



# TRAVAILLER AVEC LES MÈRES POUR LA PREMIÈRE FOIS

Cartes d'activités et orientations issues  
du Programme des Parents Pour la  
Première Foix mis en place dans le cadre  
du Projet E2A (Evidence to Action)



# CONTENTS

## **ACRONYMES ET ABBRÉVIATIONS**

**3**

## **INTRODUCTION**

**3**

## **CARTES DE SESSION MÈRE POUR LA PREMIÈRE FOIS**

**10**

Getting to Know You

10

Visites Prénatales, Accouchement Assisté Et Visites Postnatales

12

Les Signes De Danger Chez Les Femmes Enceintes, Les Mères Et Les Nouveau-Nés

15

Planification Et Espacement Idéal Des Grossesses

18

Dispositif Intra-Utérin (DIU)

20

Preservatifs

24

Implant

28

Contraception Injectable

32

Les Pilules Contraceptives Orales Combinées

36

Pilules Contraceptives D'urgence

40

L'allaitement Maternel Exclusif

44

Le Rôle Parental Pendant La Première Année D'un Bébé

48

Les Rôles Masculins Et Féminins

52

Choix En Matière De Santé Reproductive

54

Relations Saines

56

Parler De Questions Difficiles

58

Conseils Sur La Prise De Décisions

60

Prendre Des Décisions Conjointes

62

Des Conseils Pour Résoudre Les Problèmes

65

Population, La Santé Et L'environnement

67

## **ANNEXE 1 : CARTES DE SESSION MPPF PAR PAYS ET PAR THÈME**

**70**

## **ANNEXE 2 : GUIDE D'ANIMATION DES SESSIONS CONJOINTES AVEC LES MPPF ET LEURS MARIS/PARTENAIRES**

**71**

## **ANNEX 3 : RESSOURCES SUPPLÉMENTAIRES SUR LE TRAVAIL AVEC LES PPPF**

**87**

## ACRONYMES ET ABBRÉVIATIONS

CPN	Consultations prénatales
ASC	Agent de santé communautaire
E2A	Evidence to Action
PF	Planification familiale
MPPF	Mère pour la première fois
PPPF	Parent pour la première fois
GREAT	Rôles de genre, égalité et transformations
PEIGS	Planification et espacement idéal des grossesses
DIU	Dispositif intra-utérin
IYCF	Alimentation des nourrissons et des jeunes enfants
MAMA	Méthode d'Allaitement Maternel et d'Aménorrhée
SMI	Santé maternelle et infantile
PSE	Population, Santé et Environnement
PPPF	Planification familiale du post-partum
SR	Santé reproductive

# INTRODUCTION

## Reconnaître et répondre aux besoins des parents pour la première fois

De 2014 à 2020, le projet Evidence to Action (E2A) s'est fixé comme priorité de répondre aux besoins des parents pour la première fois (PPPF), c'est-à-dire des jeunes femmes de moins de 25 ans qui sont enceintes ou ont un enfant, et leurs partenaires masculins. L'expérience des PPPF est complexe—depuis les nombreux besoins en matière de planification familiale, de santé de la reproduction et de santé maternelle et infantile qui apparaissent, jusqu'à l'évolution des attentes sociales, des relations et des responsabilités qui accompagnent cette fonction parentale.

Pour aider les jeunes à se familiariser avec la vie des PPPF, E2A a conçu et mis en œuvre des programmes à multiples facettes dans plusieurs pays. Adaptés à différents pays et contextes, nos programmes MPPF/PPPF ont appliqué des optiques socioécologiques et des analyses des différentes étapes de la vie pour travailler avec les mères qui accouchent pour la première fois (MPPF)/PPPF, leurs principales sources d'influence et leurs communautés - y compris les prestataires de soins de santé communautaires et en établissement de santé - afin de répondre aux nombreux besoins de santé et aux questions sociales et de genre connexes qui affectent les connaissances, les attitudes, la communication, la prise de décision et l'utilisation des services des MPPF. Les principales interventions comprenaient des groupes de pairs des MPPF, des séances en petits groupes avec les maris/partenaires des MPPF, des séances avec des parentes influentes, des visites à domicile et des services de santé en établissement et au sein de la communauté.



## Résultats encourageants de la programmation des MPPF

Les résultats des projets E2A au Burkina Faso, au Nigeria et en Tanzanie ont montré que les interventions sur mesure aident effectivement les PPPF à obtenir de meilleurs résultats en matière de santé et de genre pour eux-mêmes et pour leurs nouvelles familles, qu'il s'agisse de l'adoption croissante de méthodes contraceptives modernes ou de l'amélioration des attitudes à l'égard du genre en ce qui concerne les rôles et les prises de décision au sein du ménage. Les niveaux élevés d'engagement et les réactions positives des PPPF qui y ont participé ont également indiqué qu'il s'agit d'une population à la recherche de nouvelles idées et d'un soutien pour répondre à ses besoins complexes en matière de santé et de vie, ce qui en fait une cible privilégiée pour les programmes destinés aux adolescents et aux jeunes.

## Partager les outils et les orientations pour travailler avec les PPPF

Ce document contient des orientations succinctes et plusieurs ressources qui peuvent être utiles aux groupes souhaitant travailler avec les PPPF. Vous y trouverez une brève explication et des conseils sur la mise en place de groupes de pairs MPPF, en plus des 21 cartes de session utilisées pour animer ces groupes. Ces ressources représentent la principale intervention de E2A en matière de PPPF dans plusieurs pays. Les cartes de session, ainsi que d'autres ressources développées par E2A, sont disponibles pour aider les utilisateurs à concevoir, mettre en œuvre et mesurer les efforts ciblant les PPPF. Nous espérons que les utilisateurs verront le potentiel du travail avec les jeunes PPPF et qu'ils développeront des programmes pour cette population critique à travers le monde.

### *Ce document contient ce qui suit :*

- Conseils sur la mise en place de groupes de pairs pour les nouvelles mères
- Conseils sur l'utilisation des cartes de session MPPF pour animer les groupes de pairs MPPF

- Des cartes de sessions du groupe de pairs MPPF sur une série de sujets liés à la santé et au genre (disponibles pour utilisation et adaptation)
- Annexes comprenant des outils et des ressources supplémentaires pour appuyer la mise en œuvre des approches susmentionnées :
  1. Aperçu des fiches de session MPPF par pays et par thème
  2. Guide d'animation pour la conduite de sessions conjointes avec les MPPF et leurs maris/partenaires
  3. Liste complète des ressources PPPF



## GROUPES DE PAIRS DÉDIÉS AUX MÈRES POUR LA PREMIÈRE FOIS

Ce document présente les cartes d'activités utilisées pour faciliter la participation de petits groupes de mères pour la première fois âgées de moins de 25 ans enceintes ou ayant un enfant, qui ont été au centre de la programmation multi-intervention PPPF de E2A au Burkina Faso, au Nigeria et en Tanzanie.

Ces groupes ont été conçus pour créer des espaces sécurisés, des réseaux de pairs et des modèles à émuler pour les jeunes femmes afin qu'elles puissent apprendre et partager - ce qui les aide à mettre en place leur capacité d'agir pour une action sanitaire positive.

Les sessions des groupes de pairs MPPF ont fourni des informations sur des sujets de santé pertinents pour l'étape de vie des PPPF, tels que les consultations prénatales (CPN), l'allaitement maternel exclusif, le calendrier et la Planification et Espacement Idéal de Grossesse pour la Santé (PEIGS) et les méthodes contraceptives modernes. Les sessions ont également permis d'examiner un grand nombre de questions sociales et de genre qui facilitent ou entravent l'adoption de comportements sains et l'utilisation des services de santé essentiels par les PPPF (par exemple, la communication avec les partenaires, la résolution de problèmes au sein des relations).

Ces groupes de pairs étaient généralement composés de 12 à 15 jeunes femmes de la même communauté et dirigés par une jeune MPPF (la "pair leader"), qui dirigeait les réunions en utilisant un ensemble de cartes de session pour fournir des informations, stimuler la discussion et encourager les membres du groupe à partager leurs expériences. Si certains aspects de cette intervention variaient en fonction du contexte local et des priorités du projet (par exemple, les sujets abordés, le nombre de sessions), la stratégie du groupe de pairs et l'approche de mise en œuvre étaient semblables dans les divers pays.

Les données des trois projets E2A ont montré que les groupes de pairs ont constamment attiré et conservé diverses MPPF (en termes d'âge, d'état matrimonial, de statut de la grossesse/post-partum, etc.). Il est important de souligner que les réactions des MPPF ont mis en évidence la contribution des groupes de pairs à l'accroissement des connaissances, à l'amélioration des attitudes, au renforcement des compétences en matière de communication et de prise de décision, et à l'amélioration de l'accès aux services de santé.

Le tableau 1 donne un aperçu de la programmation PPPF de E2A dans les trois pays et vise à permettre aux lecteurs de se faire une idée de la manière dont les groupes de pairs des MPPF peuvent s'intégrer dans un ensemble plus large d'interventions ciblant cette étape importante de la vie.



TAGAZA DJIBO (BURKINA FASO)

Tableau 1. Programmation PPPF de E2A

BURKINA FASO	NIGERIA	TANZANIE
Mis en œuvre dans le cadre du Projet d'appui aux services de santé reproductive pour les MPPF au Burkina Faso, et financé par l'USAID	Mis en œuvre dans le cadre du programme “ Sauver les Mères, Donner la Vie ” (SMGL) et financé par l'USAID	Mis en œuvre par le Projet Tuungane, et financé par l'USAID
<p><b>OÙ</b> : Région de l'Est et Régions du Centre-Nord, Burkina Faso</p> <p><b>QUI</b> : Jeunes femmes de moins de 25 ans enceintes ou ayant un enfant de moins de 2 ans, et leurs maris/ partenaires masculins</p> <p><b>QUAND</b> : avril 2018–mai 2020</p>	<p><b>OÙ</b> : Zones de zones de collectivités locales d'Ikom et d'Obubra, État de Cross River, Nigeria</p> <p><b>QUI</b> : Jeunes femmes de moins de 25 ans enceintes ou ayant un enfant de moins de 1 an, et leurs maris/ partenaires masculins</p> <p><b>QUAND</b> : mai 2017–mars 2019</p>	<p><b>OÙ</b> : Districts d'Uvinza et du Tanganyika, écosystème du Grand Mahale, Tanzanie</p> <p><b>QUI</b> : Jeunes femmes de moins de 25 ans qui sont enceintes ou qui ont un enfant</p> <p><b>QUAND</b> : Jan. 2018–mars 2020</p>
<p><b>PRINCIPAUX RÉSULTATS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• CPN</li> <li>• Accouchement en toute sécurité (dans l'établissement de santé)</li> <li>• Soins aux nouveau-nés</li> <li>• Allaitement maternel exclusif</li> <li>• PEIGS et planification familiale post-partum (PFPP)/PF</li> </ul>	<p><b>PRINCIPAUX RÉSULTATS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• PEIGS et PFPP/PF</li> <li>• L'allaitement maternel exclusif</li> <li>• Une parentalité positive</li> <li>• Des relations équitables entre les sexes</li> </ul>	<p><b>PRINCIPAUX RÉSULTATS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• PEIGS et PFPP/PF</li> <li>• Des relations équitables entre les sexes</li> <li>• Engagement en faveur de la population, de la santé et de l'environnement (PSE)</li> </ul>
<p><b>INTERVENTIONS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Groupes de pairs des MPPF (10 sessions)</li> <li>• Groupes de conjoints/partenaires (3 sessions)</li> <li>• Séances sur les parents féminins influents (3 sessions)</li> <li>• Séances conjointes en couple (2 sessions)<sup>1</sup></li> <li>• Visites à domicile par les agents de santé communautaires (ASCs)</li> <li>• Prestataires/services de santé en établissement</li> </ul>	<p><b>INTERVENTIONS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Groupes de pairs des MPPF (14 sessions)</li> <li>• Petits groupes de partenaires masculins (6 sessions)</li> <li>• Activités de sensibilisation des femmes influentes de la famille (3 sessions)</li> <li>• Visites à domicile par des bénévoles de la communauté (4–6 visits)</li> <li>• Engagement communautaire</li> <li>• Prestataires/services de santé en établissement</li> </ul>	<p><b>INTERVENTIONS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Groupes de pairs des MPPF (10 sessions)</li> <li>• Activités de sensibilisation des partenaires masculins (5 sessions)</li> <li>• Activités de sensibilisation des femmes influentes de la famille (3 sessions)</li> <li>• Visites à domicile par les ASCs</li> <li>• Prestataires/services de santé en établissement</li> <li>• Liens avec les activités de PSE</li> </ul>

1 En raison de la COVID-19, le projet n'a pas été en mesure de mettre pleinement en œuvre ce volet d'intervention. L'une des deux sessions a été achevée avant que ne soient imposées les restrictions de COVID-19.

## ANIMATION DES GROUPES DE PAIRS DES MPPF AU MOYEN DE CARTES DE SESSION

### *Qu'est-ce que les cartes de session ?*

Les réunions des groupes de pairs pour les MPPF étaient structurées autour de cartes de session ; en général, une carte de session était utilisée par réunion. Les cartes de session fournissent des instructions étape par étape pour une activité participative d'un groupe de MPPF visant à lancer des discussions sur la santé et les relations. Les cartes de session comprennent de nombreux types d'activités différentes, telles que des jeux, des discussions, des entretiens et des récits. Chaque carte comprend généralement : une introduction du sujet, des informations clés sur le sujet, une brève section de questions et réponses, l'activité principale, une discussion de groupe, une conclusion et un engagement de chaque membre du groupe à faire ou à apprendre quelque chose de plus sur le sujet.

### *Comment les cartes ont-elles été développées ?*

La majorité des 21 cartes ont été initialement développées par le projet GREAT (Gender Roles, Equality, and Transformations) et ensuite adaptées par E2A pour être utilisées avec les PPPF. Par ailleurs, E2A a créé sept nouvelles cartes pour aborder des sujets d'intérêt particulier pour les programmes PPPF des pays. Toutes les cartes suivent la même structure générale et utilisent des méthodologies participatives pour encourager la réflexion et la discussion. Vous pouvez trouver plus d'informations sur la façon dont E2A a utilisé ces cartes de session et les 21 cartes de session mises en œuvre au Burkina Faso, au Nigeria et en Tanzanie dans les pages suivantes. (Voir l'annexe 1 pour plus de détails sur les cartes spécifiques utilisées dans chaque pays.)

### *Quels sont les sujets couverts par les cartes de session ?*

Les cartes de session utilisées dans les groupes de pairs MPPF de E2A couvrent les sujets suivants :

1. Apprendre à vous connaître
2. Visites prénatales, accouchements assistés et visites postnatales
3. Signes de danger chez les femmes enceintes, les mères et les nouveau-nés
4. Planification et espacement idéal des grossesses
5. Dispositif intra-utérin (DIU)
6. Préservatif
7. Implant
8. Contraception injectable
9. Pilules contraceptives orales combinées
10. Pilules contraceptives d'urgence
11. Allaitement maternel exclusif
12. Être parent pendant la première année d'un bébé
13. Rôles masculins et féminins
14. Choix en matière de santé de la reproduction
15. Des relations saines
16. Parler de questions difficiles
17. Conseils sur la prise de décisions
18. Prendre des décisions ensemble
19. Conseils pour résoudre les problèmes
20. Population, santé et environnement



### Qui a utilisé les cartes de session ?

Ces cartes ont été adaptées ou développées pour être utilisées avec des jeunes femmes de moins de 25 ans qui sont enceintes ou qui ont eu un enfant. Les groupes étaient composés de 12 à 15 MPPF d'une même communauté, réunissant souvent des jeunes femmes différentes en termes d'âge, de statut marital, d'éducation et de place dans la phase de vie de la PPPF (c'est-à-dire grossesse ou postpartum). La plupart des groupes se réunissent toutes les deux semaines pendant une heure à une heure et demie, généralement dans leur village ou dans un centre de santé à proximité.

### Qui a dirigé les activités figurant sur les cartes ?

Les petits groupes des MPPF étaient dirigés par un pair leader. Les pairs leaders (eux-mêmes jeunes MPPF) ont été formés à l'intervention en petits groupes et aux cartes spécifiques incluses dans le programme. Les formations duraient généralement de 3 à 5 jours et comprenaient du temps pour s'exercer à utiliser les cartes de session et à faire les adaptations appropriées à la langue ou au contexte local. Des exemples de programmes de formation des pairs leaders sont disponibles sur le [site web E2A](#).<sup>2</sup>

La semaine précédant chaque session, les pairs leaders se préparent à en examinant le sujet des cartes et les instructions. Dans la plupart des projets, les personnes ressources locales (par exemple, les agents de santé communautaire, les champions de population, santé et environnement) ont assisté aux sessions qui comprenaient un contenu technique (par exemple, sur les différentes méthodes contraceptives) pour apporter des éclaircissements et répondre aux questions. Dans plusieurs projets PPPF, des groupes de pairs ont également organisé une session spéciale pour les ASC afin de donner un aperçu de toutes les méthodes contraceptives modernes, en veillant à ce que les MPPF soient informés de toutes les options disponibles.<sup>3</sup>

### Comment les groupes de pairs ont-ils utilisé les cartes de session ?

L'utilisation des cartes a varié selon les projets. Dans certains projets, les groupes de pairs pouvaient sélectionner les cartes qu'ils souhaitaient utiliser dans n'importe quel ordre. Dans d'autres projets, tous les groupes ont utilisé les mêmes cartes dans le même ordre, ce qui s'est avéré utile pour la coordination avec d'autres personnes ressources locales et/ou les activités de suivi et d'évaluation. Le fait d'avoir un ordre fixe a également facilité l'alignement des sujets entre les interventions avec les MPPF et leurs influenceurs.

Les 21 cartes de session sont présentées ici avec les sujets de santé en premier (suivant la progression de l'étape de vie des PPPF), suivis des sujets liés aux relations. Toutefois, les cartes peuvent être reconditionnées et réorganisées selon les besoins en fonction du contexte et des priorités du projet, et pour apporter de la variété aux participants. Il n'est pas prévu que chaque programme PPPF utilise les 21 cartes de session. Votre programme peut plutôt sélectionner la gamme de cartes la plus appropriée à votre contexte local, aux priorités du projet et au calendrier.

---

2 Pathfinder International. Training Tools: Providing Family Planning and Reproductive Health to Young Married Women and First-Time Parents in West Africa. Watertown, MA: Pathfinder International, 2016.

3 There is no session card included for CHW overview of all modern contraceptive methods; CHWs were free to adapt this session as needed.



## *Y-a-t-il des ressources supplémentaires liées à la programmation des PPPF ?*

Au cours du projet, E2A a développé plusieurs ressources liées au PPPF qui traitent des fondements conceptuels du travail avec cette population, fournissent des outils pour la mise en œuvre d'interventions et partagent les informations et les résultats des projets PPPF dans divers pays. Quelques ressources sont présentées ci-dessous. Une liste complète des ressources des PPPF figure à l'annexe 3, et toutes peuvent être consultées sur le [site web E2A](#).

### *Ressources de base*

- Revue de la littérature : Atteindre les jeunes parents pour la première fois afin d'espacer sainement les deuxièmes grossesses et les grossesses ultérieures
- Rapport de consultation technique : Répondre aux besoins intégrés des parents pour la première fois
- Cadre PPPF

### *Les Moyens utilisés pour la mise en œuvre*

- Animation de Petits Groupes de Jeunes mères pour la première fois à Akwa Ibom, Nigeria
- Cartes de Session du Groupe de Pairs des MPPF [ce document]
- Guides des Sessions pour les Partenaires masculins

### *Ressources récentes des Programmes par Pays*

- Rapport de la phase 1 Burkina Faso
- Évaluation formative : Résultats obtenus des Parents pour la première fois dans l'État de Cross River, Nigeria

- Rapport technique : Améliorer la santé et les résultats en matière de Genre pour les nouveaux parents dans l'État de Cross River, Nigeria



SESSION D'INTRODUCTION

# FAITES CONNAISSANCE

INTERVIEWS

DURÉE : 30 MINUTES



SEUN A SALA (NIGERIA)

## 1. Introduction

Demandez au groupe de former un cercle et de lire ceci à haute voix :

Aujourd'hui, nous allons nous parler de ce que nous voulons que nos vies soient comme lorsque nous serons plus âgés.

## 2. Séparez le groupe en paires

## 3. Lisez ces instructions à haute voix

Imaginez que vous êtes des reporters de radio et que vous interviewez vos partenaires. Je vais lire une question à haute voix. Dans vos paires, posez-vous cette question à tour de rôle, puis répondez-y. Je vais lire 5 questions et vous donner quelques minutes entre chaque question pour vous parler.

## 4. Lisez à nouveau les instructions de l'étape 3 pour vous assurer que tout le monde comprend

## 5. Lisez lentement les questions dans l'encadré ci-dessous

Après chaque question, donnez au groupe environ 2 minutes pour se parler avant de lire la question suivante.

1	À quoi voulez-vous que votre relation ressemble à mesure que vous vieillissez ?
2	Quels sont vos objectifs financiers et professionnels ?
3	Combien d'enfants souhaitez-vous avoir ?
4	Comment comptez-vous espacer vos enfants ? Les aurez-vous les uns après les autres ou prendrez-vous des pauses entre les deux ?
5	Décrivez le type de mère que vous espérez être.
6	Qu'espérez-vous pour vos enfants ?

## 6. Discussion

Demandez au groupe de former un cercle et posez les questions suivantes. Assurez-vous de faire appel à de nombreuses personnes différentes.

- Qu'avez-vous ressenti de partager vos objectifs pour l'avenir avec vos amis ?
- Est-il normal que les jeunes parlent de leurs espoirs pour leur famille et leurs enfants avec d'autres ?
- Pourquoi est-il important de parler à votre partenaire de vos espoirs pour votre famille ?
- Que peuvent faire les partenaires pour s'assurer qu'ils prennent le temps de se parler de leurs espoirs et de leurs rêves ?

## 7. Fermeture

Lisez ceci à haute voix :

Parler à votre partenaire de ce que vous voulez tous les deux pour la taille de votre famille, vos enfants et votre relation est formidable. Il est important que les couples discutent et prennent ensemble des décisions sur des choses comme quand avoir des enfants et quand utiliser la contraception. Les couples devraient également parler de la manière d'élever et de discipliner les enfants. Parler de vos objectifs vous aidera à les atteindre.

## 8. Engagement

Faites le tour du cercle et demandez à chaque femme de nommer une amie à qui elle va parler cette semaine de ses espoirs pour sa famille ou d'un sujet lié aux objectifs pour l'avenir dont elle va discuter avec son partenaire.





