

CONTEXTUALISATION

PROJET : RENFORCEMENT DE LA SOCIÉTÉ CIVILE POUR
LA RÉALISATION DES DROITS DE L'ENFANT AU BÉNIN

CHAMPIONS DU CHANGEMENT

ÊTRE INFORMÉ SUR LA SANTÉ
SEXUELLE ET REPRODUCTIVE

MODULE DES FILLES
UNITÉ 4



Champions of Change pour les droits des filles et l'égalité des sexes la stratégie communautaire de Plan International visant à promouvoir l'égalité entre les sexes et le changement des normes sociales par l'engagement des jeunes et la mobilisation entre pairs. Le programme des champions des filles du changement est le programme global de Plan pour l'auto-nomisation des filles. Le programme comprend des activités engageantes et adaptables qui encouragent les filles à acquérir des connaissances, des attitudes et des compétences en fonction de leur propre expérience vécue. Le programme est le programme de la soeur pour les garçons champions du programme de changement.

Concept et orientation générale :

Alex Munive, directeur de l'égalité entre les sexes et de l'inclusion a.i.

Lucero Quiroga, spécialiste de l'égalité entre les sexes

Spécialiste du contenu de ce module :

Jennifer Schulte

Édité par :

Alana Livesey, gestionnaire de programme, Villes plus saines pour les filles Lucero Quiroga, spécialiste de l'égalité entre les sexes

Recherche et soutien éditorial :

Natasha Brownlee

Nous vous remercions spécialement pour leurs contributions à ce module aux membres suivants du groupe de référence :

Daniel Molina, Marcela Henao et Elina Nikulainen

Conception et illustration :

www.alikecreative.com

Ce manuel peut être copié pour utilisation dans la formation, l'éducation ou la recherche, à condition que la source soit reconnue. Il ne peut être reproduit à d'autres fins sans l'autorisation préalable de Plan.

Plan International (2016) Vivre à l'abri de la violence sexiste. Dans Girls Champions of Change : Curriculum pour l'égalité des sexes et les droits des filles.

Woking, Royaume-Uni : Plan International.

ISBN : 978-92-9250-025-2



CONTENU

INTRODUCTION	4
NOTE SUR LA POLITIQUE DE PROTECTION ET SAUVEGARDE DES ADOLESCENTS ET JEUNES	5
ÊTRE INFORMÉ AU SUJET DE LA SANTÉ SEXUELLE ET REPRODUCTIVE	7
I - PARTIE 1 : NOTES POUR LE FACILITATEUR	7
I.1- CONTENU NOTIONNEL	7
I. NOTE GÉNÉRALE SUR LA FACILITATION	13
I.2- NOTE DU FACILITATEUR	13
CONNAISSANCES, ATTITUDES, PRATIQUES ET COMPÉTENCES	15
I-3 OBJECTIFS DE L'UNITÉ	15
	22
II. DEROULEMENT DES ACTIVITES	16
II-1- GLOSSAIRE	16
II.2- BIH : APERÇU DES ACTIVITÉS	17
II-3 ACTIVITÉS PLAN	20
ACTIVITÉ 1 : MON DROIT À UNE INFORMATION COMPLÈTE ET EXACTE	20
ACTIVITÉ 2-A : EN SAVOIR PLUS SUR LA PUBERTÉ	24
ACTIVITÉ 2-B : PUBERTÉ	27
ACTIVITÉ 2 : LE SYSTÈME REPRODUCTIF	32
ACTIVITÉ 3 : PRÉVENIR LA GROSSESSE CHEZ LES ADOLESCENTES : POURQUOI ET COMMENT ?	40
ACTIVITÉ 4 : PRÉVENIR LES IST	49
ACTIVITÉ 5 : NOTRE SANTÉ, NOS VIES	57
CONCLUSION	63

INTRODUCTION

Champion de changement pour les droits des filles et l'égalité des sexes est la stratégie communautaire de Plan International visant à promouvoir l'égalité entre les sexes et le changement des normes sociales par l'engagement des jeunes et la mobilisation entre pairs. Le programme des champions des filles du changement est le programme global de Plan pour l'autonomisation des filles. Le programme comprend des activités engageantes et adaptables qui encouragent les filles à acquérir des connaissances, des attitudes et des compétences en fonction de leurs propres expériences vécues.

Cette unité commence par présenter aux filles leur droit de savoir et de discuter ouvertement des informations sur leur santé sexuelle et reproductive. L'unité invite alors les filles à apprendre des informations de base sur leur corps afin qu'elles puissent mieux s'occuper de leur santé reproductive. À la fin de l'unité, les filles auront les connaissances de base sur leur santé sexuelle et reproductive, ce qui les aidera à revendiquer leurs droits sexuels et reproductifs.

