu scolaire. (2016). Ministère de l'Education Nationale, de l'Enseignement Supérieur et de la Recherche. Consulté à l'adresse http://cache.media.education.gouv.fr/file/11_-_novembre/12/6/2016_non_harcelement_guide_prevention_cyberviolence_WEB_653126.pdf?ts=1477677269
HCDH | Convention relative aux droits de l´enfant. (s. d.). Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse https://www.ohchr.org/fr/professionalinterest/pages/crc.aspx
Inégalités sociales et discriminations. (S.d.). l'Observatoire des inégalités. Consulté à l'adresse https://www.inegalites.fr/IMG/pdf/Pochette_pedagogique_avec_livret_Afev.pdf
Journée internationale de la lutte contre les discriminations #ZeroDiscrimination. (2018, mars 2). Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse https://ec.europa.eu/france/news/journ%C3%A9e-internationale-de-la-lutte-contre-les-discriminations-zerodiscrimination_fr
Les différentes formes de violence. (2018, septembre 28). Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse https://www.filsante-jeunes.com/les-differentes-formes-de-violence-5316
L'importance du cadrage. (2018, novembre 28). Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse https://www.penser-critique.be/limportance-du-cadrage/
Lutte contre les discriminations des enfants handicapés. (2016, décembre 2). Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse https://www.plan-international.fr/info/actualites/news/2016-12-02-lutte-contre-les-discriminations-des-enfants-handicapes
Mediapte, Florent Chedreau. (s. d.). MEDIAPTE éducation à l'image, éducation aux médias, éducation à l'information - comprendre et décoder les médias - #2 - Réalité ? Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse http://www.mediapte.fr/sp/?2-Realite
N. (2016, novembre 22). Quelle est votre relation à l'argent ? Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse https://www.rtbf.be/vivacite/emissions/detail_la-vie-du-bon-cote/accueil/article_

quelle-est-votre-relation-a-l-argent?id=9461116&programId=2161
Réduire la stigmatisation et la discrimination envers les personnes âgées souffrant de troubles mentaux. (S.d.). World Health Organization. Consulté à l'adresse https://www.who.int/mental_health/media/en/consensus_elderly_fr.pdf
United Nations. (s. d.). 404 | Nations Unies. Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse https://www.un.org/fr/rights/overview/themes/handicap.shtml
World Health Organization. (2017, octobre 23). Handicaps. Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse https://www.who.int/topics/disabilities/fr/

Bibliographie mois 5

Balandier G. (1950). Le problème de la dot et de l'organisation familiale. office de recherche scientifique Outre-Mer.
Dequiré, a. & Terfous, z. (2009). Le mariage forcé chez les jeunes filles d'origine maghrébine. Entre résistance et soumission. Pensée plurielle, 21(2), 97-112. doi:10.3917/pp.021.0097.https://www.banquemondiale.org/fr/news/immersive-story/2017/08/22/educating-girls-ending-child-marriage
Dictionnaire d'économie et de sciences sociales. (2004). La Tipografica Varese. p. 201-202
Faini, R. (2007). Migrations et transferts de fonds. Impact sur les pays d'origine. Revue d'économie du développement, vol. 15(2), 153-182. doi:10.3917/edd.212.0153.
International Sexuality and HIV Curriculum Working Group. (2011). Un seul programme. Guide pour une approche pédagogique unifiée de la sexualité, du genre, du VIH et des droits humains.
Lempereur A.& Thines G. (1975). Dictionnaire général des sciences humaines. Paris. Éditions universitaires.
Plan International. (2013). Rapport - Faire reculer le mariage précoce par l'éducation des filles.
Rapport de la CELIAF. (S.d.). Etude sur l'exode rural des filles : cas de celles travaillant à N'Djamena.
Salovey, P. & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. Imagination, Cognition, and Personality, 9, 185-211. doi:0.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG
Siaud-Facchin J. (2014). Tout est là, juste là : Méditation de pleine conscience pour les enfants et les ados aussi. Editions Odile Jacob.
Timmermans-Delwart J. (2004). Devenir son propre médiateur. Chronique sociale. P64.
Wihtol de Wenden C. (2011). Les flux migratoires légaux et illégaux. Ceriscope Frontières, Sciences Po - CERI, pp.1-8, 2011. ffhal-01044378f