SESSIONS PORTANT SUR LA GROSSESSE

# VISITES PRÉNATALES, ACCOUCHEMENT ASSISTÉ ET VISITES POSTNATALES

---

RÉCIT

DURÉE : 60 MINUTES



LINDA SUTTENFIELD (BURKINA FASO)

## 1. Introduction

Demandez au groupe de former un cercle et lisez-le à haute voix :

Bienvenue ! Nous allons commencer par apprendre et partager quelque chose de très important pour nous toutes, mères et futures mères—jouir d'une grossesse et d'un accouchement sans risque. Ceci est particulièrement important pour notre première grossesse, mais aussi pour l'avenir. Au cours de la réunion d'aujourd'hui, nous apprendrons comment obtenir des informations importantes sur la manière de recourir aux services de santé pendant la grossesse et l'accouchement dans un établissement de santé.



## 2. Lisez ce qui suit à haute voix

Nous voulons tous être sûrs d'avoir une grossesse normale et d'accoucher en toute sécurité. Il y a beaucoup de choses importantes que nous pouvons faire pour que tout se passe bien :

- Il est important d'avoir au moins 4 consultations prénatales (CPN) avant d'accoucher dans un établissement de santé. Ces visites doivent commencer le plus tôt possible - au cours des trois premiers mois - et se poursuivre tout au long de la grossesse.
- En dehors de ces 4 visites, vous pouvez vous rendre à l'établissement de santé autant de fois que vous le souhaitez, surtout si quelque chose vous inquiète pour votre santé ou si vous ressentez le besoin de parler à un agent de santé.
- Lors de ces visites, l'agent de santé vérifiera que vous êtes en bonne santé et que le bébé se développe bien. Il vous fournira également des médicaments contre la malaria, l'anémie, etc. Les médicaments protégeront également votre bébé à naître contre des maladies telles que le paludisme et l'anémie.
- C'est aussi le moment de vous préparer à un accouchement en établissement, à l'allaitement exclusif de votre bébé et au planning familial post-partum.
- Après l'accouchement, il est important que chaque mère et chaque bébé bénéficient d'un total de 4 consultations postnatales : 1 au cours des premières 24 heures après la naissance, une le troisième jour après la naissance, une entre les jours 7 et 14, et une six semaines après l'accouchement.

## 3. Répétez au besoin certains points et répondez aux questions critiques

Demandez l'aide de l'animateur ou des agents de santé communautaire pour répondre, si nécessaire.

## 4. Lisez l'histoire de Salamata à voix haute

Salamata est une femme de 18 ans, qui est enceinte de 2 mois de son premier enfant. Elle est ravie car son mari et elle vivent ensemble depuis plus d'un an et veulent fonder leur famille le plus rapidement possible. En même temps, Salamata est un peu inquiète. Sa sœur aînée a eu une grossesse difficile, et ce n'est qu'en se faisant examiner tôt et souvent par un agent de santé qu'elle a pu accoucher de son fils en toute sécurité. Salamata aimerait se rendre au centre de santé dès que possible pour un examen prénatal afin de s'assurer qu'elle et son bébé sont en bonne santé, mais elle sait que ce sera difficile.

Les traditions sont très importantes dans la famille de son mari et ils attendent avec impatience les rituels qui doivent être accomplis pour ce premier bébé avant de partager la nouvelle de sa grossesse. Salamata attend également avec impatience ces rituels, car ce sera une étape importante dans la reconnaissance de son rôle d'épouse et de mère. Elle ne veut pas attendre la fin des rituels pour faire sa CPN, mais elle a trop peur d'en parler avec son mari et sa belle-mère. Salamata décide donc de faire sa première consultation prénatale quelques mois après la fin des rituels et espère que tout ira bien.

## 5. Discussion

Posez au groupe les questions ci-dessous et permettez-leur de discuter des réponses à chaque question. N'oubliez pas d'inviter chaque participante à partager ses réponses avec le groupe.

- Que pensez-vous de la situation de Salamata et de son intérêt pour la CPN en début de grossesse ?
- Avez-vous entendu parler de femmes comme la sœur de Salamata, qui ont eu des grossesses difficiles ? Pensez-vous que la CPN et les accouchements en établissement peuvent contribuer à améliorer la gestion de ces cas ?
- Pensez-vous que Salamata devrait parler à son mari ou garder le silence sur les consultations prénatales jusqu'à ce que les rituels soient terminés ?
- Pensez-vous que la belle-mère de Salamata soutiendrait son désir d'avoir recours à la CPN maintenant ?
- Y a-t-il quelqu'un qui pourrait aider Salamata à commencer sa CPN ?
- Si vous étiez à la place de Salamata, que feriez-vous ?
- Que peut-on faire dans votre communauté pour amener les maris et les autres membres de la famille à comprendre l'importance de se rendre à la première visite de CPN au cours des trois premiers mois de la grossesse ?
- Combien de fois devez-vous voir un agent de santé pendant votre grossesse, même si vous pensez que vous allez bien ?
- Pourquoi faut-il discuter de la contraception lors des visites prénatales ?
- Quels sont les avantages d'un accouchement en établissement ?

## 6. Clôture

Lisez ce qui suit à voix haute :

Il est important pour les jeunes femmes de faire leur première consultation prénatale le plus tôt possible - idéalement dans les 3 premiers mois - et d'avoir au moins 4 consultations prénatales avant un accouchement en établissement. Cela permettra non seulement de s'assurer que la mère et le bébé sont en bonne santé tout au long de la grossesse, mais aussi de préparer l'accouchement dans une structure d'accueil. Les femmes peuvent également commencer à réfléchir à leurs propres besoins et à ceux de leur bébé après la naissance : le planning familial, l'allaitement maternel et la vaccination des nourrissons.

## 7. Engagement

Faites le tour du cercle et demandez à chaque femme de nommer un établissement de santé ou un agent de santé qu'elle connaît et à qui elle peut s'adresser pour les consultations prénatales, l'accouchement en établissement et les visites postnatales..



SESSIONS PORTANT SUR LA GROSSESSE

# LES SIGNES DE DANGER CHEZ LES FEMMES ENCEINTES, LES MÈRES ET LES NOUVEAU-NÉS

RÉCIT

DURÉE : 60 MINUTES



SEUN ASALA (NIGERIA)

## 1. Introduction

Demandez au groupe de former un cercle et lisez à haute voix ce qui suit :

Nous allons discuter de la grossesse et de l'accouchement assisté. La dernière fois, nous avons parlé de l'importance d'avoir une consultation prénatale (CPN) au début de notre grossesse et de voir un accoucheur qualifié au moins 4 fois avant l'accouchement dans un établissement de santé. Maintenant, en plus de cela, il y a des choses importantes que les femmes (et leurs familles) doivent savoir faire à la maison, et aujourd'hui nous allons nous concentrer sur la reconnaissance des signes de danger chez la femme enceinte, la mère et le nouveau-né.

## 2. Lisez ce qui suit à haute voix

La grossesse nous fatigue et il y a beaucoup de choses que nous devons faire pour nous assurer que nous prenons soin de nous-mêmes, comme bien manger et bien se reposer. Nous devons également être attentifs à tout problème grave qui

pourrait survenir et consulter un professionnel de la santé si l'un de ces problèmes survient :

- Les femmes se sentent parfois un peu mal à l'aise pendant la grossesse. Les malaises normaux de la grossesse peuvent inclure des nausées (surtout au cours des trois premiers mois), des brûlures d'estomac, des mictions fréquentes, des douleurs dorsales, une sensibilité et un gonflement des seins et de la fatigue.
- Mais il arrive que les femmes présentent des symptômes plus graves. Les signes de danger chez les femmes enceintes sont les suivants : vision trouble, étourdissements, saignements, douleurs qui annoncent un accouchement prématuré, gonflement des doigts, du visage et des jambes, et fièvre.
- Les signes de danger chez les femmes après l'accouchement sont : la fièvre, les douleurs pelviennes, les saignements et les jambes lourdes et douloureuses.
- Chez le nouveau-né, les signes de danger sont les suivants : fièvre, convulsions, jaunisse, respiration rapide et température très basse.
- Si l'une de ces situations se produit, les femmes ou leurs enfants doivent se faire soigner dans un établissement de santé dès que possible.
- Le paludisme, en particulier, est un problème de santé auquel les femmes doivent être attentives. Le paludisme est très répandu chez nous, et il est important de consulter un agent de santé si une femme soupçonne qu'elle a le paludisme pendant sa grossesse. Il peut être traité, mais il faut consulter un travailleur de la santé immédiatement.
- N'oubliez pas qu'il existe également un traitement préventif contre le paludisme et qu'une femme enceinte doit dormir sous une moustiquaire.

### 3. Répétez au besoin certains points et répondez aux questions

Demandez l'aide de l'animateur ou des agents de santé communautaire pour répondre, si nécessaire.

### 4. Lisez cette histoire au groupe

Possibo et son mari Yemboaro sont des parents pour la première fois qui vivent dans un village. Possibo a 19 ans et est enceinte de 5 mois de son premier enfant. Elle est consciente qu'elle doit se rendre au centre de santé pour suivre sa grossesse afin de protéger son futur bébé. Depuis 5 jours, elle ressent des frissons, des nausées et une fatigue générale. Possibo en parle à Yemboaro, qui à son tour lui conseille de parler à sa belle-mère. La belle-mère informe Yemboaro que cela fait partie du processus normal de la grossesse. Elle lui conseille de le supporter car il s'agit d'une situation temporaire. Possibo, qui ne se sent toujours pas bien, se confie secrètement à l'agent de santé communautaire à l'insu de sa belle-mère. Cette dernière est tout à fait disposée à l'accompagner au centre de santé pour qu'elle puisse voir la sage-femme pour un contrôle. La sage-femme découvre que Possibo souffre de paludisme et lui prescrit un traitement contre cette maladie. Elle lui donne également une moustiquaire imprégnée qu'elle devra utiliser pendant le reste de sa grossesse et avec le bébé une fois qu'il sera né. Elle parle également de l'importance du traitement préventif du paludisme pendant la grossesse, qui fait partie intégrante des soins prénataux prodigués aux femmes enceintes.



## 5. Discussion

Posez au groupe les questions ci-dessous et permettez-leur de discuter des réponses à chaque question. N'oubliez pas d'inviter chaque participante à partager ses réponses avec le groupe.

- Possibo avait-elle raison de s'inquiéter de son état de santé ?
- Que pensez-vous de l'attitude de Yemboaro ? Que devrait-il faire normalement ?
- Que pensez-vous de l'attitude de la belle-mère ? Que devrait-elle faire normalement ?
- Si vous étiez à la place de Possibo, que feriez-vous ?
- Le paludisme est-il courant dans notre communauté, et connaissez-vous des femmes qui ont eu le paludisme pendant leur grossesse ?
- Quels sont les signes qui devraient attirer notre attention pendant la grossesse et que devrions-nous faire dans ces cas-là ?

## 6. Clôture

Lisez ceci à voix haute :

Nous savons qu'il est très important de voir régulièrement un agent de santé pendant la grossesse. Les femmes et leurs familles doivent également s'assurer que tout va bien. Surtout, ils doivent être attentifs à tout signe de danger qui pourrait survenir, notamment : vision floue, étourdissements, saignements, douleurs dues à un accouchement prématuré, gonflement et fièvre. Cela inclut également le paludisme. Si l'un de ces problèmes de santé survient, la femme doit immédiatement se faire soigner dans un centre de santé et recevoir un traitement préventif contre le paludisme.

## 7. Engagement

Faites le tour du cercle et demandez à chaque femme de nommer un établissement de santé ou un agent de santé, un agent de santé communautaire, un membre de la famille ou un ami à qui elle peut s'adresser pour obtenir de l'aide si elle constate l'un des signes de danger pendant sa grossesse ou chez ses enfants..



SESSIONS PORTANT SUR LA PEIGS/PF

# PLANIFICATION ET ESPACEMENT IDÉAL DES GROSSESSES POUR LA SANTÉ

---

RÉCIT

DURÉE : 30 MINUTES



LINDA SUTTENFIELD (BURKINA FASO)

## 1. Introduction

Demandez au groupe de former un cercle puis lisez à haute voix ce qui suit :

Aujourd'hui, nous allons entendre une histoire sur l'importance de retarder les premières grossesses et d'espacer les secondes.

## 2. Lisez cette histoire au groupe

Kelvin et Sara sont de nouveaux parents avec un bébé de 4 mois. Sara comprend qu'avoir un autre bébé signifierait une bouche de plus à nourrir et des tâches supplémentaires, mais elle a 21 ans et elle craint que si elle n'a pas un autre bébé bientôt, elle sera trop vieille pour en avoir un. Sara se rend chez l'agent de santé du village pour obtenir des conseils. L'agent de santé du village lui dit de ne pas avoir peur, car les femmes peuvent avoir des bébés même lorsqu'elles ont la trentaine. Elle dit à Sara qu'elle a été intelligente de ne pas avoir son premier enfant avant d'être prête, tant

mentalement que physiquement. L'agent de santé lui conseille également d'attendre au moins deux ans avant d'essayer de tomber enceinte à nouveau afin de protéger sa santé et celle de ses bébés. Sara et Kelvin ont eu recours à l'allaitement maternel exclusif (aussi appelé MAMA comme moyen d'éviter une seconde grossesse, mais l'agent de santé du village dit à Sara que cette méthode ne fonctionne que si le bébé a moins de 6 mois, si le bébé n'est nourri qu'au lait maternel et rien d'autre, et si les saignements mensuels de Sara n'ont pas recommencé. Elle suggère que puisque le bébé a déjà 4 mois, Sarah devrait continuer à l'allaiter, et elle et Kelvin devraient également prévoir de commencer à utiliser une autre option contraceptive telle qu'un dispositif intra-utérin (DIU), des préservatifs, un implant, une contraception injectable ou la pilule dès que le bébé commence à manger des aliments autres que le lait maternel. Sara et Kelvin discutent ensemble et décident qu'ils choisiront l'une de ces options et attendront au moins 2 ans avant de tenter une nouvelle grossesse.

### 3. Relisez cette histoire au groupe

#### 4. Discussion

Posez ces questions au groupe et permettez-leur de discuter de leurs réponses entre elles :

- Quelles sont les raisons qui poussent une femme à attendre d'avoir des enfants jusqu'à l'âge de 18 ans ou plus ?
- Quelles sont les raisons qui poussent les couples à attendre au moins 2 ans avant d'essayer d'avoir un deuxième enfant ?
- Expliquez à qui incombe la responsabilité d'empêcher une grossesse et pourquoi vous pensez ainsi. Est-ce celle de l'homme, de la femme ou du couple ?

- Quels sont les défis que les jeunes doivent relever pour retarder leur première grossesse ?
- Que peuvent faire les jeunes pour surmonter les difficultés qu'ils rencontrent pour retarder leur première grossesse ?
- Quels sont les défis auxquels sont confrontés les jeunes couples pour espacer leurs grossesses d'au moins deux ans ?
- Que peuvent faire les couples pour surmonter les difficultés liées à l'espacement de leurs grossesses ?

#### 5. Clôture

Lisez ceci à voix haute :

Il est important que les jeunes femmes attendent que leur corps soit prêt et qu'elles soient capables de subvenir aux besoins d'un enfant - jusqu'à ce qu'elles aient au moins 18 ans. Tomber enceinte peu après l'accouchement peut entraîner des problèmes de santé pour la mère et le bébé. Elle peut également entraîner des difficultés en matière de nourriture et d'argent, et rendre l'éducation des enfants plus difficile. Rendez-vous au centre de santé ou parlez à un agent de santé du village pour discuter des différentes façons dont vous pouvez choisir de retarder une première grossesse ou d'espacer une deuxième grossesse.

#### 6. Engagement

Faites le tour du cercle et demandez à chaque femme de nommer une autre femme - de sa famille ou de sa communauté - à qui elle parlera du bon moment et de l'espacement des grossesses.

SESSIONS PORTANT SUR LA PEIGS/PF

# DISPOSITIF INTRA-UTÉRIN (DIU)

VRAI OU FAUX

DURÉE : 45 MINUTES

## NOTE A L'ANIMATEUR

Pour plus d'informations sur cette méthode, veuillez consulter la fiche technique sur le dispositif intra-utérin (DIU) qui se trouve dans la boîte à outils GREAT. Si possible, invitez un travailleur de la santé à vous aider à faciliter l'utilisation de cette carte.



TAGAZA DJIBO (BURKINA FASO)

## 1. Introduction

Demandez au groupe de former un cercle puis lisez à haute voix ce qui suit :

Il existe de nombreuses méthodes différentes pour prévenir la grossesse. Aujourd'hui, nous allons jouer à un jeu pour en savoir plus sur une méthode appelée dispositif intra-utérin (DIU). Le stérilet qui ressemble à un " T " est placé à l'intérieur de l'utérus de la femme. Il existe deux types de stérilets : le stérilet en cuivre et le stérilet hormonal. Une fois en place, la femme ne peut pas le sentir et le stérilet en cuivre empêche la grossesse pendant une période pouvant aller jusqu'à 12 ans. Il est donc essentiel que les hommes, les femmes et les adolescentes s'informent sur la contraception.

## 2. Lisez ce qui suit à haute voix

Quels sont les moyens que vous connaissez pour prévenir une grossesse ?

Donnez aux participants quelques minutes pour réfléchir et discuter de leurs réponses.



### 3. Partagez les réponses figurant dans la liste suivante

Une fois qu'ils ont énuméré les différents moyens, partagez les réponses de cette liste qu'ils n'ont pas mentionnées et qui sont à leur disposition, notamment :

- La pilule contraceptive orale combinée (COC)
- La pilule progestative (POP)
- Dispositif intra-utérin (DIU)
- Injectables
- Préservatif masculin
- Préservatif féminin
- Implants
- Stérilisation masculine et féminine
- MAMA (allaitement exclusif pendant 6 mois après la naissance)
- Contraception d'urgence
- Méthodes de sensibilisation à la fécondité, y compris les applications pour téléphones mobiles
- Anneau vaginal à progestatif (PVR/AVP)
- Vasectomie
- Abstinence
- Retrait

### 4. Choisissez deux endroits

(par exemple, 2 arbres), distants d'environ 10 mètres. Dites au groupe que l'un des lieux est appelé " VRAI " et l'autre s'appelle " FAUX ". " JE NE SAIS PAS " est un endroit situé entre les deux.

### 5. Lisez les instructions suivantes à haute voix

Je vais vous lire une déclaration concernant le stérilet. Si vous pensez que la déclaration est vraie, courez à l'endroit " VRAI ". Si vous pensez que la déclaration est fausse, courez à l'endroit " FAUX ". Si vous ne savez pas, restez ici au milieu. Une fois que vous aurez couru à vos places, je vous demanderai de dire au groupe pourquoi vous pensez que la déclaration est vraie ou fausse. Ensuite, je vous lirai la bonne réponse et nous verrons qui a eu raison. Il est normal que ces réponses soient fausses. Nous sommes ici aujourd'hui pour apprendre.

### 6. Relisez les instructions de l'étape 5 pour vous assurer que tout le monde comprend

## 7. Lisez la première déclaration dans l'encadré ci-dessous

Une fois que les participants se seront rendus sur place, demandez à au moins deux personnes de chaque côté d'expliquer pourquoi ils pensent que la déclaration est vraie ou fausse. Donnez-leur le temps de répondre et encouragez un grand nombre de personnes différentes à parler.

## 8. Lisez la bonne réponse à côté de la déclaration

## 9. Répétez ce processus pour les autres déclarations

DÉCLARATION	RÉPONSE
Le stérilet est une méthode très efficace pour prévenir la grossesse.	La déclaration est vraie. Le stérilet est une méthode très efficace et durable de prévention des grossesses. Il est plus efficace que les préservatifs, la pilule et les injectables. Le stérilet en cuivre et le stérilet hormonal peuvent tous deux être insérés immédiatement après l'accouchement. Une fois inséré, le DIU en cuivre est efficace pendant 12 ans et le DIU hormonal pendant 5 ans. Un prestataire de soins peut retirer le DIU quand une femme le souhaite. Une fois le DIU retiré, une femme peut tomber enceinte immédiatement.
Le DIU ne doit être utilisé que par les femmes qui ont déjà eu des enfants.	Cette déclaration est fausse. Toute femme, jeune ou âgée, avec ou sans enfant, peut utiliser un DIU en toute sécurité.
Le stérilet peut se déplacer dans le corps d'une jeune femme jusqu'à son cœur ou son cerveau.	Cette déclaration est fausse. Il n'y a pas de passage de l'utérus vers les autres organes du corps. Le stérilet est placé à l'intérieur de l'utérus et, à moins qu'il ne sorte accidentellement, il y reste jusqu'à ce qu'un agent de santé qualifié le retire. S'il sort, il sort du vagin. Il est rare qu'un stérilet sorte de l'utérus.
Le stérilet peut piquer le pénis pendant les rapports sexuels.	Cette déclaration est fausse. Le stérilet ne peut pas être senti pendant les rapports sexuels.
Le stérilet peut être retiré à tout moment.	La déclaration est vraie. Un prestataire de soins peut retirer le stérilet quand une femme le souhaite, même avant la période d'efficacité approuvée de 5 à 12 ans. Lorsque le stérilet est retiré, une femme peut tomber enceinte immédiatement.
Le DIU peut provoquer des changements dans les saignements menstruels.	Cette déclaration est vraie. Le DIU en cuivre T peut provoquer des saignements menstruels plus abondants et des crampes, et le DIU hormonal est souvent associé à des saignements menstruels plus légers et moins de crampes.

## 10. Discussion

Demandez au groupe de former un cercle et de poser ces questions. Permettez-leur de discuter de leurs réponses entre elles. Veillez à ce que tout le monde participe :

- Qu'avez-vous appris de nouveau sur le stérilet ?
- Pourquoi pensez-vous qu'il est important que les jeunes hommes ET les jeunes femmes s'informent sur la contraception ?
- À votre avis, que pensent les membres de votre communauté des DIU ? Disposent-ils d'informations correctes ou incorrectes ?
- A qui pouvez-vous vous adresser, vous-même et d'autres jeunes, pour en savoir plus sur les DIU et les autres formes de contraception ?