NOTE SUR LA POLITIQUE DE PROTECTION ET SAUVEGARDE DES ADOLESCENTS ET JEUNES

L'approche Champion du Changement utilisée dans la lutte contre diverses formes d'abus dont sont victimes les enfants et jeunes dans les communautés vise à promouvoir l'égalité des sexes et le changement des normes sociales par l'engagement des jeunes et la mobilisation par les pairs. Sa mise en œuvre mobilise des staffs de Plan international, des associés que sont les staffs des ONG de mise en œuvre (CERD-BENIN, FODDEB, CeRADIS ONG), les Facilitateurs locaux des modules, les groupes de filles et de garçons comme principales cibles de cette activité et divers acteurs communautaires.

Le défi primordial de la mise en œuvre de cette approche qui met en contact tous ces acteurs avec les enfants et jeunes est de s'assurer qu'aucun enfant et jeune ne subisse des préjudices ou soit exposé à un risque de préjudice du fait de son association avec Plan.

La sauvegarde de la sécurité des enfants et des jeunes demeure donc un enjeu capital pour toutes les organisations de développement. En vue de garantir le respect de la sécurité des enfants et des jeunes tout au long du processus et protéger la réputation des organisations qui y sont impliquées, il est impératif que des mesures soient prises avant, pendant et après la mise en œuvre de l'approche. Les mesures avant visent à garantir le consentement libre et éclairé des enfants, jeunes et de leurs parents à la participation des enfants et jeunes au processus.

En outre, il y a lieu de veiller à ce que les personnes identifiées pour conduire le processus soient indemnes de tout soupçons antérieurs ou actuels d'abus sur les enfants et que la planification des activités soit faite dans le respect des impératifs horaires d'éducation des enfants et jeunes. La désignation d'un point focal sauvegarde demeure également une mesure capitale pour l'intervention. La conduite d'une évaluation adéquate des risques de sauvegarde à travers un processus inclusif impliquant les enfants jeunes et la communauté.

L'assurance que la mise en œuvre de l'approche ne se fera pas au détriment du temps d'apprentissage et d'éducation des enfants et jeunes devra être une préoccupation majeure.

Les mesures pendant contiennent la mise en place de mesures visant à assurer la participation sécurisée des enfants et jeunes aux activités à travers le choix approprié des lieux, horaires, conditions matérielles de déroulement, la prise de mesures de mitigation des risques identifiés au départ. La mise en place et le suivi quotidien d'un mécanisme de dénonciation et de plainte pour les incidents qui pourraient survenir au cours du déroulement des activités.

Cela passe aussi par une large information des enfants jeunes et des communautés sur la politique de sauvegarde des enfants et des jeunes ainsi que lesdits mécanismes. Tout ceci doit être soutenu par un mécanisme approprié de réponse et de traitement des incidents rapportés.

Par ailleurs, les enfants et jeunes sont soutenus pour élaborer en leur sein des règles de conduite qui garantissent le respect mutuel et la prévention des abus pouvant naître en leur propre sein et prenant en compte les spécificités des filles, des garçons, des moins âgé(e)s et des plus âgé(e)s.

Les mesures après visent à faire le point de la conformité de l'intervention aux principes de la sauvegarde à travers des consultations communautaires qui mettent au premier plan les enfants et jeunes comme acteurs majeurs des feedbacks, de partage des bonnes pratiques et dans une logique d'apprentissage et d'amélioration continue.

ÊTRE INFORMÉ AU SUJET DE LA SANTÉ SEXUELLE ET REPRODUCTIVE

I - PARTIE 1 : NOTES POUR LE FACILITATEUR

I.1- CONTENU NOTIONNEL

POURQUOI LES FILLES DEVRAIENT-ELLES ÊTRE INFORMÉES DE LEUR SANTÉ SEXUELLE ET REPRODUCTIVE

Chaque fille a le droit de prendre ses propres décisions éclairées concernant sa santé sexuelle et reproductive, y compris si, quand, où comment et avec qui avoir des rapports sexuels (sexe). Afin de prendre de bonnes décisions, les filles ont besoin de l'information qui leur permettra de connaître et d'apprécier leur propre corps et de comprendre les conséquences positives et négatives que peuvent avoir leurs actions concernant leur sexualité. Par exemple, si une fille envisage de faire le choix d'avoir des rapports sexuels avec son partenaire, elle doit avoir des informations précises sur la façon de se protéger et son partenaire contre le risque possible d'infections sexuellement transmissibles et de grossesses non désirées. Il lui est impossible de prendre une décision soigneusement prise en considération si elle manque d'informations de base sur les systèmes sexuels et génétiques masculins et féminins, sur les conséquences possibles des rapports sexuels non protégés et sur le maintien de sa santé.

Bien qu'il soit un droit humain d'avoir accès à une information et à une éducation précises sur la reproduction, le sexe et la sexualité, dans de nombreuses communautés du monde entier, les

jeunes sont confrontés à de fortes barrières à l'accès à cette information. Les normes sociales en matière de sexualité font en sorte que les parents se sentent gênés d'en parler à leurs enfants et rendent difficile l'inclusion de l'éducation sexuelle dans leur curriculum. Pour aggraver les choses, les parents, les soignants et les décideurs sont souvent trompés par la fausse croyance que l'apprentissage sur le sexe et la sexualité conduira les enfants et les jeunes à avoir des relations sexuelles plus tôt et avec des habitudes moins saines qu'ils ne le feraient autrement.