Webographie Mois 5

5 reçues à déconstruire sur les liens entre migrations & développement. (S.d.). Grdr Migration – Citoyenneté – Développement. Consulté sur https://grdr.org/IMG/pdf/048_15_grdr_guide_a4_bd_page_a_page.pdf
8 outils pour développer l'intelligence émotionnelle des enfants à l'école. (2017, mars 1). Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse https://apprendreaeduquer.fr/developper-lintelligence-emotionnelle-des-enfants-a-lecole/
Adjovi, P. L. (2014, juin 17). Au Bénin, les scarifications perdurent. Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse https://www.bbc.com/afrique/region/2014/06/140617_reportage-leila
Caillaud, C. (2019, mai 17). L'intelligence émotionnelle jugée importante par les recruteurs. Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse https://www.lefigaro.fr/societes/l-intelligence-emotionnelle-jugee-importante-par-les-recruteurs-20190517
COUTUME : Définition de COUTUME. (s. d.). Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse https://www.cnrtl.fr/definition/coutume
Emotions à travers des traits. (s.d.). Gautier H. Consulté sur http://gautierherminie.wix.com/artsenformes.
Migrations internationales : un enjeu planétaire. (2015). Avis du Conseil économique, social et environnemental . Consulté sur https://www.lecese.fr/sites/default/files/pdf/Avis/2015/2015_31_migrations_internationales.pdf
La migration ici et ailleurs. (2016). Amnesty International. Consulté sur https://www.amnesty.be/IMG/pdf/dossier_pedagogique_migration_web.pdf
Lutter contre sur les migrants r les préjugés. (2016). La Cimade. Consulté sur https://www.lacimade.org/wp-content/uploads/2016/10/La_Cimade_Petit_Guide_Prejuges_2016.pdf
Petit guide préjugés. (s. d.). Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse https://www.lacimade.org/petitguideprejuges/petit-guideprejuges.html
Qu'est-ce qu'un migrant ? (2016, mars 2). Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse https://www.lacimade.org/faq/qu-est-ce-qu-un-migrant/
Risques liés à la dépigmentation volontaire - ANSM : Agence nationale de sécurité du médicament et des produits de santé. (s. d.). Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse https://www.ansm.sante.fr/Dossiers/Securite-des-produits-cosmetiques/Risques-lies-a-la-depigmentation-volontaire/(offset)/2
Saint-Medar, J. (2014, septembre 8). EN IMAGES. Joana Choumali - « Hââbrê », dernière génération de la scarification en Afrique. Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse https://www.lepoint.fr/culture/en-images-joana-choumali-haabre-derniere-generation-de-la-scarification-en-afrique-02-09-2014-1859626_3.php
Solidaire, É. (2017a, décembre 6). Avantages et inconvénients de l'immigration. Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse http://www.economiesolidaire.com/2015/03/09/avantages-et-inconvenients-de-limmigration/
Solidaire, É. (2017b, décembre 6). Avantages et inconvénients de l'immigration. Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse http://www.economiesolidaire.com/2015/03/09/avantages-et-inconvenients-de-limmigration/
Taleb, S. (2016, octobre 5). PHOTOS. La scarification racontée dans le projet photographique de Joana Choumali. Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse https://www.huffingtonpost.fr/2014/09/27/tradition-scarification-afrique-ouest-projet-photographique_n_5892248.html
Termes clés de la migration. (2019, juillet 22). Consulté le 28 avril 2020, à l'adresse https://www.iom.int/fr/termes-cles-de-la-migration

Auteurs : Ariane Delgrange, Annabel Thapa
Révision 2021 : Camille Ribier, Sagrona Tchandoulaye, Catherine Piat
Contributeurs : Catherine Piat, Audrey Lemichez
Relecture : Audrey Lemichez
Zones géographiques : Brésil, Guinée-Bissau, Mozambique, Tchad
Domaine(s) : Jeunes défavorisées, éducation, projet de vie, méthodes, outils, fiches thématiques
Graphisme : Caroline Popelier
Crédit photos : ESSOR et ses partenaires

Nous remercions toutes les équipes d'ESSOR et ses partenaires, que ce soit au siège ou sur le terrain, les animateurs, et aussi les jeunes, les parents qui ont permis à ce manuel de voir le jour.

Cette œuvre est mise à disposition selon les termes de la licence Creative Commons Attribution - Pas d'utilisation commerciale - Pas de modification 4.0 International. Vous êtes libres de reproduire, distribuer et communiquer ce document au public. Néanmoins, vous devez respecter les conditions suivantes : vous devez citer le nom de l'auteur original de la manière indiquée par l'auteur de l'œuvre ou le titulaire des droits qui vous confère cette autorisation (mais pas d'une manière qui suggérerait qu'ils vous soutiennent ou approuvent votre utilisation de l'œuvre), vous n'avez pas le droit d'utiliser ce document à des fins commerciales, vous n'avez pas le droit de modifier, de transformer ou d'adapter ce document. Le texte intégral du contrat est disponible à l'adresse suivante :
https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.fr

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 :

Le contenu de cette publication relève de l'unique responsabilité de l'ONG ESSOR