## 11. Clôture

Lisez à haute voix ce qui suit :

Beaucoup de femmes et de couples aiment le stérilet parce qu'il est très efficace pour prévenir la grossesse, qu'il dure longtemps et qu'il n'oblige pas l'utilisatrice à faire quoi que ce soit une fois qu'il est inséré. Il n'y a rien à retenir au quotidien comme il y en a avec les pilules et personne d'autre que la femme ne sait qu'elle utilise un moyen de contraception. Comme pour toutes les méthodes contraceptives, il peut y avoir des effets secondaires. Si les effets secondaires sont trop inconfortables, vous pouvez toujours passer à une autre méthode. Il est important de parler à un agent de santé des options dont disposent les hommes et les femmes, y compris les adolescentes, pour éviter une grossesse.

## 12. Engagement

Faites le tour du cercle et demandez à chaque femme de nommer un endroit ou une personne à qui elle peut se rendre ou parler afin d'obtenir plus d'informations sur le dispositif intra-utérin et les autres méthodes contraceptives.



SESSIONS PORTANT SUR LA PEIGS/PF

# PRESERVATIFS

VRAI OU FAUX

DURÉE : 45 MINUTES

## NOTE A L'ANIMATEUR

Avant de mener cette activité, veuillez-vous référer à votre matériel de formation sur les méthodes contraceptives. Si possible, invitez un agent de santé communautaire à vous aider à faciliter cette activité.



TAGA ZA DJIBO (BURKINA FASO)

## 1. Introduction

Demandez au groupe de former un cercle puis lisez à haute voix ce qui suit :

Il existe de nombreuses méthodes différentes pour prévenir la grossesse. Aujourd'hui, nous allons jouer à un jeu pour en savoir plus sur les préservatifs masculins et féminins. Il est important que les hommes et les femmes s'informent sur la contraception.

## 2. Lisez ce qui suit à haute voix

Quels sont les moyens que vous connaissez pour prévenir une grossesse ?

Donnez aux participants quelques minutes pour réfléchir et discuter de leurs réponses.



### 3. Partagez les réponses figurant dans la liste suivante

Une fois qu'ils ont énuméré les différents moyens, partagez les réponses de cette liste qu'ils n'ont pas mentionnées et qui sont à leur disposition, notamment :

- La pilule contraceptive orale combinée (COC)
- La pilule progestative (POP)
- Dispositif intra-utérin (DIU)
- Injectables
- Préservatif masculin
- Préservatif féminin
- Implants
- Stérilisation masculine et féminine
- MAMA (allaitement exclusif pendant 6 mois après la naissance)
- Contraception d'urgence
- Méthodes de sensibilisation à la fécondité, y compris les applications pour téléphones mobiles
- Anneau vaginal à progestatif (PVR/AVP)
- Vasectomie
- Abstinence
- Retrait

### 4. Choisissez deux endroits

(par exemple, 2 arbres), distants d'environ 10 mètres. Dites au groupe que l'un des lieux est appelé " VRAI " et l'autre s'appelle " FAUX ". " JE NE SAIS PAS " est un endroit situé entre les deux.

### 5. Lisez les instructions suivantes à haute voix

Je vais vous lire une déclaration concernant les préservatifs. Si vous pensez que cette déclaration est vraie, courez à l'endroit " VRAI ". Si vous pensez que la déclaration est fausse, courez à l'endroit " FAUX ". Si vous ne savez pas, restez ici au milieu. Après avoir couru à vos places, je vous demanderai de dire au groupe pourquoi vous pensez que la déclaration est vraie ou fausse. Ensuite, je vous lirai la bonne réponse et nous verrons qui a eu raison. Il est normal que ces réponses soient fausses. Nous sommes ici aujourd'hui pour apprendre.

### 6. Relisez les instructions de l'étape 5 pour vous assurer que tout le monde a bien compris

## 7. Lisez la première déclaration dans l'encadré ci-dessous.

Une fois que les participants se seront rendus sur place, demandez à au moins deux personnes de chaque côté d'expliquer pourquoi ils pensent que la déclaration est vraie ou fausse. Donnez-leur le temps de répondre et encouragez de nombreuses personnes différentes à parler.

## 8. Lisez la bonne réponse à côté de la déclaration

## 9. Répétez ce processus pour les autres déclarations

DÉCLARATION	RÉPONSE
Les préservatifs masculins et féminins permettent de prévenir les grossesses et les infections sexuellement transmissibles, y compris le VIH.	Cette déclaration est vraie. Les préservatifs sont la seule méthode contraceptive qui peut protéger à la fois contre la grossesse et les infections sexuellement transmissibles, y compris le VIH.
Un homme peut mettre 2 ou 3 préservatifs à la fois pour accroître sa protection.	Cette déclaration est fausse. Les préservatifs peuvent se briser s'ils sont utilisés les uns sur les autres. Vous ne devez utiliser qu'un seul préservatif à la fois.
Un préservatif masculin et un préservatif féminin peuvent être utilisés ensemble pour augmenter la protection.	Cette déclaration est fausse. Les préservatifs masculins et féminins ne doivent pas être utilisés ensemble. Cela peut provoquer des frictions qui peuvent entraîner la déchirure du préservatif.
Le préservatif féminin est confortable pour de nombreuses femmes.	Cette déclaration est vraie. Le préservatif féminin est de la même longueur qu'un préservatif masculin, mais plus large. Il est souple et épouse la forme du vagin. Les préservatifs féminins ont été soigneusement conçus pour s'adapter au corps de toute femme et au pénis de tout homme. Ils ne peuvent pas se perdre à l'intérieur du corps.
Seuls les hommes devraient acheter des préservatifs.	Cette déclaration est fausse. Les femmes et les jeunes femmes peuvent également acheter des préservatifs, afin d'être prêtes au cas où elles devraient négocier l'utilisation de préservatifs. Si une jeune femme a un préservatif, cela ne signifie pas qu'elle a des mœurs légères. Cela montre qu'elle assume la responsabilité de sa santé reproductive.
Pour être efficaces, les préservatifs masculins et féminins doivent être mis avant que le pénis n'entre dans le vagin.	Cette déclaration est vraie. Pour prévenir une grossesse, les préservatifs masculins et féminins doivent être mis ou insérés avant que le pénis n'entre dans le vagin.

## 10. Discussion

Demandez au groupe de former un cercle et de poser ces questions. Permettez-leur de discuter de leurs réponses entre elles. Veillez à ce que tout le monde participe :

- Qu'avez-vous appris de nouveau sur le stérilet ?
- Pourquoi pensez-vous qu'il est important que les jeunes hommes ET les jeunes femmes s'informent sur la contraception ?
- À votre avis, que pensent les membres de votre communauté des préservatifs ? Disposent-ils d'informations correctes ou incorrectes ?
- A qui pouvez-vous vous adresser, vous-même et d'autres jeunes, pour en savoir plus sur les préservatifs masculins et féminins et les autres formes de contraception ?

## 11. Clôture

Lisez à haute voix ce qui suit :

Les hommes et les femmes aiment utiliser des préservatifs car ils n'ont pas d'effets secondaires et on les trouve dans de nombreux endroits. Les préservatifs masculins et féminins doivent être mis ou insérés avant que le pénis n'entre dans le vagin afin d'éviter une grossesse. Les préservatifs féminins peuvent être insérés à l'avance et n'interrompent pas les rapports sexuels. Les femmes les aiment parce qu'elles peuvent décider du moment de leur utilisation et qu'elles peuvent les utiliser sans consulter un prestataire de soins de santé. Comme de nombreux couples ont du mal à utiliser les préservatifs correctement et régulièrement, l'utilisation d'une autre méthode contraceptive (comme la pilule ou les injectables) en plus des préservatifs est souvent le meilleur moyen de prévenir la grossesse et les IST/VIH pour ces

couples. Il est important de discuter avec un prestataire de soins de santé des options contraceptives.

## 12. Engagement

Faites le tour du cercle et demandez à chaque femme de décrire comment elle pourrait entrer en contact avec une autre jeune femme ou un autre couple pour connaître ses expériences en matière d'utilisation de préservatifs masculins ou féminins ou d'autres méthodes contraceptives.



SESSIONS PORTANT SUR LA PEIGS/PF

# IMPLANT

VRAI OU FAUX

DURÉE : 45 MINUTES

## NOTE A L'ANIMATEUR

Avant de mener cette activité, veuillez-vous référer à votre matériel de formation sur les méthodes contraceptives. Si possible, invitez un agent de santé communautaire à vous aider à faciliter cette activité.



TAGAZA DJIBO (BURKINA FASO)

## 1. Introduction

Demandez au groupe de former un cercle puis lisez à haute voix ce qui suit :

Il existe de nombreuses méthodes différentes pour prévenir une grossesse. Aujourd'hui, nous allons jouer à un jeu pour en savoir plus sur une méthode appelée implant. Les implants sont de petites tiges flexibles placées juste sous la peau du bras de la femme ou de l'adolescente et qui libèrent des médicaments afin d'éviter une grossesse. Ils sont très efficaces pendant 3 à 5 ans. Il est important que les hommes et les femmes s'informent sur la contraception.

## 2. Lisez ce qui suit à haute voix

Quels sont les moyens que vous connaissez pour prévenir une grossesse ?



Donnez aux participants quelques minutes pour réfléchir et discuter de leurs réponses.

### 3. Partagez les réponses figurant dans la liste suivante

Une fois qu'ils ont énuméré les différents moyens, partagez les réponses de cette liste qu'ils n'ont pas mentionnées et qui sont à leur disposition, notamment :

- La pilule contraceptive orale combinée (COC)
- La pilule progestative (POP)
- Dispositif intra-utérin (DIU)
- Injectables
- Préservatif masculin
- Préservatif féminin
- Implants
- Stérilisation masculine et féminine
- MAMA (allaitement exclusif pendant 6 mois après la naissance)
- Contraception d'urgence
- Méthodes de sensibilisation à la fécondité, y compris les applications pour téléphones mobiles
- Anneau vaginal à progestatif (PVR/AVP)
- Vasectomie
- Abstinence
- Retrait

### 4. Choisissez deux endroits

(par exemple, 2 arbres), distants d'environ 10 mètres. Dites au groupe que l'un des lieux est appelé " VRAI " et l'autre s'appelle " FAUX ". " JE NE SAIS PAS " est un endroit situé entre les deux.

### 5. Lisez les instructions suivantes à haute voix

Je vais vous lire une déclaration concernant les implants. Si vous pensez que cette déclaration est vraie, courez à l'endroit " VRAI ". Si vous pensez que la déclaration est fausse, courez à l'endroit " FAUX ". Si vous ne savez pas, restez ici au milieu. Après avoir couru à vos places, je vous demanderai de dire au groupe pourquoi vous pensez que la déclaration est vraie ou fausse. Ensuite, je vous lirai la bonne réponse et nous verrons qui a eu raison. Il est normal que ces réponses soient fausses.

### 6. Relisez les instructions de l'étape 5 pour vous assurer que tout le monde a bien compris

## 7. Lisez la première déclaration dans l'encadré ci-dessous.

Une fois que les participants se seront rendus sur place, demandez à au moins deux personnes de chaque côté d'expliquer pourquoi ils pensent que la déclaration est vraie ou fausse. Donnez-leur le temps de répondre et encouragez de nombreuses personnes différentes à parler.

## 8. Lisez la bonne réponse à côté de la déclaration

## 9. Répétez ce processus pour les autres déclarations

DÉCLARATION	RÉPONSE
Les adolescentes ne doivent pas utiliser d'implants.	Cette déclaration est fausse. Les implants sont très sûrs pour les adolescentes, y compris ceux qui ont eu des enfants et ceux qui n'en ont pas eu.
Les implants sont l'une des méthodes les plus efficaces pour prévenir les grossesses.	Cette déclaration est vraie. Les implants sont très efficaces. Ils sont plus efficaces que la pilule, les injectables et les préservatifs pour prévenir les grossesses.
Les femmes qui cessent d'utiliser des implants peuvent devenir enceintes immédiatement.	La déclaration est vraie. Une fois l'implant retiré, une femme peut devenir enceinte immédiatement. Une femme peut également se faire retirer l'implant à tout moment, même si c'est avant les 3 à 5 ans d'efficacité indiqués sur l'étiquette.
L'implant provoque des malformations congénitales chez le bébé.	Cette déclaration est fausse. Si la femme devient enceinte pendant qu'elle utilise l'implant, le bébé ne subira aucun dommage.
L'implant peut provoquer des changements dans les saignements menstruels.	Cette déclaration est vraie. L'implant peut provoquer chez une femme des saignements plus ou moins abondants. L'implant peut également modifier la fréquence des saignements menstruels d'une femme ou peut arrêter les saignements complètement.
L'implant peut être inséré immédiatement après l'accouchement.	Cette déclaration est vraie. Il est sûr pour une femme de se faire insérer un implant contraceptif immédiatement après l'accouchement, même si elle pratique l'allaitement exclusif.

## 10. Discussion

Demandez au groupe de former un cercle et de poser ces questions. Permettez-leur de discuter de leurs réponses entre elles. Veillez à ce que tout le monde participe.

- Qu'avez-vous appris de nouveau sur les implants ?
- Pourquoi pensez-vous qu'il est important que les jeunes hommes ET les jeunes femmes s'informent sur la contraception ?
- À votre avis, que pensent les membres de votre communauté à propos des implants ? Disposent-ils d'informations correctes ou incorrectes ?
- A qui pouvez-vous vous adresser, vous-même et d'autres jeunes, pour en savoir plus sur les préservatifs masculins et féminins et les autres formes de contraception ?

## 11. Clôture

Lisez à haute voix ce qui suit :

Beaucoup de femmes et de couples aiment utiliser l'implant parce qu'une fois qu'il est inséré, il n'y a plus rien à faire. De plus, il est durable et n'interfère pas avec les rapports sexuels. Comme pour toutes les méthodes contraceptives, il peut y avoir des effets secondaires qui peuvent diminuer ou disparaître avec le temps. Si les effets secondaires sont trop inconfortables, vous pouvez toujours passer à une autre méthode. Il est important de parler à un agent de santé des options dont disposent les hommes et les femmes, y compris les adolescentes, pour prévenir une grossesse.

## 12. Engagement

Faites le tour du cercle et demandez à chaque femme de désigner une chose qu'elle aimerait apprendre sur la méthode de contraception par implants ou d'autres méthodes contraceptives et à qui elle s'adresserait pour en savoir plus.



KATY MIMNO (BURKINA FASO)

SESSIONS PORTANT SUR LA PEIGS/PF

# CONTRACEPTION INJECTABLE

VRAI OU FAUX

DURÉE : 45 MINUTES

## NOTE A L'ANIMATEUR

Avant de mener cette activité, veuillez-vous référer à votre matériel de formation sur les méthodes contraceptives. Si possible, invitez un agent de santé communautaire à vous aider à faciliter cette activité.



TAGA ZA DJIBO (BURKINA FASO)

## 1. Introduction

Demandez au groupe de former un cercle puis lisez à haute voix ce qui suit :

Il existe de nombreuses méthodes différentes pour prévenir une grossesse. Aujourd'hui, nous allons jouer à un jeu pour en savoir plus sur une méthode appelée contraception injectable. Il s'agit d'une piqûre que les femmes et les adolescentes reçoivent dans le bras pour prévenir la grossesse. Il existe différents types d'injectables, mais aujourd'hui nous allons parler du type à 3 mois, qui est aussi appelé DMPA ou Depo. Il existe également un autre type d'injectable à 3 mois, appelé Sayana Press, qui est injecté sous la peau par un prestataire de soins, un ASC ou vous-même (selon la réglementation locale). Les contraceptifs injectables ne doivent être mis en place qu'après que votre nouveau-né ait atteint l'âge de 6 semaines. Il est important que les hommes et les femmes s'informent sur la contraception.



## 2. Lisez ce qui suit à haute voix

Quels sont les moyens que vous connaissez pour prévenir une grossesse ?

Donnez aux participants quelques minutes pour réfléchir et discuter de leurs réponses.

## 3. Partagez les réponses figurant dans la liste suivante

Une fois qu'ils ont énuméré les différents moyens, partagez les réponses de cette liste qu'ils n'ont pas mentionnées et qui sont à leur disposition, notamment :

- La pilule contraceptive orale combinée (COC)
- La pilule progestative (POP)
- Dispositif intra-utérin (DIU)
- Injectables
- Préservatif masculin
- Préservatif féminin
- Implants
- Stérilisation masculine et féminine
- MAMA (allaitement exclusif pendant 6 mois après la naissance)
- Contraception d'urgence
- Méthodes de sensibilisation à la fécondité, y compris les applications pour téléphones mobiles
- Anneau vaginal à progestatif (PVR/AVP)
- Vasectomie
- Abstinence
- Retrait

## 4. Choisissez deux endroits

par exemple deux arbres, séparés d'environ 10 mètres. Dites au groupe qu'un endroit est appelé " VRAI " et l'autre s'appelle " FAUX ". " JE NE SAIS PAS " est un endroit situé entre les deux.

## 5. Lisez les instructions suivantes à haute voix

Je vais vous lire une déclaration concernant les contraceptifs injectables. Si vous pensez que cette déclaration est vraie, courez à l'endroit " VRAI ". Si vous pensez que la déclaration est fausse, courez à l'endroit " FAUX ". Si vous ne savez pas, restez ici au milieu. Après avoir couru à vos places, je vous demanderai de dire au groupe pourquoi vous pensez que la déclaration est vraie ou fausse. Ensuite, je vous lirai la bonne réponse et nous verrons qui a eu raison. Il est normal que ces réponses soient fausses.

## 6. Relisez les instructions de l'étape 5 pour vous assurer que tout le monde a bien compris

## 7. Lisez la première déclaration dans l'encadré ci-dessous.

Une fois que les participants se seront rendus sur place, demandez à au moins deux personnes de chaque côté d'expliquer pourquoi ils pensent que la déclaration est vraie ou fausse. Donnez-leur le temps de répondre et encouragez de nombreuses personnes différentes à parler.

DÉCLARATION	RÉPONSE
Pour la contraception injectable DMPA destinée à prévenir la grossesse, un agent de santé l'administre à une femme tous les 3 mois.	La déclaration est vraie. Pour le type de contraception injectable le plus courant (DMPA), une femme doit voir un agent de santé pour une injection tous les 3 mois.
Une femme qui utilise l'injectable DMPA ne pourra pas tomber enceinte après avoir cessé d'utiliser l'injectable.	Cette déclaration est FAUSSE. Parfois, un délai de 6 à 12 mois après la dernière injection est nécessaire pour qu'une femme tombe à nouveau enceinte, mais il n'y a aucune preuve que les femmes deviennent stériles à cause de l'injection.
Les contraceptifs injectables sont dangereux, surtout pour les adolescentes qui n'ont pas eu d'enfants.	Cette déclaration est FAUSSE. Les injectables sont très sûrs pour les adolescentes, y compris celles qui ont et n'ont pas eu d'enfants.
Les contraceptifs injectables peuvent vous faire arrêter les saignements menstruels.	La déclaration est vraie. Les femmes qui utilisent un contraceptif injectable ne libèrent pas d'ovules, ce qui fait qu'elles arrêtent souvent leurs saignements mensuels. Cela n'est pas nocif pour votre corps ou votre santé.
Les contraceptifs injectables n'ont pas d'effet sur le lait maternel d'une femme qui allaite.	La déclaration est vraie. La contraception injectable ne diminue pas la quantité de lait maternel et elle n'affecte pas le lait maternel lui-même ni la santé du nourrisson. Les femmes peuvent utiliser l'injection à partir de 6 semaines après l'accouchement.
Les contraceptifs injectables n'ont pas d'effet sur le lait maternel d'une femme qui allaite.	La déclaration est vraie. La contraception injectable ne diminue pas la quantité de lait maternel et elle n'affecte pas le lait maternel lui-même ni la santé du nourrisson. Les femmes peuvent utiliser l'injection à partir de 6 semaines après l'accouchement.

## 8. Lisez la bonne réponse à côté de la déclaration

## 9. Répétez ce processus pour les autres déclarations

## 10. Discussion

Demandez au groupe de former un cercle et de poser ces questions. Permettez- leur de discuter de leurs réponses entre elles. Veillez à ce que tout le monde participe.

- Qu'avez-vous appris de nouveau sur les contraceptifs injectables ?
- Pourquoi pensez-vous qu'il est important que les jeunes hommes ET les jeunes femmes s'informent sur la contraception ?
- À votre avis, que pensent les membres de votre communauté à propos de la contraception injectable ? Disposent-ils d'informations correctes ou incorrectes ?
- A qui pouvez-vous vous adresser, vous-même et d'autres jeunes, pour en savoir plus sur les injectables et les autres formes de contraception ?

## 11. Clôture

Lisez à haute voix ce qui suit :

Beaucoup de femmes et de couples aiment utiliser des contraceptifs injectables parce que les injectables ne nécessitent pas de rappels quotidiens comme la pilule, et personne d'autre ne peut dire qu'une femme utilise un contraceptif. Cependant, comme pour toutes les méthodes contraceptives, il peut y avoir des effets secondaires. Si les effets secondaires sont trop inconfortables, vous pouvez toujours changer de méthode. Il est important de parler à un agent de santé des options dont disposent les hommes et les femmes, y compris les adolescentes, pour prévenir une grossesse.

## 12. Engagement

Faites le tour du cercle et demandez à chaque femme d'indiquer une personne avec qui elle peut parler du contraceptif injectable. Il peut s'agir d'une femme qui utilise la méthode actuellement, pour en savoir plus sur ses expériences, d'un ASC ou d'un prestataire de services pour obtenir plus d'informations, ou de son partenaire pour lui demander son avis sur la méthode.



SESSIONS PORTANT SUR LA PEIGS/PF

# LES PILULES CONTRACEPTIVES ORALES COMBINÉES

VRAI OU FAUX

DURÉE : 45 MINUTES

**NOTE A L'ANIMATEUR**

Avant de mener cette activité, veuillez-vous référer à votre matériel de formation sur les méthodes contraceptives. Si possible, invitez un agent de santé communautaire à vous aider à faciliter cette activité.



TAGAZA DJIBO (BURKINA FASO)

**1. Introduction**

Demandez au groupe de former un cercle puis lisez à haute voix ce qui suit :

Il existe de nombreux moyens de prévenir la grossesse. Aujourd'hui, nous allons jouer à un jeu pour en savoir plus sur un type de méthode appelé “ pilules contraceptives orales combinées ”, ou simplement “ la pilule ”. Une femme ou une fille avale la pilule chaque jour pour éviter une grossesse. Il est important que les hommes et les femmes s'informent sur la contraception.

**2. Lisez ce qui suit à haute voix**

Quels sont les moyens que vous connaissez pour prévenir une grossesse ?

Donnez aux participants quelques minutes pour réfléchir et discuter de leurs réponses.



### 3. Partagez les réponses figurant dans la liste suivante

Une fois qu'ils ont énuméré les différents moyens, partagez les réponses de cette liste qu'ils n'ont pas mentionnées et qui sont à leur disposition, notamment :

- La pilule contraceptive orale combinée (COC)
- La pilule progestative (POP)
- Dispositif intra-utérin (DIU)
- Injectables
- Préservatif masculin
- Préservatif féminin
- Implants
- Stérilisation masculine et féminine
- MAMA (allaitement exclusif pendant 6 mois après la naissance)
- Contraception d'urgence
- Méthodes de sensibilisation à la fécondité, y compris les applications pour téléphones mobiles
- Anneau vaginal à progestatif (PVR/AVP)
- Vasectomie
- Abstinence
- Retrait

### 4. Choisissez deux endroits

(par exemple, 2 arbres), distants d'environ 10 mètres. Dites au groupe que l'un des lieux est appelé " VRAI " et l'autre s'appelle " FAUX ". " JE NE SAIS PAS " est un endroit situé entre les deux.

### 5. Lisez les instructions suivantes à haute voix

Je vais vous lire une déclaration concernant les pilules contraceptives orales. Si vous pensez que cette déclaration est vraie, courez à l'endroit " VRAI ". Si vous pensez que la déclaration est fausse, courez à l'endroit " FAUX ". Si vous ne savez pas, restez ici au milieu. Après avoir couru à vos places, je vous demanderai de dire au groupe pourquoi vous pensez que la déclaration est vraie ou fausse. Ensuite, je vous lirai la bonne réponse et nous verrons qui a eu raison. Il est normal que ces réponses soient fausses. Nous sommes ici aujourd'hui pour apprendre.

### 6. Relisez les instructions de l'étape 5 pour vous assurer que tout le monde a bien compris

## 7. Lisez la première déclaration dans l'encadré ci-dessous.

Une fois que les participants se seront rendus sur place, demandez à au moins deux personnes de chaque côté d'expliquer pourquoi ils pensent que la déclaration est vraie ou fausse. Donnez-leur le temps de répondre et encouragez de nombreuses personnes différentes à parler.

## 8. Lisez la bonne réponse à côté de la déclaration

## 9. Répétez ce processus pour les autres déclarations

DÉCLARATION	RÉPONSE
Une femme ne doit prendre la pilule contraceptive orale combinée que lorsqu'elle a des rapports sexuels.	La déclaration est FAUSSE. Une femme doit prendre la pilule contraceptive orale combinée tous les jours afin de ne pas tomber enceinte. Si vous oubliez accidentellement une pilule, vous devez consulter les instructions sur votre plaquette de pilules ou votre agent de santé pour savoir ce que vous devez faire.
Lorsque vous prenez la pilule contraceptive orale combinée, les modifications des saignements mensuels sont fréquentes mais pas dangereuses.	Cette déclaration est vraie. Lorsque vous commencez à prendre la pilule contraceptive combinée, il est normal d'avoir des saignements irréguliers pendant les premiers mois. Ensuite, vous commencerez à avoir des saignements mensuels réguliers et plus légers.
La pilule contraceptive orale combinée provoquera des malformations chez les enfants.	La déclaration est FAUSSE. Elle ne cause aucun dommage au bébé ou à la mère.
La pilule contraceptive orale combinée provoque la stérilité.	La déclaration est FAUSSE. Lorsqu'une femme cesse de prendre la pilule contraceptive orale combinée, elle peut tomber enceinte.
La pilule contraceptive orale combinée est sans danger pour les adolescentes.	La déclaration est vraie. La pilule contraceptive orale combinée a été utilisée en toute sécurité par des millions d'adolescentes depuis plus de 30 ans et a été testée plus que tout autre médicament. En fait, des études montrent qu'elle peut protéger les adolescentes et les femmes contre certaines formes de cancer.

## 10. Discussion

Demandez au groupe de former un cercle et de poser ces questions. Permettez- leur de discuter de leurs réponses entre elles. Veillez à ce que tout le monde participe.

- Qu'avez-vous appris de nouveau sur la pilule ?
- Pourquoi pensez-vous qu'il est important que les jeunes hommes ET les jeunes femmes s'informent sur la contraception ?
- À votre avis, que pensent les membres de votre communauté à propos de la pilule ? Disposent-ils d'informations correctes ou incorrectes ?
- A qui pouvez-vous vous adresser, vous-même et d'autres jeunes, pour en savoir plus sur la pilule et les autres formes de contraception ?

## 11. Clôture

Lisez à haute voix ce qui suit :

Beaucoup de femmes et de couples aiment les pilules contraceptives parce qu'elles aident à protéger contre la grossesse et certains cancers. Certaines de ces pilules peuvent également contribuer à réduire les crampes menstruelles, à atténuer les problèmes de saignement et à améliorer le teint. Ce qui peut être difficile, c'est de se rappeler de prendre la pilule tous les jours et de s'assurer d'en avoir toujours une réserve. Si une femme manque des doses de sa pilule, elle risque de tomber enceinte. Comme pour toutes les méthodes contraceptives, il peut y avoir des effets secondaires, qui peuvent diminuer ou disparaître avec le temps. Si les effets secondaires sont trop inconfortables, vous pouvez toujours passer à une autre méthode. Il est important de parler à un agent de santé des autres options dont disposent les hommes et les femmes, y compris les adolescentes, pour prévenir une grossesse.

## 12. Engagement

Faites le tour du cercle et demandez à chaque femme de décrire comment elle va se rapprocher d'une autre femme qui utilise ou a utilisé la pilule pour tirer les leçons de son expérience.



SESSIONS PORTANT SUR LA PEIGS/PF

# PILULES CONTRACEPTIVES D'URGENCE

**VRAI OU FAUX**

**DURÉE : 45 MINUTES**

## NOTE A L'ANIMATEUR

Avant de mener cette activité, veuillez-vous référer à votre matériel de formation sur les méthodes contraceptives. Si possible, invitez un agent de santé communautaire à vous aider à faciliter cette activité.



AMI VITALE FOR THE NATURE CONSERVANCY (TANZANIA)

## 1. Introduction

Demandez au groupe de former un cercle puis lisez à haute voix ce qui suit :

Il existe de nombreuses méthodes différentes pour prévenir une grossesse. Aujourd'hui, nous allons jouer à un jeu pour en savoir plus sur une méthode appelée pilules contraceptives d'urgence. Il s'agit de pilules qui sont prises jusqu'à 5 jours après un rapport sexuel non protégé afin de prévenir une grossesse. Il est important que les hommes et les femmes s'informent sur la contraception.

## 2. Lisez ce qui suit à haute voix

Quels sont les moyens que vous connaissez pour prévenir une grossesse ?

Donnez aux participants quelques minutes pour réfléchir et discuter de leurs réponses.

### 3. Partagez les réponses figurant dans la liste suivante

Une fois qu'ils ont énuméré les différents moyens, partagez les réponses de cette liste qu'ils n'ont pas mentionnées et qui sont à leur disposition, notamment :

- La pilule contraceptive orale combinée (COC)
- La pilule progestative (POP)
- Dispositif intra-utérin (DIU)
- Injectables
- Préservatif masculin
- Préservatif féminin
- Implants
- Stérilisation masculine et féminine
- MAMA (allaitement exclusif pendant 6 mois après la naissance)
- Contraception d'urgence
- Méthodes de sensibilisation à la fécondité, y compris les applications pour téléphones mobiles
- Anneau vaginal à progestatif (PVR/AVP)
- Vasectomie
- Abstinence
- Retrait

### 4. Choisissez deux endroits

(par exemple, 2 arbres), distants d'environ 10 mètres. Dites au groupe que l'un des lieux est appelé " VRAI " et l'autre s'appelle " FAUX ". " JE NE SAIS PAS " est un endroit situé entre les deux.

### 5. Lisez les instructions suivantes à haute voix

Je vais vous lire une déclaration concernant les pilules contraceptives d'urgence. Si vous pensez que cette déclaration est vraie, courez à l'endroit " VRAI ". Si vous pensez que la déclaration est fausse, courez à l'endroit " FAUX ". Si vous ne savez pas, restez ici au milieu. Après avoir couru à vos places, je vous demanderai de dire au groupe pourquoi vous pensez que la déclaration est vraie ou fausse. Ensuite, je vous lirai la bonne réponse et nous verrons qui a eu raison. Il est normal que ces réponses soient fausses. Nous sommes ici aujourd'hui pour apprendre.

### 6. Relisez les instructions de l'étape 5 pour vous assurer que tout le monde a bien compris



## 7. Lisez la première déclaration dans l'encadré ci-dessous.

Une fois que les participants se seront rendus sur place, demandez à au moins deux personnes de chaque côté d'expliquer pourquoi ils pensent que la déclaration est vraie ou fausse. Donnez-leur le temps de répondre et encouragez de nombreuses personnes différentes à parler.

## 8. Lisez la bonne réponse à côté de la déclaration

## 9. Répétez ce processus pour les autres déclarations

DÉCLARATION	RÉPONSE
Les pilules contraceptives d'urgence mettent fin à une grossesse si une femme les prend alors qu'elle est déjà enceinte.	Cette déclaration est FAUSSE. Les pilules contraceptives d'urgence empêchent l'ovule de rencontrer le sperme après le rapport sexuel. Si une femme est déjà enceinte, les pilules ne mettront pas fin à la grossesse et ne causeront pas de dommages ou de malformations congénitales au bébé.
Les pilules contraceptives d'urgence doivent être prises immédiatement après un rapport sexuel non protégé afin d'être le plus efficace possible.	Cette déclaration est vraie. Plus tôt les pilules sont prises après un rapport sexuel, plus elles sont efficaces pour prévenir la grossesse. Il a été démontré qu'elles préviennent la grossesse jusqu'à 5 jours après le rapport sexuel.
La prise de la pilule contraceptive d'urgence peut rendre une femme un peu malade pendant quelques jours.	Cette déclaration est vraie. Les pilules contraceptives d'urgence peuvent parfois provoquer des nausées, des maux de tête et des vertiges. La femme peut occasionnellement vomir. Elle peut également avoir des saignements irréguliers dans les semaines qui suivent la prise de la pilule.
Les pilules contraceptives d'urgence inciteront les femmes à adopter des comportements à risque et à avoir des relations sexuelles avec de nombreuses personnes.	La déclaration est FAUSSE. De nombreuses études ont montré que la disponibilité de la pilule d'urgence ne change pas le comportement des gens. Au contraire, ils offrent aux femmes une seconde chance d'éviter une grossesse en cas de rapports sexuels non protégés.
Les pilules contraceptives d'urgence ne sont pas appropriées pour les adolescents.	La déclaration est FAUSSE. Les pilules contraceptives d'urgence sont sûres pour toutes les femmes, y compris les adolescentes.
Les femmes ne doivent jamais utiliser de contraceptifs d'urgence plus d'une fois par an.	La déclaration est FAUSSE. Les contraceptifs d'urgence peuvent être utilisés aussi souvent que nécessaire pour prévenir une grossesse après un rapport sexuel non protégé. Toutefois, d'autres méthodes comme la pilule, les injectables, les implants et le dispositif intra-utérin (DIU) que les femmes utilisent régulièrement au fil du temps sont plus efficaces pour prévenir la grossesse (si elles sont utilisées correctement avant les rapports sexuels).

## 10. Discussion

Demandez au groupe de former un cercle et de poser ces questions. Permettez- leur de discuter de leurs réponses entre elles. Veillez à ce que tout le monde participe.

- Qu'avez-vous appris de nouveau sur les pilules contraceptives d'urgence ?
- Pourquoi pensez-vous qu'il est important que les jeunes hommes ET les jeunes femmes s'informent sur la contraception ?
- À votre avis, que pensent les membres de votre communauté à propos des pilules contraceptives d'urgence ? Disposent-ils d'informations correctes ou incorrectes ?
- A qui pouvez-vous vous adresser, vous-même et d'autres jeunes, pour en savoir plus sur la pilule contraceptive d'urgence et les autres formes de contraception ?

## 11. Clôture

Lisez à haute voix ce qui suit :

Les pilules contraceptives d'urgence offrent une seconde chance de prévenir les grossesses. Il est important de savoir où les trouver afin de pouvoir les utiliser le plus rapidement possible après un rapport sexuel non protégé, y compris lorsqu'un préservatif se déchire ou se détache à l'intérieur de la femme. De nombreuses personnes aiment avoir des contraceptifs d'urgence à portée de main au cas où leur méthode de contraception habituelle échouerait. Il est important de parler à un agent de santé pour savoir comment prévenir une grossesse.

## 12. Engagement

Faites le tour du cercle et demandez à chaque femme d'indiquer un endroit où elle peut se rendre ou une personne ou à qui elle parler afin d'obtenir plus d'informations sur la pilule contraceptive d'urgence et les autres méthodes contraceptives.



SESSIONS PORTANT SUR LES SOINS AUX  
NOUVEAU-NÉS ET LE RÔLE PARENTAL

# L'ALLAITEMENT MATERNEL EXCLUSIF ET LA MÉTHODE DE L'ALLAITEMENT MATERNEL ET DE L'AMÉNORRHÉE (MAMA)

**VRAI OU FAUX**

**DURÉE : 1 HEURE**

## NOTE A L'ANIMATEUR

Veillez-vous référer à votre matériel de formation sur l'allaitement maternel exclusif avant de mener cette activité. Si possible, invitez un agent de santé communautaire à vous aider à faciliter cette activité.

## 1. Introduction

Demandez au groupe de former un cercle puis lisez à haute voix ce qui suit :

Aujourd'hui, nous allons jouer à un jeu pour en savoir plus sur l'allaitement maternel exclusif pour les bébés. Nous entendrons également une brève histoire sur la décision d'une jeune mère d'allaiter exclusivement son bébé.

## 2. Choisissez deux endroits

(par exemple, 2 arbres), distants d'environ 10 mètres. Dites au groupe que l'un des lieux est appelé " VRAI " et l'autre s'appelle " FAUX ". " JE NE SAIS PAS " est un endroit situé entre les deux.

## 3. Lisez les instructions suivantes à haute voix

Je vais vous lire une déclaration concernant l'allaitement maternel exclusif. Si vous pensez que cette déclaration est vraie, courez à l'endroit " VRAI ". Si vous pensez que la déclaration est fausse, courez à l'endroit " FAUX ". Si vous ne savez pas, restez ici au milieu. Après avoir couru à vos places, je vous demanderai de dire au groupe pourquoi vous pensez que la déclaration est vraie ou fausse. Ensuite, je vous lirai la bonne réponse et nous verrons qui a eu raison. Il est normal que ces réponses soient fausses. Nous sommes ici aujourd'hui pour apprendre.

## 4. Relisez les instructions de l'étape 3 pour vous assurer que tout le monde comprend

## 5. Lisez la première déclaration dans l'encadré ci-dessous.

Une fois que les participants se seront rendus sur place, demandez à au moins deux personnes de chaque côté d'expliquer pourquoi ils pensent que la déclaration est vraie ou fausse. Donnez-leur le temps de répondre et encouragez de nombreuses personnes différentes à parler.

## 6. Lisez la bonne réponse à côté de la déclaration

## 7. Répétez ce processus pour les autres déclarations

DÉCLARATION	RÉPONSE
L'allaitement maternel exclusif signifie qu'aucun autre aliment ou liquide n'est offert au bébé pendant les 6 premiers mois	Cette déclaration est vraie. L'allaitement maternel exclusif signifie que les bébés ne reçoivent que du lait maternel sans eau ni autres liquides ou aliments pendant les 6 premiers mois, à l'exception des médicaments spécifiquement prescrits.
L'allaitement maternel exclusif doit commencer le plus tôt possible après la naissance, car le premier lait de la mère est particulièrement bon pour le bébé.	Cette déclaration est vraie. Le fait de commencer l'allaitement maternel immédiatement après la naissance présente des avantages tant pour la mère que pour le bébé. Le lait maternel des premiers jours est appelé "colostrum" et il est rempli de substances qui aident le bébé à grandir en force et à combattre les maladies.
L'allaitement maternel exclusif pendant 6 mois est approprié, même si la mère est séropositive.	Cette déclaration est vraie. Il est sans danger pour les femmes séropositives ou sous antirétroviraux d'allaiter exclusivement au sein pendant six mois.
Si un bébé pleure après l'allaitement, cela signifie qu'il n'a pas eu assez de nourriture et qu'il faut lui donner autre chose que du lait maternel.	La déclaration est FAUSSE. Les experts de la santé du monde entier affirment que le lait maternel contient tous les éléments nutritifs dont un bébé a besoin pendant les six premiers mois. Aucun autre liquide, aliment ou complément n'est nécessaire. L'allaitement maternel régulier permet également à la femme de continuer à produire du lait, car la production de lait de la mère est stimulée par la tétée du bébé.
Les mères ont des besoins nutritionnels accrus pendant l'allaitement (tétée).	Cette déclaration est vraie. Les mères ont besoin de calories et d'éléments nutritifs supplémentaires pendant l'allaitement, tout comme pendant la grossesse.
L'allaitement exclusif d'un bébé pendant les six premiers mois peut contribuer à éviter une nouvelle grossesse.	La déclaration est vraie. L'une des méthodes de prévention de la grossesse est appelée "méthode de l'aménorrhée due à l'allaitement" ou "MAMA". La MAMA est une méthode de prévention de la grossesse qui exige que la femme allaite exclusivement, que son bébé ait moins de 6 mois et que ses saignements mensuels ne soient pas revenus.
Une femme peut continuer à utiliser la MAMA comme méthode contraceptive aussi longtemps qu'elle allaite son enfant.	La déclaration est FAUSSE. Pour continuer à prévenir une autre grossesse jusqu'à ce que le bébé ait deux ans, une femme doit passer à une autre méthode contraceptive avant que le bébé n'ait six mois, ou plus tôt si le bébé n'est plus exclusivement allaité ou si les règles de la mère sont revenues. À 6 mois, le bébé doit passer à l'alimentation complémentaire et la mère doit passer à une autre méthode contraceptive.

## 8. Discussion

Demandez au groupe de former un cercle et de poser ces questions. Permettez-leur de discuter de leurs réponses entre elles. Veillez à ce que tout le monde participe :

- Qu'avez-vous appris de nouveau sur l'allaitement maternel exclusif ?
- À votre avis, que pensent les membres de votre communauté à propos de l'allaitement maternel exclusif pendant les 6 premiers mois ?
- Quelles sont les idées ou les pratiques locales pour l'alimentation d'un enfant pendant ses 6 premiers mois ?

## 9. Lisez cette histoire au groupe

Stella et Kevin sont de nouveaux parents avec une petite fille d'un mois. Stella allaite son bébé depuis sa naissance et souhaite continuer à ne lui donner que du lait maternel pendant les six premiers mois. Stella a d'abord entendu parler de l'allaitement maternel exclusif par sa sœur, puis elle a obtenu plus d'informations de l'agent de santé communautaire sur ses avantages pour le bébé. Elle a été très intéressée d'apprendre que le lait maternel est plus sûr et plus facile à digérer pour son bébé, et qu'il contient également des anticorps importants pour aider le bébé à combattre les infections. Stella a parlé avec Kevin avant la naissance du bébé et ils ont convenu que l'allaitement maternel exclusif était le meilleur choix pour la santé de leur bébé. Tout s'est déroulé sans problème pendant le premier mois du bébé. La production de lait de Stella a été bonne, et elle apprécie également la proximité qu'elle ressent avec son bébé pendant l'allaitement. Mais aujourd'hui, Kevin craint que le lait maternel ne suffise pas. Lorsque le bébé pleure après avoir été nourri, il a

l'impression que c'est parce qu'elle a encore faim, et il demande à plusieurs reprises à Stella de lui donner du porridge ou du paprika. La mère de Stella est également inquiète et convient avec Kevin que le bébé a besoin de plus que du lait maternel pour grandir. Elle affirme également que le fait de ne lui donner que du lait maternel pendant six mois l'empêchera de manger d'autres aliments plus tard. La sœur de Stella l'encourage à poursuivre l'allaitement maternel exclusif, et c'est l'option que Stella considère comme la meilleure pour son bébé. Mais Stella ressent la pression de sa mère et de Kevin, et elle n'est pas sûre de pouvoir continuer.

## 10. Relisez l'histoire au groupe

### 11. Discussion

Demandez au groupe de former un cercle et de poser ces questions. Permettez-leur de discuter de leurs réponses entre elles. Veillez à ce que tout le monde participe :

- Que pensez-vous de la décision initiale de Stella et Kevin d'allaiter leur bébé exclusivement au sein ?
- Que pensez-vous des inquiétudes soulevées par la mère de Kevin et Stella ?
- Que pensez-vous que Stella devrait faire ensuite, surtout si elle veut continuer à allaiter exclusivement sa fille ?
- Quels autres défis les jeunes mères doivent-elles relever si elles veulent nourrir leur bébé exclusivement au sein ?
- Pensez-vous que les avantages de l'allaitement maternel exclusif l'emportent sur les difficultés ?
- A qui s'adresser pour en savoir plus sur l'allaitement maternel exclusif et sur d'autres questions relatives à l'alimentation de votre bébé ?



## 12. Clôture

Lisez à haute voix ce qui suit :

De nombreuses femmes et de nombreux couples comprennent l'importance de l'allaitement maternel et sont conscients des avantages qu'il y a à ne donner au bébé que du lait maternel pendant les six premiers mois. Les experts de la santé recommandent que le nouveau-né soit nourri au lait maternel dans la première heure de sa vie pour profiter pleinement du premier lait de la mère (le colostrum, très riche en substances qui combattent les infections, protégeant ainsi les nourrissons de maladies potentiellement mortelles). En outre, le lait maternel est l'aliment idéal pour les bébés et les nourrissons car il contient des nutriments en quantité suffisante, leur donnant toute la nourriture dont ils ont besoin pour survivre et s'épanouir. Le lait maternel est facilement digestible et bien absorbé ; il est sûr et contient des anticorps qui aident à protéger les nourrissons contre les maladies infantiles courantes, telles que les infections des voies respiratoires, la diarrhée, et la pneumonie - la diarrhée et la pneumonie sont les deux principales causes de mortalité infantile dans le monde. L'allaitement maternel exclusif peut également contribuer à prévenir la grossesse si le bébé est uniquement allaité au sein et ne reçoit rien d'autre pendant les 6 premiers mois, si la mère n'a pas recommencé à saigner tous les mois et si le bébé a moins de 6 mois.

## 13. Engagement

Gaites le tour du cercle et demandez à chaque femme de s'engager à parler avec une autre jeune femme - à l'intérieur ou à l'extérieur du groupe - de l'allaitement maternel exclusif et de ses avantages.



SESSIONS PORTANT SUR LES SOINS AUX  
NOUVEAUX-NÉS ET LE RÔLE PARENTAL

# LE RÔLE PARENTAL PENDANT LA PREMIÈRE ANNÉE D'UN BÉBÉ

VRAI OU FAUX

DURÉE : 1 HEURE

## NOTE A L'ANIMATEUR

Veillez-vous référer à votre matériel de formation sur les responsabilités parentales avant d'entreprendre cette activité. Si possible, invitez un agent de santé communautaire à vous aider à faciliter cette activité.

## 1. Introduction

Demandez au groupe de former un cercle puis lisez à haute voix ce qui suit :

Aujourd'hui, nous allons jouer à un jeu pour en savoir plus sur la façon dont les bébés grandissent et se développent au cours de leur première année. Nous entendrons également une histoire sur la façon d'être un bon parent pour un bébé. Comprendre ce qui se passe avec votre enfant est une étape importante pour savoir comment soutenir sa croissance et faire face aux défis très réels d'être parent.

## 2. Choisissez deux endroits

(par exemple, 2 arbres), distants d'environ 10 mètres. Dites au groupe que l'un des lieux est appelé " VRAI " et l'autre s'appelle " FAUX ". " JE NE SAIS PAS " est un endroit situé entre les deux.

## 3. Lisez les instructions suivantes à haute voix

Je vais vous lire une déclaration concernant la façon dont le bébé se développe pendant sa première année. Si vous pensez que cette déclaration est vraie, courez à l'endroit " VRAI ". Si vous pensez que la déclaration est fausse, courez à l'endroit " FAUX ". Si vous ne savez pas, restez ici au milieu. Après avoir couru à vos places, je vous demanderai de dire au groupe pourquoi vous pensez que la déclaration est vraie ou fausse. Ensuite, je vous lirai la bonne réponse et nous verrons qui a eu raison. Il est normal que ces réponses soient fausses. Nous sommes ici aujourd'hui pour apprendre.

## 4. Relisez les instructions de l'étape 3 pour vous assurer que tout le monde comprend

## 5. Lisez la première déclaration dans l'encadré ci-dessous.

Une fois que les participants se seront rendus sur place, demandez à au moins deux personnes de chaque côté d'expliquer pourquoi ils pensent que la déclaration est vraie ou fausse. Donnez-leur le temps de répondre et encouragez de nombreuses personnes différentes à parler.

## 6. Lisez la bonne réponse à côté de l'énoncé

## 7. Répétez ce processus pour les instructions restantes

DÉCLARATION	RÉPONSE
Ce n'est que lorsque les bébés commencent à marcher et à parler qu'ils peuvent interagir avec le monde extérieur.	Cette déclaration est FAUSSE. Les bébés commencent à apprendre à vivre dans le monde extérieur dès le début, lorsqu'ils réagissent aux expressions faciales de leur mère et de leur père lorsqu'ils les tiennent dans leurs bras. Au cours des trois premiers mois, ils apprennent à suivre des objets des yeux, à saisir des objets avec leurs mains et à attraper les objets qui pendent à proximité. À six mois, ils se retournent et s'assoient, jouent avec des jouets et des objets, et émettent des sons qui ressemblent à un vrai langage. Ils sont conscients des choses et des personnes qui les entourent et ont besoin de se sentir en sécurité et protégés.
Il est normal qu'un bébé pleure beaucoup pendant ses six premiers mois, parfois sans raison précise.	Cette déclaration est vraie. Pendant les 6 premiers mois, les bébés pleurent lorsqu'ils ont besoin que vous sachiez quelque chose (par exemple, pour indiquer qu'ils ont faim, qu'ils sont mouillés ou qu'ils ont trop chaud ou trop froid), mais ils peuvent aussi pleurer sans raison précise. Dans les deux cas, des choses simples, comme tenir ou câliner le bébé, ou lui parler ou lui chanter, l'aideront à se sentir en sécurité.
Tous les bébés se développent au même rythme au cours de leur première année et franchissent des étapes clés - comme lever la tête, s'asseoir ou apprendre leur premier mot - selon un calendrier mensuel.	La déclaration est FAUSSE. Les bébés vivent d'énormes changements au cours de leur première année, et il y a plusieurs étapes de développement. Mais chaque enfant se développe à son propre rythme. Pour les nouveaux parents, le message est de surveiller les progrès de votre enfant (comme répondre à des sons familiers, lever la tête, se retourner et s'asseoir), et non pas de respecter des délais précis.
Il est inutile de lire, de chanter ou de parler à votre bébé, car il ne comprend pas ce que vous lui dites.	La déclaration est FAUSSE. L'interaction avec votre bébé l'aide à se développer. Répondre à votre bébé lorsqu'il fait du bruit et lui faire la lecture sont autant d'éléments qui aident le bébé à comprendre et à apprendre le langage.
Secouer ou jeter un bébé en l'air est très dangereux et ne doit jamais être fait.	Cette déclaration est vraie. Les bébés ont des muscles du cou très faibles qui ne sont pas encore capables de soutenir leur tête. Si vous secouez votre bébé ou le jetez en l'air, vous pouvez endommager son cerveau ou même causer sa mort. Les bébés ne doivent jamais être secoués ou jetés en l'air.

## 8. Discussion

Demandez au groupe de former un cercle et de poser ces questions. Permettez-leur de discuter de leurs réponses entre elles. Veillez à ce que tout le monde participe :

- Qu'avez-vous appris de nouveau sur la façon dont un bébé se développe au cours de sa première année ?
- Quels sont quelques-uns des développements que vous avez observés chez votre bébé au cours de la première année ?
- Quelles sont vos façons préférées d'interagir avec votre bébé ?
- Quelles sont les préoccupations des nouvelles mères concernant le développement de leur bébé au cours de la première année ?
- Quelles sont les pratiques courantes dans nos communautés qui peuvent être préjudiciables aux bébés ?

## 9. Lisez cette histoire au groupe

Mary est une jeune mère qui a un petit garçon de 5 mois. Mary a 19 ans et vit avec son frère aîné et sa femme. Le père de son bébé vit ailleurs et ne peut venir voir le bébé qu'occasionnellement. Bien que sa belle-sœur l'aide parfois, Mary se sent trop débordée en s'occupant quotidiennement de son fils. La plupart du temps, elle est tellement fatiguée par les tétées, les changements de couches, la cuisine et le lavage incessant des couches, qu'elle n'a pas envie de jouer ou de faire la lecture au bébé. Parfois, son fils pleure et pleure sans raison. Dans ce moment-là, Mary ne sait pas quoi faire et s'inquiète de ce que quelque chose ne va pas. Elle s'inquiète aussi que le bébé n'ait pas commencé à se retourner, comme l'a fait sa nièce à l'âge de cinq mois.

Lorsque le père du bébé lui rend visite, il dit qu'il est encore trop nerveux pour porter le bébé et qu'il ne peut pas faire grand-chose avant que leur fils soit plus âgé. Mary aimerait en savoir plus sur ce que vit son fils et savoir si elle peut faire plus pour s'assurer qu'il grandit bien. Elle et le père du bébé veulent être de bons parents, mais avec un bébé aussi jeune, il est difficile de savoir quoi faire.

## 10. Relisez l'histoire au groupe

### 11. Discussion

Demandez au groupe de former un cercle et de poser ces questions. Permettez-leur de discuter de leurs réponses entre elles. Veillez à ce que tout le monde participe :

- Que pensez-vous de la situation de Mary ?
- Quelles suggestions donneriez-vous à Mary sur la façon d'interagir avec son petit garçon ?
- Que pensez-vous de l'attitude du père du bébé ?
- Quelles suggestions donneriez-vous au père du bébé sur la façon dont il peut interagir avec le bébé ?
- A qui s'adresser pour en savoir plus sur le développement du bébé ou sur la façon d'être un bon parent ?



## 12. Clôture

Lisez à haute voix ce qui suit :

Les bébés grandissent énormément au cours de leur première année. Ils apprennent à concentrer leur vision, à apprendre le langage et à commencer à comprendre les noms des personnes et des choses, à tendre la main et à explorer leur monde, à apprendre à utiliser leur corps et à développer des liens d'amour et de confiance. Bien que cette première année comporte plusieurs étapes importantes, chaque bébé se développe à son propre rythme. Les nouveaux parents veulent - et doivent - savoir à quoi s'attendre au cours de cette première année et comment ils peuvent soutenir leur enfant. Des choses simples, comme parler, lire ou chanter à votre enfant, l'aident à se développer, à apprendre le langage et à communiquer. En tant que parents, prenez soin de vous physiquement, mentalement et émotionnellement. Être parent peut être un travail difficile ! Il est plus facile de profiter de votre nouveau bébé et d'être un parent positif et aimant lorsque vous vous sentez bien.

## 13. Engagement

Faites le tour du cercle et demandez à chaque femme d'indiquer une façon dont elle interagira avec son bébé demain.





SESSIONS PORTANT SUR LES  
RELATIONS ET LES RÔLES DE GENRE

# LES RÔLES MASCULINS ET FÉMININS

---

**JEU**

DURÉE : 45 MINUTES

## 1. Introduction

Demandez au groupe de former un cercle puis lisez à haute voix ce qui suit :

Aujourd'hui, nous allons parler de ce que signifie être un homme ou une femme.

## 2. Choisissez deux endroits

(par exemple deux arbres), séparés d'environ 10 mètres. Dites au groupe que l'un des deux endroits s'appelle " HOMMES " et l'autre s'appelle " FEMMES. " Choisissez un point au milieu des deux endroits et appelez ce point " A LA FOIS HOMME ET FEMME. "

## 3. Lisez les instructions suivantes à haute voix

Je vais dire un mot. Je veux que vous couriez à l'endroit où vous pensez que ce mot appartient. Par exemple, si je dis le mot " mère ", vous courez à l'endroit " FEMMES " parce que seules les femmes peuvent être mères. Si je dis le mot " grand " et que vous pensez que les hommes et les femmes peuvent être grands, vous courez à l'emplacement " A LA FOIS HOMME ET FEMME. "

## 4. Relisez les instructions de l'étape 3 pour vous assurer que tout le monde comprend

## 5. Lisez le premier mot de la liste de la page suivante

## 6. Demandez aux participants de chaque côté de partager

Une fois que les participantes auront couru jusqu'à l'endroit de leur choix, demandez à au moins deux participants de chaque côté de vous dire pourquoi ils ont choisi cet endroit. Encouragez les autres à partager et à débattre également.

## 7. Répétez ces étapes pour les autres déclarations

LISTE DES MOTS		
Fort	Une réussite financière	Policier
Bon communicateur	Violent	S'occupe des enfants
Responsable de la famille	Enseignant	Décideur
Infidèle	Cuisine	Aimant

## 8. Discussion

Une fois que vous avez terminé, demandez aux participants de former un cercle et poser ces questions. Donnez-leur le temps de répondre avant de passer à la question suivante.

- Pour lesquels de ces mots, il a été difficile de décider s'ils sont réservés aux hommes, aux femmes ou aux deux ?
- Beaucoup de gens pensent que seuls les hommes peuvent être forts, courageux, réussir financièrement et prendre des décisions pour la famille. Ils pensent également que seules les femmes peuvent faire la cuisine et être de bonnes communicatrices. Que pensez-vous de ces croyances ?

- Un homme idéal peut-il être attentionné et gentil ? Une femme idéale peut-elle être forte et prendre des décisions pour la famille ? Expliquez votre réponse.
- Si votre sœur ou cousine cadette vous disait qu'elle veut devenir officier de police, que lui diriez-vous ?

## 9. Clôture

Lisez à haute voix ce qui suit :

Parfois, les gens de notre communauté attendent de nous que nous fassions des choses ou que nous soyons d'une certaine manière juste parce que nous sommes un homme ou une femme. Mais vous seriez surpris de voir à quel point les hommes et les femmes peuvent faire les mêmes choses. Par exemple, les hommes et les femmes peuvent être forts, courageux, drôles, violents, puissants ou attentionnés. Les hommes et les femmes peuvent être policiers, menuisiers, cuisiniers et vendeurs sur le marché.

## 10. Engagement

Faites le tour du cercle et demandez à chaque femme de partager une chose qu'elle aimerait essayer, soit maintenant, soit quand elle sera plus âgée, et que les membres de son sexe ne font généralement pas. (Par exemple, elle peut vouloir essayer de garder des chèvres.)

SESSIONS PORTANT SUR LES  
RELATIONS ET LES RÔLES DE GENRE

# CHOIX EN MATIÈRE DE SANTÉ REPRODUCTIVE

D'ACCORD OU NON

DURÉE: 45 MINUTES



TAGAZA DJIBO (BURKINA FASO)

## 1. Introduction

Demandez au groupe de former un cercle puis lisez à haute voix ce qui suit :

Aujourd'hui, nous allons parler de la prise de décisions concernant la grossesse, les enfants et la santé.

## 2. Choisissez deux endroits

par exemple deux arbres, séparés d'environ 10 mètres. Dites au groupe que l'un des deux endroits s'appelle " D'ACCORD " et l'autre s'appelle " PAS D'ACCORD. "

## 3. Lisez les instructions suivantes à haute voix

Je vais lire une déclaration. Si vous êtes d'accord avec cette déclaration, je veux que vous couriez à l'endroit " d'accord ". Si vous n'êtes pas d'accord avec la déclaration, courez à l'endroit " Pas d'accord ". Je vous demanderai ensuite d'expliquer pourquoi vous êtes d'accord ou non avec la déclaration.

## 4. Relisez les instructions de l'étape 3 pour vous assurer que tout le monde comprend

## 5. Lisez la première déclaration à voix haute dans l'encadré ci-dessous

## 6. Demandez aux participants de chaque côté de partager

Une fois que tout le monde a couru à son emplacement, demandez à au moins deux personnes de chaque côté d'expliquer pourquoi elles sont d'accord ou non. Encouragez un grand nombre d'entre elles à partager et à débattre de leurs réponses entre elles.

## 7. Répétez ces étapes pour les autres déclarations

Une fois qu'ils ont terminé, lisez les déclarations suivantes dans l'encadré, une par une, en leur laissant le temps de se rendre sur place et d'expliquer à nouveau leurs réponses.

1	Une femme n'est pas une vraie femme tant qu'elle n'a pas donné naissance à un enfant.
2	Un homme ne sera pas respecté par sa communauté tant qu'il ne sera pas père.
3	Il est bénéfique d'attendre au moins 2 ans après avoir eu un premier enfant avant d'essayer de tomber enceinte d'un deuxième enfant.
4	Seul l'homme devrait décider de quand utiliser la contraception et quand essayer de provoquer une grossesse.
5	Si une femme n'a pas d'enfant dans la première année de mariage, c'est qu'elle a un problème.
6	La femme est seule responsable de prévenir la grossesse.

## 8. Discussion

Posez ces questions à voix haute au groupe.

- Pourquoi certaines personnes pensent-elles qu'il faut avoir un enfant pour être un vrai homme ou une vraie femme ?
- Est-il important pour les couples mariés d'utiliser la contraception ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
- Comment les gens considèrent-ils les couples qui attendent plus d'un an après le mariage pour avoir un enfant ?
- A quel point est-il facile ou difficile pour les jeunes couples de parler de l'opportunité et du moment d'avoir des enfants ?
- Quand est-il opportun pour les couples de discuter de la possibilité d'avoir des enfants ?

## 9. Clôture

Lisez à haute voix ce qui suit :

Les décisions concernant l'opportunité et le moment d'avoir des enfants, ainsi que le nombre d'enfants à avoir, sont très importantes et doivent être prises par un couple ensemble. Il est plus bénéfique pour la mère et le bébé que les couples attendent que la femme ait au moins 18 ans et soit prête à avoir un premier enfant. Ensuite, ils devraient attendre au moins deux ans de plus avant d'essayer d'avoir un deuxième enfant.

## 10. Engagement

Faites le tour du cercle et demandez à chaque femme d'indiquer une chose qu'elle a apprise aujourd'hui et qu'elle va partager avec quelqu'un d'autre cette semaine.

SESSIONS PORTANT SUR LES  
RELATIONS ET LES RÔLES DE GENRE

# DES RELATIONS SAINES

D'ACCORD OU NON

DURÉE : 45 MINUTES



MAREN VESPIA (TANZANIA)

## 1. Introduction

Demandez au groupe de former un cercle et lisez à haute voix ce qui suit :

Aujourd'hui, nous allons parler de la violence dans les relations et de la manière d'avoir une relation saine.

## 2. Choisissez deux endroits

Choisissez deux endroits, par exemple deux arbres, séparés d'environ 10 mètres. Dites au groupe que l'un des deux endroits s'appelle " D'ACCORD " et l'autre s'appelle " PAS D'ACCORD. "

## 3. Lisez les instructions suivantes à haute voix

Je vais lire une déclaration. Si vous êtes d'accord avec la déclaration, je veux que vous couriez à l'endroit " d'accord ". Si vous n'êtes pas d'accord avec la déclaration, courez à l'endroit " Pas d'accord ". Je vous demanderai ensuite d'expliquer pourquoi vous êtes d'accord ou non avec la déclaration.



#### 4. Relisez les instructions de l'étape 3 pour vous assurer que tout le monde comprend

#### 5. Lisez la première déclaration à voix haute dans l'encadré ci-dessous

#### 6. Demandez aux participants de chaque côté de partager

Une fois que tout le monde a couru à son emplacement, demandez à au moins deux personnes de chaque côté d'expliquer pourquoi ils sont d'accord ou non. Encouragez un grand nombre d'entre elles à partager et à débattre de leurs réponses entre elles.

#### 7. Répétez ces étapes pour les autres déclarations

1	Il y a des moments où une femme mérite d'être battue.
2	Un homme a besoin d'une autre femme, même s'il a de bonnes relations avec sa femme.
3	La violence ne se résume pas à des coups. Cela signifie aussi crier et dire des choses blessantes.
4	Il est normal qu'un homme force une femme à avoir des relations sexuelles avec lui si elle est sa femme.

Une fois qu'ils ont terminé, lisez les déclarations suivantes dans l'encadré, une par une, en leur laissant le temps de se rendre sur place et d'expliquer à nouveau leurs réponses.

#### 8. Discussion

Posez ces questions à voix haute au groupe.

- Avez-vous eu du mal ou des difficultés à réfléchir sur ces déclarations ?
- Une relation peut-elle être saine et heureuse si elle comporte des coups et des rapports sexuels forcés ? Expliquez votre réponse.
- Qui sont les personnes dans votre vie qui, selon vous, ont des relations saines et heureuses ? Pourquoi pensez-vous qu'elles sont saines et heureuses ?
- Si une personne vit une relation malsaine, par exemple une relation violente ou une relation qui la rend très malheureuse, où peut-elle aller pour obtenir de l'aide ?
- En grandissant et en pensant à l'avenir, comment voulez-vous que votre relation soit ?

#### 9. Clôture

Lisez à haute voix ce qui suit:

Les relations saines impliquent deux personnes qui se font confiance, se respectent mutuellement et prennent des décisions ensemble. Les relations dans lesquelles il y a de la violence - y compris des coups, des paroles blessantes et le fait de forcer quelqu'un à avoir des relations sexuelles - ne sont pas saines. Les relations violentes violent également les droits des personnes concernées et conduisent au malheur. Il est important de trouver un adulte à qui parler si vous ou une amie vivez ces situations.

#### 10. Engagement

Faites le tour du cercle. Demandez à chaque femme d'indiquer un adulte à qui elle peut parler si elle subit de la violence dans sa relation ou si elle a une amie qui subit de la violence et qu'elle veut aider.

SESSIONS PORTANT SUR LES  
RELATIONS ET LES RÔLES DE GENRE

# PARLER DE QUESTIONS DIFFICILES

---

RÉCIT

DURÉE : 1 HEURE

## 1. Introduction

Demandez au groupe de former un cercle puis lisez à haute voix ce qui suit :

Nous aimons tous parler avec d'autres personnes, parfois pour aider à faire fonctionner les choses ou pour résoudre un problème. Parfois, cela peut être aussi simple que de partager une expérience ou une histoire. La communication est un élément fondamental de l'être humain, et les jeunes mères débutantes comme nous devraient également pouvoir communiquer facilement avec leur entourage. Aujourd'hui, nous allons examiner quelques-uns des problèmes auxquels nous sommes confrontés en matière de communication - en particulier les questions difficiles - et réfléchir à ce qui pourrait nous aider à communiquer plus facilement.

## 2. Lisez les instructions suivantes à haute voix

Posez ensuite chaque question, en prenant le temps de répondre au plus grand nombre de questions possible.

Avant de commencer l'activité principale, je voudrais vous poser quelques questions de base sur les personnes avec lesquelles nous communiquons et sur ce que nous communiquons chaque jour :

- Avec qui parlez-vous habituellement tous les jours (par exemple, mari, coépouse, sœur, amie, voisine, belle-mère) ?
- Quels sont les sujets que vous abordez avec ces personnes ?
- Qu'est-ce qui vous plaît dans la communication avec ces personnes ?
- Quels sont les sujets difficiles à aborder avec ces personnes ?

### 3. Lisez ce qui suit à haute voix

Je vais lire une histoire concernant une jeune mère qui en est à sa première expérience comme nous et qui a quelque chose d'important à discuter avec son mari.

Mariam et Ibrahim sont mariés et ont une fille de 10 mois. Ils vivent avec la famille d'Ibrahim, qui comprend sa mère, son père, son frère, ainsi que la femme de son frère et ses deux enfants. La mère d'Ibrahim est très impliquée dans leur vie. Mariam a de plus en plus de mal à assumer toutes ses responsabilités au sein du foyer. Il est épuisant de faire ses tâches, de préparer le dîner et de s'occuper de sa fille en même temps. Elle et son mari ressentent également la pression de sa belle-mère pour avoir un fils. Mais Mariam ne veut pas tomber enceinte si peu de temps après la naissance de sa fille - elle ne pense pas qu'elle serait physiquement capable de supporter d'avoir un autre enfant. Elle a entendu parler du PEIGS et de la PF. Elle souhaite utiliser un implant pour rester au moins 3 ans avant de tomber enceinte à nouveau. Elle veut en parler à son mari, mais elle ne pense pas qu'il serait ouvert à l'idée d'utiliser la PF. Depuis quelque temps déjà, quand Ibrahim rentre à la maison le soir, il est fatigué et se met en colère si son repas n'est pas prêt ou si la maison n'est pas propre. Parfois, il devient violent. Il menace également de prendre une seconde épouse, qui pourrait lui donner un fils. Il ne semble jamais y avoir de bon moment pour parler de quoi que ce soit avec lui, et encore moins pour lui parler d'attendre avant d'avoir leur prochain enfant.

### 4. Discussion

Posez ces questions à voix haute au groupe pour encourager la discussion et le partage d'expériences entre les membres du groupe.

- Que pensez-vous de la situation domestique de Mariam ?
- Est-il courant dans notre communauté que les jeunes mères se sentent obligées d'avoir des fils, ou d'avoir des bébés rapidement ?
- Que pensez-vous de son intérêt à utiliser la PF pour espacer sa prochaine grossesse ?
- Pourquoi pensez-vous qu'Ibrahim se comporte ainsi lorsqu'il rentre à la maison ? Ce comportement est-il courant ?
- Pensez-vous qu'il serait prêt à écouter Mariam si elle lui parlait de l'utilisation de la PF ?
- Si Mariam venait nous demander conseil, quelles suggestions pourrions-nous lui offrir ?

### 5. Clôture

Lisez à haute voix ce qui suit :

Les mères qui accouchent pour la première fois devraient pouvoir communiquer ouvertement sur ce qui se passe dans leur vie et sur ce qu'elles veulent pour l'avenir - même si cela implique de parler d'un sujet sensible. Parler avec votre partenaire peut vous aider à échanger des idées, à résoudre des problèmes et à améliorer votre relation. Si cela vous met plus à l'aise, vous pouvez également demander à un travailleur de la santé, un membre de votre famille, une amie plus âgée, un chef religieux ou une autre personne de confiance de se joindre à vous et de vous aider dans ces conversations.

### 6. Engagement

Faites le tour du cercle et demandez à chaque femme de dire une chose qu'elle a apprise aujourd'hui et qu'elle partagera avec une autre personne avant la prochaine réunion.

SESSIONS PORTANT SUR LES  
RELATIONS ET RÔLES DE GENRE

# CONSEILS SUR LA PRISE DE DÉCISIONS

---

ÉTUDES DE CAS

DURÉE : 45 MINUTES



## 1. Introduction

Demandez au groupe de former un cercle et lisez à haute voix ce qui suit :

Aujourd'hui, nous allons parler de ce que signifie être un homme ou une femme et de la manière dont les hommes et les femmes prennent des décisions importantes.

## 2. Divisez les membres en 3 ou 4 petits groupes et lisez les instructions suivantes à haute voix

Je vais vous parler d'une situation dans laquelle un couple doit prendre une décision sur ses dépenses. Dans vos groupes, je veux que vous discutiez de la manière dont vous géreriez cette décision et de ce que vous décideriez de faire. Vous devez parvenir à un accord. Ensuite, je vous demanderai de partager ce dont vous avez parlé afin de prendre votre décision.

### 3. Lisez le premier cas de figure dans l'encadré ci-dessous

### 4. Donnez aux groupes 5 minutes pour discuter entre eux

### 5. Après 5 minutes, demandez aux groupes de revenir dans le cercle

### 6. Demandez aux groupes de partager leurs décisions à tour de rôle. Demandez-leur comment ils sont parvenus à leurs décisions

### 7. Répéter le processus

Une fois que tout le monde a terminé, répétez le processus avec le deuxième cas de figure et demandez aux groupes de discuter et de présenter à nouveau leurs décisions. Faites la même chose avec le troisième cas de figure.

<b>1</b>	Une famille a trois enfants, deux filles (15 et 12 ans) et un garçon (9 ans), qui sont tous scolarisés. Les fortes pluies ont emporté leurs récoltes et ils n'ont pas grand-chose à vendre cette saison. Ils ne pourront payer les frais de scolarité que pour un seul enfant le mois prochain. Que devraient-ils faire ?
<b>2</b>	Dans une maison, le mari veut économiser son argent pour acheter un vélo afin de pouvoir se rendre au lac plus tôt dans la journée pour pêcher. La femme veut économiser pour louer un terrain où elle pourra faire cultiver des tomates qu'elle pourra vendre au marché. Que doivent-ils faire ?
<b>3</b>	Un couple doit choisir si la femme doit aller au marché tous les jours et vendre des paniers ou si elle doit travailler dans le jardin pour que la famille ait de la nourriture. Que doivent-ils faire ?

### 8. Discussion

Une fois que vous avez terminé, posez au groupe les questions suivantes.

- A-t-il été facile ou difficile de parvenir à un accord, en groupe, sur la manière de gérer ces situations ? Expliquez ce qui a été facile et ce qui a été difficile.
- Si vous aviez des opinions différentes, comment êtes-vous parvenus à un accord ?
- Quelle est la meilleure façon de parvenir à un accord lorsque vous devez prendre des décisions difficiles ?
- Est-il normal que les couples prennent ensemble des décisions sur la façon dont l'argent est dépensé ?
- Pensez-vous qu'il est important que les couples prennent ensemble des décisions concernant l'argent ? Expliquez votre réponse.

### 9. Clôture

Lisez à haute voix ce qui suit :

Il est important que les couples prennent ensemble des décisions sur la façon de dépenser leur argent car ils sont partenaires dans l'éducation de leur famille. Il est également agréable d'avoir quelqu'un d'autre avec qui réfléchir à des décisions difficiles. Les meilleures façons de prendre des décisions difficiles sont de parler ouvertement ensemble et de demander conseil à ses pairs et à ses aînés lorsque c'est possible. Les couples heureux sont ceux qui communiquent et s'entendent sur la façon d'élever leur famille.

### 10. Engagement

Faites le tour du cercle et demandez à chaque femme d'indiquer un pair ou un aîné à qui elle pense pouvoir s'adresser avec son partenaire pour obtenir de l'aide dans la prise d'une décision difficile.



SESSIONS PORTANT SUR LES  
RELATIONS ET RÔLES DE GENRE

# PRENDRE DES DÉCISIONS CONJOINTES

ÉTUDES DE CAS &  
ACCORD OU NON

DURÉE : 1 HEURE

## 1. Introduction

Demandez au groupe de former un cercle puis lisez à haute voix ce qui suit :

Aujourd'hui, nous allons parler de la prise de décision concernant la grossesse, les enfants et la santé au sein du ménage.

## 2. Diviser le grand groupe en 2 ou 3 petits groupes

## 3. Lisez les instructions suivantes à voix haute

Je vais vous parler d'une situation où un couple doit prendre une décision concernant son avenir. Dans vos groupes, je veux que vous discutiez de la manière dont vous allez prendre la décision et de ce que vous avez décidé de faire. Vous devez parvenir à un accord. Ensuite, je vous demanderai de partager le processus que vous avez suivi pour prendre votre décision.

## 4. Lisez l'histoire suivante à haute voix

Ibrahim et Mariam ont une décision à prendre. Ils ont une fille de 10 mois en bonne santé. Mariam veut recourir à la PF et attendre au moins deux ans avant de tomber à nouveau enceinte. Elle veut avoir plus de temps pour reprendre des forces et s'installer dans son rôle de mère et ses tâches ménagères avant d'avoir un autre enfant. Ibrahim comprend et est d'accord avec Mariam dans une certaine mesure. Mais il est également sous pression pour avoir un fils, et il sait que sa mère veut qu'ils aient un autre enfant le plus tôt possible. Doivent-ils décider de recourir à la PF : OUI ou NON ?

## 5. Donnez aux groupes 5 minutes pour discuter entre eux

## 6. Après 5 minutes, demandez aux groupes de revenir dans le cercle

## 7. Demandez aux groupes de partager leurs décisions à tour de rôle. Demandez-leur comment ils sont parvenus à leurs décisions

### 8. Posez ces questions au groupe pour en discuter.

- A-t-il été facile ou difficile de s'entendre, en tant que groupe, sur la manière de gérer cette situation ? Expliquez ce qui était facile et ce qui était difficile.
- Si vous aviez des opinions différentes, comment êtes-vous parvenus à un accord ?
- Quelle est la meilleure façon de parvenir à un accord lorsque vous devez prendre des décisions difficiles ?
- Pensez-vous qu'il est important que les couples prennent des décisions ensemble ? Expliquez votre réponse.

### 9. Choisissez deux endroits

Choisissez deux endroits, par exemple deux arbres, séparés d'environ 10 mètres. Dites au groupe que l'un des deux endroits s'appelle " D'ACCORD " et l'autre s'appelle " PAS D'ACCORD ".

### 10. Lisez les instructions suivantes à haute voix

Je vais lire une déclaration. Si vous êtes d'accord avec la déclaration, je veux que vous couriez à l'endroit " d'accord ". Si vous n'êtes pas d'accord avec la déclaration, courez à l'endroit " pas d'accord ". Je vous demanderai ensuite d'expliquer pourquoi vous êtes d'accord ou non avec la déclaration.

### 11. Relisez les instructions pour vous assurer que tout le monde comprend

## 12. Lisez les déclarations ci-dessous successivement et demandez aux participants de se positionner selon qu'elles sont D'ACCORD ou PAS D'ACCORD

1	Il est acceptable pour une jeune MPPF de partager son opinion avec son mari, même si elle va à l'encontre de la sienne
2	Un homme qui partage avec sa femme ses décisions personnelles et les décisions concernant le ménage ne sera pas respecté dans sa famille ou sa communauté.
3	Il est du devoir de la femme d'accepter les décisions de son mari, même si elle n'est pas d'accord.
4	Seul l'homme devrait décider de quand utiliser la contraception et quand essayer de provoquer une grossesse.
5	Si une femme ne veut pas avoir un autre enfant le plus tôt possible après son premier-enfant, il y a quelque chose qui ne va pas chez elle.
6	Les maris et les femmes doivent décider ensemble du moment d'avoir leurs enfants.

### 13. Demandez aux participants de chaque côté de partager

Une fois que les participantes auront couru jusqu'à l'endroit de leur choix, demandez à au moins 2 personnes de chaque côté d'expliquer pourquoi ils sont d'accord ou non. Donnez-leur le temps de répondre et encouragez les participants à intervenir.

### 14. Discussion

Posez les questions suivantes au groupe :

- A quel point est-il facile ou difficile pour les jeunes couples de parler de l'opportunité et du moment d'avoir des enfants ?
- Comment les couples décident-ils quand ils ont des enfants ou s'ils doivent utiliser la PF ? Pensez-vous que l'homme et la femme devraient avoir un rôle dans ces décisions ?
- Quel rôle jouent les autres membres de la famille lorsqu'il s'agit de décider d'avoir des enfants et d'utiliser la PF ?
- Comment les gens perçoivent-ils un couple qui attend plus d'une année après le mariage avant d'avoir un enfant ?

## 15. Clôture

Lisez à haute voix ce qui suit :

Les décisions à propos de s'il faut avoir des enfants, quand avoir des enfants et combien d'enfants à avoir sont très importantes et devraient être prises à deux. Il est bénéfique pour la mère et le bébé que les couples attendent deux années avant d'avoir une nouvelle grossesse. Après une fausse couche il faut attendre 6 mois avant de tenter une nouvelle grossesse. L'âge idéal pour tomber enceinte pour la 1ère fois est d'au moins 18 ans. Idéalement, les décisions concernant le moment d'avoir des enfants et d'utiliser ou non la PF devraient permettre aux deux partenaires de partager leurs options et au couple de prendre une décision ensemble.

## 16. Engagement

Faites le tour du cercle et demandez à chaque femme de dire une chose qu'elle a apprise aujourd'hui et qu'elle partagera avec une autre personne avant la prochaine réunion.



SESSIONS PORTANT SUR LES  
RELATIONS ET LES RÔLES DE GENRE

# DES CONSEILS POUR RÉSOUDRE LES PROBLÈMES

PIÈCE DE THEATRE

DURÉE : 1 HEURE



LINDA SUTTENFIELD (TANZANIA)

## 1. Introduction

Demandez au groupe de former un cercle puis lisez à haute voix ce qui suit :

Aujourd'hui, nous allons parler de la manière de résoudre les problèmes dans une relation en discutant au lieu de recourir à la violence.

## 2. Divisez les participants en 2 groupes

## 3. Lisez les instructions suivantes à haute voix

Je vais lire deux brèves histoires concernant des couples de votre âge. Dans vos groupes, discutez de la façon dont les personnages peuvent résoudre le problème en discutant, au lieu de recourir à la violence. Inventez une courte pièce de théâtre qui montre comment vous pensez que le couple de l'histoire pourrait résoudre le problème au lieu de recourir à la violence.

## 4. Relisez les instructions de l'étape 3 pour vous assurer que tout le monde comprend

5. Lisez la première histoire dans l'encadré ci-dessous
6. Donnez aux participants 10 minutes pour discuter et pratiquer leurs sketches.
7. Après 10 minutes, demandez aux groupes de revenir et de former un cercle
8. Demandez aux groupes de jouer leurs sketches à tour de rôle
9. Lisez la deuxième histoire de l'encadré et donnez aux groupes 10 minutes pour inventer de nouveaux sketches
10. Demandez aux groupes de former un cercle et de jouer leurs sketches à tour de rôle
11. Discussion

1	Samuel et Jennifer sortent ensemble depuis 6 mois. Depuis quelque temps, Samuel va au bar et boit avec ses amis au lieu d'aller travailler. Il vient souvent voir Jennifer quand il est très ivre, sans argent, et lui crie dessus. Jennifer lui répond souvent en criant et ils se disputent toute la nuit à propos de sa consommation d'alcool. Parfois, il la frappe.
2	Ibrahim et Mariama sont mariés et ont une fille de 18 mois. Mariama est enceinte de son deuxième enfant. Elle ne voulait pas tomber enceinte si tôt après la naissance de sa fille, mais elle a ressenti une pression pour essayer d'avoir un fils. Ces derniers temps, elle se sent très faible. Il lui est difficile de faire ses corvées, de préparer le dîner et de s'occuper de sa fille en même temps. Quand Ibrahim rentre du travail, il lui crie dessus parce que son dîner n'est pas prêt et que la maison n'est pas propre. Parfois, lorsqu'il est en colère, il jette des choses dans la maison. Il menace également de prendre une deuxième femme, surtout si elle ne produit pas de fils.

Demandez au groupe de former un cercle et de poser ces questions :

- Dans quelle mesure ces situations sont-elles courantes dans votre communauté ?
- Les couples ont-ils souvent recours à la violence pour résoudre leurs problèmes ou discutent-ils de leurs problèmes ?
- Pourquoi est-il important de trouver des moyens de résoudre les problèmes sans recourir à la violence ?
- Que peuvent faire les couples pour résoudre leurs problèmes sans recourir à la violence ?

## 12. Clôture

Lisez à haute voix ce qui suit :

Lorsque deux conjoints sont violents l'un envers l'autre, cela entraîne de la peur, de la douleur et de la tristesse. Souvent, ils ne résolvent pas réellement le problème pour lequel ils se battent. Parler à votre partenaire peut vous aider à résoudre vos problèmes et à améliorer votre relation, et vous pouvez demander à un adulte de confiance de vous aider à arbitrer ces conversations. Il est également important de montrer à vos enfants comment résoudre les problèmes sans violence..

## 13. Engagement

Faites le tour du cercle et demandez à chaque femme de dire une chose qu'elle va faire à l'avenir pour résoudre un problème sans recourir à la violence.



AUTRES SUJETS PERTINENTS

# QU'EST-CE QUE LA POPULATION, LA SANTÉ ET L'ENVIRONNEMENT (PSE) ?

RÉCIT

DURÉE : 1 HEURE



AMI VITALE FOR THE NATURE CONSERVANCY (TANZANIA)

## 1. Introduction

Demandez au groupe de former un cercle puis lisez à haute voix ce qui suit :

Aujourd'hui, nous allons échanger sur ce que nous entendons par population, santé et environnement (PSE) et sur leur importance pour les jeunes femmes et les mères de notre communauté.

## 2. Lisez ce qui suit

Le projet qui nous a réunis dans nos groupes de pairs est un projet de PSE. Qu'entendons-nous par PSE ? Voici quelques messages importants :

- La PSE traite des relations entre Population, Santé et Environnement.
- Les familles nombreuses ont besoin de plus de terres agricoles, de plus d'arbres, de plus de nourriture, de plus de poissons, d'eau et d'arbres.
- Ces besoins exercent un stress sur l'environnement, qui se répercute ensuite sur les familles de plusieurs façons :

- La nourriture —ne pas avoir assez de nourriture ou la variété dont nous avons besoin pour être en bonne santé
- L'eau - ne pas avoir un accès facile à l'eau potable pour nos besoins personnels et à l'eau pour l'agriculture
- Air de mauvaise qualité provenant des types de cuisinières que nous utilisons
- Finances - peu de possibilités de créer des entreprises/gagner de l'argent grâce à l'agriculture, la pêche, l'épargne, etc.
- Nous devons développer de nouvelles approches qui permettent à la terre, à l'eau et aux familles de grandir et de rester saines.

### 3. Discussion

Posez ces questions au groupe et permettez-leur de discuter de leurs réponses.

- Quels sont quelques-uns des problèmes environnementaux que nous rencontrons dans notre communauté - ou dans nos terres, nos lacs, nos rivières ?
- Comment ces problèmes affectent-ils la santé de nos communautés ?  
Voici quelques exemples de réponses :
  - Mauvaise nutrition (quantité et variété des aliments)
  - Maladies/affections dues à une eau insalubre
  - Maladies/affections dues à la mauvaise qualité de l'air
  - Ne pas avoir d'argent pour obtenir des soins de santé en cas de besoin
- Comment le fait d'avoir des familles moins nombreuses pourrait-il réduire ces problèmes ?

### 4. Lisez l'histoire suivante

Sara et Mariam sont toutes deux mères pour la première fois et font partie du même groupe de pairs. Après une réunion, Sara a remarqué que Mariam parlait avec l'agent de santé communautaire des activités de PSE dans leur communauté et lui a dit : “ Pourquoi vous intéressez-vous à la PSE ? Vous ne possédez pas de terres. Vous ne gérez pas votre propre ménage. Et vous n'avez pas d'argent à épargner. Que pouvez-vous apporter ces activités de PSE ? Vous allez perdre votre temps ! ”

Mariam sourit et dit : “ C'est vrai que je n'ai pas ces choses-là maintenant, mais j'espère que je les aurai bientôt ! Pour l'instant, je peux apprendre et faire plus pour prendre soin de moi et de mon bébé, m'assurer que nous sommes en bonne santé et préparer notre avenir. Nous faisons partie de cette communauté et nous sommes tous touchés par les mêmes problèmes. Vous savez comment nous nous battons pour trouver de l'eau potable et du bois de chauffage. Et nous ne pouvons pas cultiver suffisamment pour tous les membres de notre foyer, sans parler de ce qu'il nous reste à vendre sur le marché pour avoir un peu d'argent. Ces problèmes ne feront qu'empirer si nous ne faisons rien. C'est pourquoi je choisis d'être impliquée ! ”

### 5. Discussion

Posez ces questions au groupe et laissez-les discuter de leurs réponses.

- Que pensez-vous des deux points de vue que nous avons entendus ? Êtes-vous d'accord avec Sara ou avec Mariam ?
- Nous avons discuté de nombreux problèmes dans nos communautés qui peuvent affecter notre santé. Passons-les en revue et débattons pour savoir s'ils sont une source d'inquiétude pour nous, en tant que mères pour la première fois, et pourquoi ou pourquoi pas ?

- Mauvaise alimentation
- Eau insalubre
- Air insalubre
- Avoir des familles nombreuses
- Ne pas avoir d'argent pour les soins de santé

## 6. Clôture

Lisez à haute voix ce qui suit :

Comme l'a dit Sara, on a parfois l'impression que le PSE n'est destiné qu'aux personnes âgées de nos communautés. Mais Mariam a également raison : toutes ces questions affectent nos vies et notre avenir, ainsi que ceux de nos enfants. En tant que jeunes mères, nous voulons nous assurer que nos enfants sont heureux, en bonne santé, et qu'ils ont la possibilité d'apprendre et de grandir. Comprendre la PSE et s'impliquer davantage, de quelque manière que ce soit, peut nous aider à réaliser nos espoirs pour nous-mêmes et pour nos enfants.

## 7. Engagement

Faites le tour du cercle et demandez à chaque participant de nommer une personne ressource ou un membre d'un groupe de pairs éducateurs de santé avec qui il s'entretiendra cette semaine pour en savoir plus sur la PSE.



## ANNEXE 1 : CARTES DE SESSION MPPF UTILISÉES PAR E2A, PAR PAYS ET PAR THÈME

SUJET	DÉVELOPPÉ À L'ORIGINE PAR		PAYS		
	E2A	GREAT	BF	NG	TZ
Visites prénatales, accouchement assisté et visites postnatales	×		×		
Signes de danger chez les femmes enceintes, les mères et les nouveau-nés	×		×		
Planification et espacement idéal des grossesses		×	×	×	×
Apprendre à vous connaître lors des entretiens		×		×	×
Pilules contraceptives orales combinées		×		×	
Contraception injectable		×	×	×	×
Implant		×	×	×	×
DIU		×			×
Préservatif		×		×	
Pilules contraceptives d'urgence		×		×	
Méthode d'Allaitement Maternel et d'Aménorrhée (MAMA)	×			×	
Alimentation des nourrissons et des jeunes enfants	×		×		
Être parent pendant la première année d'un bébé	×			×	
Rôles masculins et féminins		×	×	×	×
Les choix en matière de santé reproductive		×		×	
Des relations saines		×		×	
Parler de questions difficiles	×		×		
Conseils sur la prise de décision		×		×	×
Prendre des décisions conjointes	×		×		
Conseils pour résoudre des problèmes		×		×	×
Population, santé et environnement (PSE)	×				×

BF = Burkina Faso    NG = Nigeria    TZ = Tanzanie

## SESSION CONJOINTE 1 : POPULATION, SANTÉ ET ENVIRONNEMENT (PSE)

### Objectifs de la session

A la fin de la session les participants :

- Comprennent les informations/messages clés sur les PSE et apprécient la pertinence des PSE pour les jeunes PPPF
- Sont familiarisés avec les différentes activités de PSE dans leur communauté et ont acquis de l'expérience dans la discussion sur les PSE avec leur conjoint ou partenaire

### Messages clés

- Les familles nombreuses ont besoin de plus de terres agricoles, de plus d'arbres, de plus de nourriture, de plus de poissons et d'eau - ces besoins exercent un stress sur l'environnement, qui se répercute ensuite sur la famille.
- Nos communautés ont un certain nombre d'activités de PSE dans le cadre du projet Tuungane auxquelles les PPPF et leurs familles peuvent participer.

### Avant la session, les animateurs doivent...

- Revoir le contenu de la session
- Inviter le champion local de PSE ou la personne ressource à participer à la session et à jouer le rôle de co-animateur, et s'assurer que ce dernier est bien préparé

### Durée totale de la session : 90 minutes

Activité 1-1 : Introduction (10 min.)

Activité 1-2 : Brise-glace (15 min.)

Activité 1-3 : Aperçu de la PSE (30 min.)

Activité 1-4 : Discussion genou-à-genou en couple sur la PSE (35 min.)

## ANNEXE 2 : GUIDE D'ANIMATION DES SESSIONS CONJOINTES AVEC LES MPPF ET LEURS MARIS/PARTENAIRES

Projets PPPF E2A Burkina Faso et Tanzanie (2019-2020)

### ACTIVITÉ 1-1 : INTRODUCTION DE LA SESSION CONJOINTE DES MÈRES POUR LA PREMIÈRE FOIS (MPPF) ET DE LEURS PARTENAIRES MASCULINS

Durée : 10 minutes

Méthodologie/Objectif : L'animateur donne un aperçu des sessions conjointes entre les membres du groupe de jeunes femmes et leurs maris.

#### Note à l'animateur

1. Souhaitez la bienvenue à tous et assurez-vous qu'ils sont aussi confortables que possible.
2. Introduisez la session et abordez les points suivants :
  - Vous êtes tous ici parce que vous participez à notre programme pour nouveaux parents, soit dans le groupe MPPF, soit dans le groupe des partenaires masculins.
  - Comme vous continuez à vous rencontrer dans vos groupes respectifs, nous avons pensé qu'il serait également utile de vous réunir quelques fois en couple, en tant que mères et pères, pour apprendre et partager vos idées au profit de vos enfants et de votre famille.



- Cette première session se concentre sur les concepts de PSE et les activités qui se déroulent dans votre communauté. La prochaine session portera sur les soins prénataux et l'accouchement en toute sécurité dans un établissement de santé. La troisième partie portera sur la planification de votre prochain enfant. Au cours de ces trois réunions, notre objectif est de vous aider à prendre des mesures pour que vous et vos enfants soyez en aussi bonne santé que possible.
  - Avant de commencer, je vous encourage tous à être très respectueux les uns des autres. Nous devons appliquer les mêmes règles de base que celles que nous utilisons dans nos petits groupes - écouter et respecter ce que chacun a à dire. Même si nous sommes ensemble en tant qu'hommes et femmes, je vous encourage à ne pas hésiter à partager vos pensées. Nous aimerions entendre autant les hommes que les femmes de ce groupe. C'est ainsi que nous pouvons réellement apprendre les uns des autres et entendre des points de vue différents.
3. Demandez aux participants s'ils ont des questions sur la structure ou le contenu des sessions conjointes.



AMI VITALE FOR THE NATURE CONSERVANCY (TANZANIA)

## ACTIVITÉ 1-2 : BRISE-GLACE POUR PRÉSENTER LES MEMBRES DU GROUPE

Durée : 15 minutes

**Méthodologie/Objectif :** Jeu brise-glace pour les introductions, pour commencer à identifier les raisons qui les ont incités à rejoindre les groupes et pour achever la présentation de l'activité globale.

### Note à l'animateur

1. Demandez aux participants de se rassembler en cercle, debout à côté de leur conjoint(e) ou partenaire. Dites-leur que, même s'ils se connaissent déjà dans leur groupe respectif de mères pour la première fois ou de partenaires masculins, cette activité leur permettra de se présenter et de se familiariser avec les autres.
2. Lancez la balle (ou un autre objet, tel qu'un morceau de papier froissé en boule) à un participant, qui dit son propre nom et passe ensuite la balle à son conjoint/partenaire pour qu'il se présente. Le conjoint/partenaire la lancera ensuite à un autre couple qui se présentera. Répétez l'opération jusqu'à ce que tous les participants aient dit leur nom.
3. Recommencez le jeu, mais cette fois-ci, chaque participant doit dire pourquoi il a rejoint ces groupes ou ce qu'il espère apprendre. Répétez jusqu'à ce que tout le monde ait lancé et attrapé la balle et ait partagé avec le groupe.
4. Pour conclure le jeu, répétez certaines des réponses courantes données pour expliquer pourquoi les gens ont rejoint les groupes ou ce qu'ils espèrent apprendre.
5. Concluez l'activité en notant que ce groupe participera à quelques sessions qui leur permettront d'apprendre et de partager leurs expériences en tant que couples.

## ACTIVITÉ 1-3 : APERÇU DE LA PSE

Durée : 25 minutes

**Méthodologie/Objectif :** L'animateur passe en revue les informations de base sur les concepts de PSE et le champion de PSE donne un aperçu des activités de PSE de Tuungane, comme point de départ pour la poursuite des discussions au cours de la session.

### Note à l'animateur

1. Introduisez la session en prenant acte du fait que les hommes et les femmes ont récemment discuté de la PSE dans leurs groupes individuels. Vous ne devez pas lire les messages suivants intégralement, mais plutôt résumer les points clés. Notez que les couples sont regroupés par le projet Tuungane, qui est un projet de PSE travaillant en collaboration avec le Gouvernement de Tanzanie.
2. Présentez les messages clés de PSE ci-dessous, comme un bilan de ce que les femmes et les hommes ont appris dans leurs groupes respectifs :
  - la PSE traite des relations entre Population, Santé et Environnement.
  - Les familles nombreuses ont besoin de plus de terres agricoles, de plus d'arbres, de plus de nourriture, de plus de poissons et de plus d'eau.
  - Ces besoins exercent une pression sur l'environnement, qui se répercute ensuite sur les familles de plusieurs façons :
    - Alimentation : ne pas avoir assez de nourriture ou la variété dont nous avons besoin pour être en bonne santé
    - Eau : ne pas avoir facilement accès à de l'eau propre pour nos besoins personnels et à de l'eau pour l'agriculture
    - Air : la mauvaise qualité de l'air provient des types de cuisinières que nous utilisons
3. Invitez le champion de la PSE à donner un aperçu des initiatives de Tuungane sur la PSE. Le champion de PSE n'a pas besoin de lire le texte ci-dessous, mais plutôt de fournir une brève description des activités de PSE de Tuungane dans sa communauté.
  - **MÉNAGES MODÈLES :** Ces familles adoptent des comportements sains et durables, tels que l'utilisation d'une station de lavage des mains, l'installation de latrines améliorées, donner la priorité au planning familial, l'utilisation de fourneaux à économie d'énergie et installation de leurs parcelles agricoles loin du lac.
  - **UNITÉS DE GESTION DES PLAGES :** Les UGP promulguent et appliquent leurs propres réglementations en matière de pêche durable, telles que l'interdiction des filets de senne détruisant les plages et la protection des zones de reproduction et d'alevinage des poissons.
  - **COCOBAS :** Ils offrent aux villageois la possibilité d'épargner de l'argent et d'accéder à des prêts, y compris des prêts de microfinance pour lancer des petites entreprises durables et diversifier leurs revenus.
  - **GROUPE " AGRICULTURE RESPECTUEUSE DU CLIMAT " :** Formation sur les pratiques agricoles respectueuses du climat, qui non seulement réduisent le ruissellement dans le lac, mais produisent aussi des rendements plus élevés pour les agriculteurs.
  - **GESTION DES FORÊTS :** Des éclaireurs forestiers communautaires sont formés et déployés pour protéger les réserves forestières, dont certaines constituent un habitat privilégié pour les chimpanzés.

4. Posez ces questions au groupe et laissez-les discuter de leurs réponses.

- Quels sont quelques-uns des problèmes environnementaux que nous rencontrons dans notre communauté - ou dans nos terres, nos lacs, nos rivières ?
- Comment ces problèmes affectent-ils la santé de nos communautés ? Voici quelques exemples de réponses :
  - Mauvaise nutrition (quantité et variété des aliments)
  - Maladie/affection due à une eau insalubre
  - Maladie/affection due à une mauvaise qualité de l'air
  - Ne pas avoir de fonds pour obtenir des soins de santé en cas de besoin
- Quelles sont les préoccupations spécifiques des PPPF comme vous ?
- En tant que couple, avez-vous discuté de la population, de la santé et de l'environnement ensemble ou avec vos familles ? De quoi avez-vous parlé ?
- Est-ce que l'un d'entre vous, ou des membres de votre ménage, a participé aux activités de PSE ici, dans cette communauté ? Lesquelles ?
- Quelles sont les activités de PSE auxquelles vous ne participez pas actuellement et auxquelles vous aimeriez participer ou en savoir plus ?
- Pourquoi certaines de ces activités seraient-elles utiles aux couples qui, comme vous, fondent leur famille ?

5. Concluez l'activité en notant l'importance de PSE pour le PPPF et lisez ce qui suit :

Toutes ces questions relatives à la PSE affectent la vie et l'avenir des PPPF - et ceux de vos enfants. En tant que jeunes parents, vous voulez vous assurer que vos enfants sont heureux, en

bonne santé et qu'ils ont la possibilité d'apprendre et de grandir. Comprendre les questions de PSE et s'impliquer davantage - de toutes les manières possibles - peut vous aider à réaliser vos espoirs pour vous et vos enfants.





TAGAZA, DJIBO (BURKINA FASO)



## ACTIVITÉ 1-4 : DISCUSSION GENOU-À-GENOU EN COUPLE SUR LA PSE<sup>4</sup>

Durée : 35 minutes

Méthodologie/Objectif : Faciliter les discussions de couple sur la PSE et les mesures que les PPPF peuvent prendre, en tant qu'individus et en tant que couple, pour mettre en œuvre ces concepts dans leur propre vie.

### Note à l'animateur

1. Rappelez aux participants que les couples doivent communiquer de manière efficace et respectueuse. Dites-leur qu'ils vont maintenant faire une activité de communication appelée " Genou-à-Genou ", qui leur donnera l'occasion de s'asseoir ensemble en tant que couple et de discuter des informations qu'ils ont entendues sur la PSE, de la manière dont elles leur sont applicables et de la façon dont ils peuvent mettre en œuvre ces idées et activités dans leur vie, à la fois en tant qu'individus et en tant que couple.

2. Lisez les instructions suivantes :

<sup>4</sup> L'exercice genou-à-genou a été adapté du programme CoupleConnect

- Vous allez vous mettre en couple avec votre partenaire et vous asseoir face à face et suffisamment près pour que vos genoux se touchent (genou à genou).
  - Le sujet du jour est la PSE. Chacun d'entre vous dira à son tour à son partenaire ce qui l'intéresse le plus dans les informations que vous avez entendues aujourd'hui ou dans vos groupes séparés et au moins une activité de PSE à laquelle vous aimeriez participer ou en savoir plus, et pourquoi.
  - Lorsque votre partenaire parle, vous êtes tenu de l'écouter attentivement.
3. Avec votre co-animateur, donnez l'exemple d'une conversation genou-à-genou efficace et respectueuse. Introduisez votre jeu de rôle avec les messages suivants :
- Nous allons faire un court jeu de rôle pour vous montrer le type de conversation que nous voulons que vous ayez.
  - Notre jeu de rôle sera beaucoup plus court que vos conversations.
  - Asseyez-vous genou-à-genou avec votre co-animateur et jouez le jeu de rôle suivant :
    - **ANIMATEUR 1** : Que pensez-vous des informations de la PSE que nous avons apprises grâce à ce programme ?
    - **ANIMATEUR 2** : Je pense que ces informations seront très utiles à nos communautés. Les groupes m'ont aidé à mieux comprendre comment la santé de nos terres et de nos eaux ont un impact sur notre santé et notre bien-être et sur ceux de notre famille. Qu'en pensez-vous ?
    - **ANIMATEUR 1** : Je suis d'accord ! J'ai également été heureux d'entendre parler de toutes les initiatives de PSE de Tuungane qui se déroulent dans notre communauté.
    - **ANIMATEUR 2** : Oui, moi aussi. Quelles sont les activités qui vous ont le plus intéressé ?
    - **ANIMATEUR 1** : J'aimerais en savoir plus sur la façon de devenir

un ménage modèle. Qu'est-ce qui vous a le plus intéressé ?

- **ANIMATEUR 2** : J'aimerais aussi en savoir plus sur les ménages modèles. J'aimerais également rejoindre une COCOBA si nous pouvons le faire, en tant que jeunes parents. Je m'inquiète de savoir si je serai bien accueilli dans ces groupes.
  - **ANIMATEUR 1** : Peut-être pouvons-nous parler avec le Champion PSE pour en savoir plus ?
  - **ANIMATEUR 2** : Oui, faisons cela. Je suis heureux que nous puissions faire ces sessions en couples et en apprendre plus sur la PSE ensemble.
- Obtenez toutes les réactions et assurez-vous que les participants comprennent le processus. Demandez-leur d'utiliser leur propre langage et d'essayer de ne pas imiter votre conversation.
4. Demandez aux couples de trouver un espace privé dans la chambre ou la zone pour leurs conversations. Demandez-leur de décider qui parlera en premier. Circulez et apportez votre soutien si nécessaire. Lorsque 6-7 minutes se sont écoulées, vérifiez rapidement avec chaque couple pour vous assurer qu'ils sont sur la bonne voie et que les deux partenaires partagent leurs pensées. Après 6-7 minutes supplémentaires, signalez que le temps imparti est écoulé et réunissez à nouveau le grand groupe.
5. Discutez de l'activité en posant les questions suivantes :
- Comment se sont déroulées vos conversations ?
  - Dans quelle mesure vos attentes concernant le programme étaient-elles similaires ou différentes ?
  - Combien de fois êtes-vous assis tranquillement comme cela et parler ?
6. A la fin de la session, remerciez tous les participants et demandez si

quelqu'un a des questions. Lorsqu'ils partent, rappelez-leur la date, l'heure et le lieu de la prochaine session conjointe. Rappelez-leur également qu'ils peuvent contacter leurs agents de santé communautaire ou les champions de PSE s'ils ont d'autres questions.





## SESSION CONJOINTE 2 : LA PREMIÈRE CONSULTATION PRÉNATALE

### Objectifs de la session

A la fin de la session les participants :

- Comprennent mieux les messages clés relatifs aux consultations prénatales (CPN) et à l'accouchement assisté.
- Sont capables d'explorer les défis associés à la première consultation prénatale au centre de santé de leur communauté

### Messages clés

- Au moins 4 consultations prénatales (CPN) avant un accouchement assisté en établissement de santé
- Première CPN au cours du premier trimestre de grossesse
- La participation des hommes à la CPN
- Planification de la préparation à la naissance
- Accouchement assisté

### Avant la session, les animateurs doivent...

- Revoir le contenu de la session
- Rassembler des aides visuelles sur la CPN et l'accouchement assisté
- Veiller à ce que les co-animateurs soient préparés à leur rôle

### Durée totale de la session : 90 minutes

Activité 2-1 : Introduction (10 min.)

Activité 2-2 : Aperçu des consultations prénatales et de l'accouchement assisté (20 min.)

Activité 2-3 : Se rendre à la CPN très tôt (30 min.)

Activité 2-4 : Conversation genou-à-genou sur la planification de la préparation à l'accouchement (30 min.)

## ACTIVITÉ 2-1 : INTRODUCTION DE LA SESSION CONJOINTE DES MÈRES POUR LA PREMIÈRE FOIS (MPPF) ET DE LEURS MARIS

Durée : 10 minutes

Méthodologie/Objectif : L'animateur présente la deuxième session conjointe pour les MPPF et leurs maris

### Note à l'animateur

1. Souhaitez la bienvenue à tous et assurez-vous qu'ils sont aussi confortables que possible.
2. Introduisez la session et abordez les points suivants :
  - La dernière session a permis de discuter des concepts de population, de santé et d'environnement et des activités de PSE qui se déroulent dans notre communauté.
  - Aujourd'hui, nous nous concentrons sur les moyens de rendre la grossesse et l'accouchement de votre premier enfant plus sûrs. La prochaine session portera sur la planification de votre prochain enfant. L'objectif est de vous aider à prendre des mesures pour que vous et vos enfants soyez en aussi bonne santé que possible.
3. Avant de commencer, je vous encourage tous à être très respectueux les uns des autres. Nous devons appliquer les mêmes règles de base que celles que nous utilisons dans nos petits groupes - écouter et respecter ce que chacun a à dire. Même si nous sommes ensemble en tant qu'hommes et femmes, je vous encourage à ne pas hésiter à partager vos pensées. Nous aimerions entendre autant les hommes que les femmes de ce groupe. C'est ainsi que nous pouvons réellement apprendre les uns des autres et entendre des points de vue différents.
4. Demandez aux participants s'ils ont des questions sur la structure ou le contenu des sessions conjointes ou si quelqu'un a des questions ou de nouvelles idées sur ce que le groupe a exploré la dernière fois ?

## ACTIVITÉ 2-2 : APERÇU DES SOINS PRÉNATALS ET DE L'ACCOUCHEMENT ASSISTÉ

**Durée : 20 minutes**

**Méthodologie/Objectif : L'animateur présente les problèmes de santé liés à la grossesse et à l'accouchement**

NOTE : Certains participants peuvent ne pas avoir assisté à une précédente session de groupe sur ce sujet. Par conséquent, prenez le temps de vous assurer que les messages clés sont compris et que les questions sont abordées.

### Note à l'animateur

1. Commencez cette session en rappelant aux participants que l'un des principaux objectifs du programme est d'aider les couples à avoir une grossesse et un accouchement plus sûrs.
2. Passez en revue les messages clés sur les soins prénatals et l'accouchement assisté :
  - Il est important que les jeunes femmes aient au moins 4 consultations prénatales avant d'accoucher dans un établissement de santé. Ces visites doivent commencer le plus tôt possible (au cours des 3 premiers mois), puis se poursuivre tout au long de la grossesse.
  - Les partenaires masculins doivent également prévoir d'assister à au moins une consultation prénatale avec la femme enceinte. Au cours de cette visite, le couple peut subir un test de dépistage du VIH en commun et peut également établir un plan d'accouchement impliquant les deux partenaires.
  - En dehors de ces 4 consultations, la jeune femme peut se rendre à l'établissement de santé autant de fois qu'elle le souhaite, surtout si elle constate quelque chose qui l'inquiète pour sa santé ou si elle ressent le besoin de parler à un agent de santé.
- Lors de ces visites, l'agent de santé s'assurera que la femme enceinte est en bonne santé et que le bébé se développe bien. Il lui fournira également des médicaments contre la malaria, l'anémie, etc.
- Les médicaments protégeront également le futur bébé contre des maladies telles que le paludisme, l'anémie, etc.
- C'est également le moment de se préparer à un accouchement assisté dans un établissement de santé, à l'allaitement maternel exclusif de votre bébé et au planning familial après accouchement .
- Après l'accouchement, il est important que chaque mère et chaque bébé fassent au total quatre consultations postnatales : une au cours des premières 24 heures après la naissance, une le troisième jour après la naissance, une entre les jours 7 et 14, et une six semaines après l'accouchement.
- En plus des consultations prénatales, les futurs parents et les familles doivent être attentifs aux éventuels signes de danger. Les signes de danger pendant la grossesse comprennent : une vision trouble, des étourdissements, des saignements, des douleurs liées à un accouchement prématuré, un gonflement et de la fièvre. Le paludisme pendant la grossesse est également potentiellement dangereux.
- Si vous remarquez l'un de ces signes, vous devez vous rendre dans un établissement de santé dès que possible.
3. Demandez aux participants s'ils ont des questions sur les soins prénatals, l'accouchement assisté ou sur l'un des points mentionnés ci-dessus.
4. Terminez l'activité en reconnaissant qu'ils disposent de beaucoup d'informations et qu'ils peuvent toujours poser des questions supplémentaires lors de la prochaine réunion ou lors d'une visite à domicile de l'agent de santé communautaire. Ils peuvent également parler à l'agent de santé.

LINDA SUTTENFIELD (TANZANIA)



## ACTIVITÉ 2-3 : SE RENDRE A LA CPN TRÈS TÔT

Durée : 30 minutes

**Méthodologie/Objectif :** L'animateur raconte une histoire pour explorer les obstacles aux soins prénataux précoces (dans les 3 premiers mois de la grossesse)

### Note à l'animateur

1. Introduisez l'activité en disant : Dans vos groupes, vous avez entendu l'histoire d'un couple comme beaucoup d'entre vous, composé d'une jeune mère pour la première fois et son mari : Salamata et Ousmane. Ils attendent leur premier enfant et sont confrontés à un problème qu'ils doivent résoudre ensemble. Les groupes de femmes ont entendu l'histoire du point de vue de Salamata et le groupe des maris l'a entendue du point de vue d'Ousmane. Passons en revue leurs histoires pour voir si nous pouvons trouver une solution qui leur convienne à tous les deux, et à d'autres PPPF dans la même situation.
2. Commencez par lire l'histoire de Salamata (tirée de la carte de session du groupe de pairs des MPPF).
3. Engagez une discussion à l'aide des questions suivantes. Essayer de faire en sorte que les jeunes femmes et les jeunes hommes participent à égalité et que des perspectives différentes soient exprimées :
  - Quel est le principal problème auquel Salamata est confrontée ?
  - Il semble y avoir une mauvaise communication entre le couple, au point que Salamata a l'impression de ne pas pouvoir exprimer ouvertement ses souhaits ou ses opinions à son mari ou à sa famille. Pensez-vous que Salamata a raison de ressentir cela et de garder le silence ?

Salamata est une femme de 18 ans, enceinte de 2 mois de son premier enfant. Elle est ravie car son mari et elle vivent ensemble depuis plus d'un an et veulent fonder leur famille dès que possible. En même temps, Salamata est un peu inquiète. Sa sœur aînée a eu une grossesse difficile, et ce n'est que grâce à des contrôles précoces et fréquents effectués par un agent de santé qu'elle a pu mettre son fils au monde en toute sécurité. Salamata aimerait se rendre au plus vite au centre de santé pour une consultation prénatale afin de s'assurer qu'elle et son bébé sont en bonne santé, mais elle sait que ce sera difficile.

Les traditions sont très importantes dans la famille de son mari et ils attendent avec impatience les rituels qui doivent être accomplis pour ce premier bébé avant de pouvoir partager la nouvelle de sa grossesse. Salamata attend également avec impatience les rituels, car ce sera une étape importante dans la reconnaissance de son rôle d'épouse et de mère. Elle ne veut pas attendre la fin des rituels pour faire sa CPN, mais elle a trop peur pour en parler avec son mari et sa belle-mère. Salamata décide donc de faire sa première consultation prénatale dans quelques mois et espère que tout ira bien.

- Quelles sont les conséquences de la décision de Salamata de garder le silence ?
- Que pensez-vous qu'Ousmane aurait dit si Salamata lui avait demandé son avis sur la CPN ?
- Que dirait la belle-mère de Salamata ?

4. Lisez maintenant l'histoire d'Ousmane à haute voix (de la session du groupe des hommes) :

Salamata et Ousmane sont mariés et attendent leur premier enfant. Salamata est enceinte de 2 mois. Ils sont tous deux très heureux car ils sont mariés depuis plus d'un an. Cependant, Salamata est un peu inquiète. Sa sœur aînée a eu une grossesse difficile et ce n'est qu'en se rendant à une visite prénatale au centre de santé pendant les 3 premiers mois de sa grossesse et en passant des examens réguliers avec le personnel de santé qu'elle a pu donner naissance à son fils en bonne santé. Salamata aimerait se rendre au centre de soins prénataux le plus rapidement possible pour s'assurer qu'elle et son bébé sont en bonne santé.

Elle a soulevé cette question auprès d'Ousmane, mais celui-ci s'est opposé à ce qu'elle s'y rende avant que certains rituels n'aient été accomplis. Les traditions sont très importantes dans sa famille, et tous attendent avec impatience les rituels qui doivent être accomplis pour ce premier bébé avant de pouvoir partager la nouvelle de sa grossesse avec les autres. Ousmane veut le meilleur pour sa femme et son bébé, mais il ne veut pas risquer d'aller à l'encontre de la tradition en laissant sa femme partager des informations avec le personnel soignant avant les rituels. Il est également très réticent à aborder le sujet avec ses

parents car il pense qu'ils seront en colère s'il ne suit pas la tradition. Et maintenant, Salamata est également en colère et a l'impression qu'il ne se soucie ni d'elle ni du bébé. À ce stade, Ousmane ne sait tout simplement pas quoi faire.

5. Poursuivez la discussion à l'aide des questions suivantes. Essayez de faire en sorte que les jeunes femmes et les jeunes hommes participent à égalité et que des points de vue différents soient exprimés :
  - Quels sont les problèmes auxquels Salamata et Ousmane sont actuellement confrontés ?
  - Comment une mauvaise communication joue-t-elle un rôle dans cette situation ?
  - Pensez-vous qu'Ousmane a raison de ne pas aborder le sujet avec ses parents ?
  - Quelles sont les conséquences du silence d'Ousmane ?
  - A la fin de cette histoire, Salamata et Ousmane sont tous deux malheureux. Ils semblent tous deux incapables de communiquer par peur du conflit. Pensez-vous que cela soit courant entre les couples et au sein des familles de cette communauté ?
  - Quelles suggestions avez-vous pour aider Salamata et Ousmane à communiquer plus ouvertement entre eux et avec leurs familles ?
  - Salamata et Ousmane veulent ce qu'il y a de mieux pour leur famille. Quelles suggestions avez-vous pour les aider à s'entendre sur la meilleure façon de le faire ?
6. Utilisez ces questions pour approfondir ce qui se passe dans cette histoire :
  - Comme nous l'avons déjà dit, la mauvaise communication n'est qu'un des problèmes de cette histoire. Quels sont les autres obstacles à

l'utilisation à temps des services de CPN auxquels sont confrontés des couples comme Salamata et Ousmane dans cette communauté ? (Certaines réponses peuvent inclure) :

- Absence de résolution conjointe des problèmes et de prise de décision
  - Pratiques et tabous culturels
  - Opinions des autres membres de la famille/du ménage
  - Comment les couples peuvent-ils surmonter ces obstacles ?
  - Qui d'autre doit être impliqué pour que les PPPF prennent les mesures de santé appropriées ?
7. À la fin de la session, remerciez tous les participants et demandez si quelqu'un a des questions. Lorsqu'ils partent, rappelez-leur la date, l'heure et le lieu de la prochaine session conjointe.



TAGAZA DJIBO (NIGER)

## ACTIVITÉ 2-4 : DISCUSSION GENOU-À-GENOU EN COUPLE SUR LA PLANIFICATION DE LA PRÉPARATION À LA NAISSANCE<sup>5</sup>

Durée : 20 minutes

Méthodologie/Objectif : L'animateur présente les problèmes de santé liés à la grossesse et à l'accouchement

### Note à l'animateur

1. Rappelez aux participants que les couples doivent communiquer de manière efficace et respectueuse. Dites-leur qu'ils vont maintenant faire une activité de communication appelée " Genou-à-Genou ", comme ils l'ont fait lors de la première session conjointe. Cette activité leur donnera l'occasion de s'asseoir ensemble en tant que couple et de discuter des plans de préparation à la naissance et des plans de préparation aux complications, et de la manière dont ils peuvent les développer en tant que couple.
2. Demandez au groupe de se mettre en couple et de s'asseoir l'un en face de l'autre, suffisamment près pour que leurs genoux se touchent (genou-à-genou). Dites-leur que le sujet du jour est la planification de la préparation à la naissance. Voici quelques informations de base sur la préparation à la naissance et les plans de préparation aux complications :
  - Toutes les femmes enceintes, avec leur partenaire, doivent élaborer un plan écrit pour la naissance et pour faire face aux complications ou aux urgences qui peuvent survenir pendant la grossesse, l'accouchement ou immédiatement après la naissance. Ce plan peut être discuté et revu avec un prestataire de services ou des agents de santé communautaires.

<sup>5</sup> L'exercice de genou-à-genou a été adapté du programme CoupleConnect.



- Un plan de préparation à l'accouchement et de préparation aux complications doit contenir les éléments clés suivants :<sup>6</sup>
    - Lieu de naissance souhaité
    - Accoucheur préféré
    - Localisation de l'établissement de santé approprié le plus proche
    - Fonds pour les dépenses liées à la naissance et les dépenses d'urgence
    - Un compagnon de naissance
    - Une aide pour s'occuper du foyer, des enfants ou d'autres responsabilités pendant l'absence de la femme
    - Transport vers le centre de santé pour l'accouchement
    - Transport en cas d'urgence
    - Identification des donneurs de sang compatibles en cas d'urgence
  - Il est important que le couple élabore ensemble le plan de préparation à l'accouchement et de préparation aux complications, car cela leur permet de convenir à l'avance de leur plan d'action pour l'accouchement et de réagir rapidement à toute complication imprévue. Cela permettra également au partenaire masculin de planifier à l'avance la manière dont il pourra soutenir la femme et le bébé pendant la période périnatale.
3. Lisez les instructions suivantes : Pour les couples qui sont actuellement enceintes, veuillez prendre ce temps pour commencer à discuter de votre plan de préparation à l'accouchement, y compris les 9 éléments clés qui viennent d'être mentionnés. Pour celles d'entre vous qui ont déjà accouché, discuter avec votre partenaire pour voir si vous avez élaboré un plan de préparation à l'accouchement pendant votre grossesse et ce que vous feriez pour les grossesses suivantes. Lorsque votre partenaire parle, vous êtes tenu de l'écouter attentivement.
4. Demandez aux couples de trouver un espace privé dans la pièce ou la zone pour leurs conversations. Demandez-leur de décider qui parlera en premier. Circulez et apportez votre soutien si nécessaire. Lorsque 6-7 minutes se sont écoulées, vérifiez rapidement avec chaque couple pour vous assurer qu'ils sont sur la bonne voie et que les deux partenaires partagent leurs pensées. Après 6-7 minutes supplémentaires, signalez que le temps imparti est écoulé et réunissez à nouveau le grand groupe.
5. Discutez de l'activité en posant les questions suivantes :
- Comment se sont déroulées vos conversations ?
  - Pour les couples dont la femme est enceinte, comment s'est déroulée votre première conversation sur votre plan de préparation à la naissance ?
  - Pour les couples qui ont déjà eu leur bébé, quelles ont été vos observations sur la préparation à l'accouchement depuis votre grossesse et que changeriez-vous pour votre prochaine grossesse ?
6. A la fin de la session, remerciez tous les participants et demandez si quelqu'un a des questions. Lorsqu'ils partent, rappelez-leur la date, l'heure et le lieu de la prochaine session conjointe. Rappelez-leur également qu'ils peuvent contacter leur agent de santé communautaire s'ils ont d'autres questions.

<sup>6</sup> Pour plus d'informations sur les plans de préparation à la naissance, visitez le site [https://www.who.int/reproductivehealth/publications/maternal\\_perinatal\\_health/emergency\\_preparedness\\_antenatal\\_care.pdf](https://www.who.int/reproductivehealth/publications/maternal_perinatal_health/emergency_preparedness_antenatal_care.pdf)

## SESSION CONJOINTE 3 : PLANIFICATION ET ESPACEMENT IDÉAL DES GROSSESSES POUR LA SANTE (PEIGS) ET PLANIFICATION FAMILIALE (PF)

### Objectifs de la session

A la fin de la session les participants :

- Peuvent identifier les obstacles et les solutions liés à une meilleure utilisation de la PF.
- Comprennent l'importance pour le couple d'adopter une méthode contraceptive pour la planification et l'espacement idéal des grossesses.

### Messages clés

- La PEIGS offre aux couples de nombreux avantages, notamment la garantie de la santé de la mère, de l'enfant et de la famille
- L'âge moyen d'une femme lors de sa première grossesse doit être d'au moins 18 ans
- L'espacement entre une naissance et la prochaine grossesse est d'au moins 2 ans
- L'espacement entre une fausse couche et la grossesse suivante est d'au moins 6 mois
- Il existe différentes méthodes modernes de contraception.

### Avant la session, les animateurs doivent...

- Revoir le contenu de la session
- Rassembler le matériel nécessaire (échantillons de contraceptifs)
- Veiller à ce que les co-animateurs soient préparés à leur rôle

### Durée totale de la session : 90 minutes

Activité 2-1 : Introduction (10 min.)

Activité 2-2 : Revue des messages clés sur la PEIGS et la PF (20 min.)

Activité 2-3 : Exploration des obstacles à l'utilisation de la PF (60 min.)

## ACTIVITÉ 3-1 : INTRODUCTION DE LA DEUXIÈME SESSION CONJOINTE POUR LES MPPF ET LEURS MARIS

Durée : 10 minutes

Méthodologie/Objectif : L'animateur présente la deuxième session conjointe pour les MPPF et leurs maris

### Note à l'animateur

1. Souhaitez la bienvenue à tous et assurez-vous qu'ils sont aussi confortables que possible.
2. Introduisez la session et abordez les points suivants :
  - La dernière fois, nous avons mis l'accent sur les grossesses et les accouchements plus sûrs, en particulier sur la nécessité d'effectuer la première consultation prénatale le plus tôt possible.
  - Nous avons utilisé l'histoire de Salamata et Ousmane pour explorer quelques-uns des obstacles qui empêchent les couples de se rendre rapidement à leur première CPN. Parmi ces obstacles, on peut citer la mauvaise communication entre les couples, qui rend difficile l'échange des idées et la résolution des problèmes.
  - Aujourd'hui, nous mettrons l'accent sur la PEIGS et la PF - un thème que vous avez déjà abordé dans vos groupes.
3. Avant de commencer, j'aimerais nous encourager tous à être très respectueux les uns des autres. Nous devrions appliquer les mêmes règles de base que celles que nous utilisons dans nos petits groupes - écouter attentivement et respecter ce que chacun a à dire. Même si nous sommes ensemble en tant qu'hommes et femmes, je vous encourage à ne pas hésiter

à partager vos pensées. Nous aimerions entendre autant les hommes que les femmes de ce groupe. C'est ainsi que nous pouvons réellement apprendre les uns des autres et entendre des points de vue différents.

4. Demandez aux participants s'ils ont des questions sur la structure ou le contenu des sessions conjointes.
5. Demandez aux participants s'ils ont des questions ou de nouvelles idées sur ce que le groupe a exploré la dernière fois.

## ACTIVITÉ 3-2 : UN RAPPEL DES MESSAGES CONCERNANT LA PEIGS ET LA PF

**Durée : 20 minutes**

**Méthodologie/Objectif : Présentation de l'animateur sur la PEIGS et session de questions et réponses pour réitérer les messages clés sur la PEIGS et l'utilisation de la PF**

NOTE : Certains participants peuvent ne pas avoir assisté à la session de groupe sur ce sujet. Prenez donc le temps de vous assurer que les messages clés sont compris et que les questions sont abordées.

### *Note à l'animateur*

1. Commencez cette session en rappelant aux participants que l'un des principaux objectifs du programme est d'aider les couples à planifier un espacement convenable des grossesses et utiliser des méthodes modernes de PF pour atteindre leurs objectifs d'espacement sain.
2. Lisez cette histoire à haute voix :

Nos amis, Salamata et Ousmane, sont maintenant les heureux parents d'une petite fille de 4 mois. Elle est en très bonne santé

et le couple est tellement heureux de la voir grandir et découvrir le monde. Même s'ils sont heureux, ils subissent déjà la pression de leur famille et de leur communauté pour avoir un autre enfant et surtout pour avoir un garçon.

Salamata et Ousmane ne sont pas sûrs de ce qu'ils feront. Ni l'un ni l'autre ne se sent prêt à avoir un autre enfant si tôt. Salamata commence tout juste à se remettre de la naissance de sa fille et s'habitue peu à peu à son rôle de mère. Ousmane aimerait avoir un fils, mais s'inquiète de sa capacité à s'occuper d'un autre enfant et à subvenir aux besoins de toute la famille. Elle a besoin de plus d'informations pour l'aider à déterminer quand elle devrait avoir son prochain enfant.

3. Posez les questions suivantes pour faire ressortir les messages clés du groupe :
  - Quelles sont les bonnes sources d'information sur la PEIGS et la PF dans votre communauté ?
  - Quelles sont les options dont disposent Salamata et Ousmane ?
  - Quels conseils donneriez-vous à Salamata et Ousmane sur le bon moment pour que Salamata tombe enceinte ?
4. Concluez l'activité en rappelant aux participants les messages sur la PEIGS et l'utilisation des contraceptifs.
  - Planification et espacement idéal des grossesses
    - Une approche de la PF qui aide les femmes - y compris les adolescentes et les jeunes femmes - et leurs familles à retarder/planifier/espacer leurs grossesses afin d'obtenir le résultat le plus bénéfique pour toutes les personnes concernées (femmes, nouveau-nés, famille, etc.)

- Sur la base de preuves issues de la recherche scientifique qui a identifié le moment idéal pour devenir enceinte (entre 18 et 34 ans et avec moins de 5 enfants) et pour espacer les grossesses (2 ans après une naissance vivante et 6 mois après une fausse couche ou un avortement)
- Les naissances rapprochées de moins de 24 mois sont associées à un risque accru :
  - Risques maternels : décès, avortement provoqué, avortement spontané, naissances prématurées, hémorragie intrapartum ou postpartum, anémie
  - Risques pour le bébé : retard de croissance intra-utérin, faible poids à la naissance, décès néonatal
- La grossesse moins de 6 mois après un avortement ou une fausse couche est associée à des risques accrus :
  - Risques pour la mère : rupture prématurée des membranes, anémie
  - Risques pour le bébé : faible poids à la naissance, retard de croissance intra-utérin
- La PEIGS convient aux femmes à tous les stades de leur vie reproductive, mais dans ce programme, nous nous mettrons l'accent sur :
  - Les femmes enceintes et les femmes en post-partum
  - Les femmes bénéficiant de services de soins de santé après une fausse couche ou un avortement
  - Adolescents (moins de 18 ans) et jeunes mères/parents pour la première fois (moins de 25 ans).
- Les messages clés de la PEIGS pour la santé maternelle et infantile sont les suivants :
  - Pour les femmes enceintes, les femmes en post-partum, ou toute autre femme qui souhaite une nouvelle grossesse après une naissance vivante, attendre au moins 24 mois, avant de tenter une nouvelle grossesse.

- Pour les femmes ou les couples qui décident d'avoir un enfant après une fausse couche ou un avortement, attendre au moins 6 mois avant de tenter une nouvelle grossesse.
- Pour les adolescentes, attendez qu'elles aient au moins 18 ans avant d'essayer de tomber enceintes.
- Pour tous, envisagez d'utiliser une méthode de planification familiale de votre choix jusqu'à ce que vous puissiez essayer de tomber enceinte en toute sécurité, ou si vous voulez éviter une future grossesse.

5. Demandez aux participants s'ils ont des questions.



## ACTIVITÉ 3-3 : EXPLORER LES OBSTACLES À L'UTILISATION DE LA PF

Durée : 60 minutes

Méthodologie/Objectif : Utiliser le jeu “ Voies du Changement ” pour explorer les obstacles à l'utilisation de la PF par la MPPFs

### VOIES DU CHANGEMENT

'Voies du Changement est un outil de changement de comportement sous forme de jeu simple qui est conçu pour identifier les obstacles au changement et les vecteurs de ce dernier, et pour générer une discussion et stimuler la réflexion qui peut motiver les individus et les communautés à changer. Le jeu “ Voies du Changement ” peut également aider les agents de santé communautaires, les pairs éducateurs ou d'autres personnes ressources de la communauté à comprendre la perception qu'a la population cible des obstacles et des vecteurs du changement. Lorsque le jeu est utilisé de cette manière, il fonctionne comme un outil informel de collecte de données qui peut servir à concevoir et à adapter les interventions. De plus amples informations sur 'Voies du Changement' sont disponibles sur le site web de Pathfinder.

### Note à l'animateur

- Expliquez que le groupe organisera une activité pour explorer quelques-uns des obstacles rencontrés par les MPPF souhaitant utiliser la PF.
- Demandez aux participants de se diviser en deux groupes. Demandez à un animateur de travailler avec chaque groupe.
- Animez le jeu 'Voies du Changement et notez les principaux problèmes qui constituent des obstacles à l'utilisation de la PF en tant que jeune MPPF ou en tant que conjoint d'un MPPF. Encouragez-les à réfléchir de manière générale (par exemple, à considérer les différents problèmes auxquels les couples sont confrontés, des problèmes qui vont au-delà de la simple fréquentation des établissements de santé). Prévoyez 30 minutes pour jouer le jeu afin que plusieurs obstacles soient soulevés et discutés.
- Demandez aux participants de revenir en grand groupe. Animez une discussion pour mettre en évidence les obstacles communs et les différences entre les obstacles rencontrés par les hommes et les femmes. En cas de différences entre les réponses, demandez-leur pourquoi leurs opinions sur l'utilisation de la PF sont si différentes.
- Demandez au grand groupe de réfléchir à nouveau aux autres obstacles, notamment ceux liés aux normes sociales ou de genre qui empêchent les jeunes individus ou les couples d'utiliser la PF. Prévoyez 10 minutes pour cette discussion.
- Demandez aux participants de choisir 3 principaux obstacles à l'utilisation de la PF (les principaux obstacles externes, sociaux et liés au genre) comme décrit ci-dessous. (Si les participants ont des difficultés, l'animateur peut leur rappeler les réponses données précédemment par les participants qui entrent dans ces catégories).
  - Un obstacle externe (par exemple, la distance à parcourir pour se rendre à l'établissement, les coûts)
  - Une barrière sociale (par exemple, la pression familiale pour avoir plus d'enfants)
  - Un obstacle lié au sexe (par exemple, difficulté à communiquer sur l'utilisation de la PF)
- Animer une discussion sur les solutions possibles à chacun de ces obstacles. Encourager les femmes et les hommes à échanger des idées. Demandez-leur de préciser ce que chaque MPPF doit faire pour que cette solution devienne réalité, ainsi que le rôle des autres.
- À la fin de la session, remerciez tous les participants et demandez si quelqu'un a des questions. Dites-leur qu'il s'agit de la dernière session conjointe, mais qu'ils continueront dans leurs groupes respectifs et qu'ils peuvent contacter leurs agents de santé communautaires s'ils ont d'autres questions.



## ANNEX 3 : RESSOURCES SUPPLÉMENTAIRES SUR LE TRAVAIL AVEC LES PPPF

### *Ressources de base*

- Le cadre E2A pour les Parents pour la Première Fois (janvier 2019)
- Répondre aux besoins intégrés des Parents pour la Première Fois : Rapport de Consultation technique (octobre 2014)
- Revue documentaire : Atteindre les Jeunes Parents pour la Première Fois pour l'espace idéal de la deuxième grossesse et des grossesses ultérieures (juillet 2014)
- Résumé de la nouvelle revue documentaire : l'accent sur l'espace des grossesses chez les Parents pour la Première Fois Analyse documentaire : Atteindre les Jeunes Parents pour la Première Fois pour l'espace idéal de la deuxième grossesse et des grossesses ultérieures (juillet 2014)

### *Ressources de mise en œuvre :*

- Outils de formation : Fournir des services de planification familiale et de santé reproductive aux jeunes femmes mariées et aux Parents Pour la Première Fois en Afrique de l'Ouest (2016)
- Animation en petits groupes pour les Jeunes Mères Pour la Première Fois à Akwa Ibom, Nigeria (2016)
- Visites à Domicile et Services de Conseil et de Contraception pour les Jeunes Femmes, y compris les Mères Pour la Première Fois, à Akwa Ibom, au Nigeria (2016)

### *Ressources des Programmes pays*

- Rapport : Améliorer les résultats de la planification familiale pour les PPPF dans l'écosystème du Grand Mahale en Tanzanie (novembre 2019)
- Dossier : Améliorer les résultats de la planification familiale pour les PPPF dans l'écosystème du Grand Mahale en Tanzanie (novembre 2019)
- Rapport : Améliorer la santé et les résultats en matière de genre pour les PPPF dans l'État de Cross River, Nigeria (novembre 2019)
- Dossier : Améliorer la santé et les résultats en matière de genre pour les PPPF dans l'État de Cross River, Nigeria (novembre 2019)
- Aperçu des PPPF : Burkina Faso (janvier 2019)
- Aperçu des PPPF : Tanzanie (janvier 2019)
- Aperçu des PPPF : Nigeria (janvier 2019)
- Une période d'incertitude et d'opportunités : résultats d'une évaluation formative des PPPF dans l'État de Cross River, Nigeria (octobre 2018)
- Élargir le choix des méthodes et l'accès aux informations et aux services de contraception pour les MPPF dans le district de Shinyanga, Tanzanie (août 2017)
- Améliorer l'accès aux informations et aux services de contraception pour les MPPP dans le district de Shinyanga, Tanzanie (avril 2017)
- Améliorer l'accès aux informations et aux services de contraception pour les MPPF à Akwa Ibom, Nigeria (2016)
- Atteindre les parents pour la première fois et les jeunes femmes mariées pour un bon déroulement et un espacement sain des grossesses au Burkina Faso (septembre 2015).