Mais cette croyance n'est pas plus qu'un mythe. Le fait est que les filles dans les pays où les jeunes reçoivent des informations complètes sur la sexualité et la reproduction n'ont pas de relations sexuelles plus tôt que les filles dans les pays où les jeunes manquent d'information. Lorsqu'ils choisissent d'avoir des rapports sexuels, ils sont plus susceptibles de se protéger et à avoir des relations plus saines et plus égales avec leur partenaire. Cette relation positive entre l'éducation sexuelle complète et les résultats positifs pour la santé se produit parce que, grâce à l'accès à l'information, les filles sont plus habilitées à parler ouvertement de la sexualité et de la santé génétique et à prendre des décisions saines et sûres.

Dans l'activité BIH1 : Mon droit à des informations complètes et exactes, les filles apprennent l'importance de parler ouvertement du sexe, de la sexualité et de la reproduction et de discuter des règles de la société qui peuvent les empêcher de le faire.



1 Une grande partie de la mise en scène de ce module est adaptée de : Population Council. (2009). Il s'agit d'un seul programme : Directives et activités pour une approche unifiée de la sexualité, du genre, du VIH et de l'éducation aux droits de la personne.
2. UNFPA. (2015) Évaluation des programmes complets d'éducation sexuelle : un accent sur les résultats en matière de genre et d'autonomisation

QU'EST-CE QUE L'ÉDUCATION SEXUELLE COMPLÈTE?

L'éducation sexuelle complète inclut et va au-delà de l'information sur les systèmes sexuels et reproductifs. Il reconnaît également que le manque d'information n'est qu'une des nombreuses barrières qui peuvent empêcher quelqu'un, surtout s'il s'agit d'une fille ou d'une femme, d'accéder à ses droits sexuels et reproductifs.

Par exemple, peu importe si une jeune fille sait qu'elle et son partenaire doivent utiliser la protection pendant les rapports sexuels pour prévenir la grossesse et les IST - sans égalité entre les sexes et la confiance pour se défendre, elle ne sera

probablement pas en mesure de demander à son partenaire de porter un préservatif.

C'est pourquoi le CST cherche à doter les jeunes des connaissances, des habiletés, des attitudes et des valeurs dont ils ont besoin pour prendre des décisions et jouir de leur sexualité - physiquement et émotionnellement, individuellement et dans les relations. Elle considère la « sexualité » de façon holistique et dans le contexte du développement émotionnel et social³. Les éléments essentiels de l'éducation sexuelle globale incluent le genre, la santé sexuelle et reproductive, les droits sexuels, le plaisir, la violence, la diversité et les relations.

ENCADRÉ BIH1 : L'ÉDUCATION SEXUELLE COMPLÈTE DANS LES CHAMPIONS DES FILLES DU CHANGEMENT

Dans leur ensemble, les différents modules du programme des champions des filles du changement couvrent tous les éléments de l'éducation sexuelle complète. Ce faisant, ils cherchent à fournir aux filles une base solide pour prendre leurs propres décisions concernant leur corps et la sexualité, et de décider de leur propre avenir.



Modules de changement de filles :

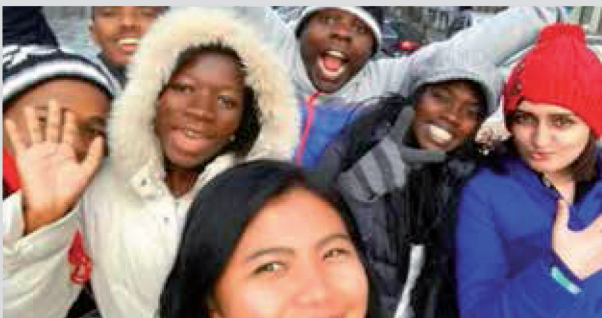
Connexion à l'éducation sexuelle complète :

Être assuré	Les filles apprennent à prendre des décisions éclairées pour communiquer avec assurance.
Être sensible au genre	Les filles apprennent à connaître les relations entre les sexes, les stéréotypes et la discrimination, ainsi que la façon dont les autres filles et les femmes ont travaillé pour revendiquer leur droit à l'égalité des sexes.
Être confiante en son corps	Les filles apprennent à connaître et à apprécier leur propre corps pour toutes les merveilles qu'ils peuvent faire
Être informé sur la santé sexuelle et reproductive	Les filles apprennent des connaissances de base sur leur santé sexuelle et reproductive et sur la façon de prévenir les grossesses non désirées et les IST..
Bénéficiant de vos droits sexuels et reproductifs	Les filles apprennent à connaître leurs droits sexuels et leurs droits reproductifs, comprennent l'importance du consentement dans toutes les relations sexuelles et s'exercent à communiquer leurs désirs et leurs besoins.
Vivre à l'abri de la violence sexiste	Les filles comprennent les racines de la violence basée sur le genre et construisent des connaissances et des compétences sur des relations saines.
Dialoguer sur le genre	Les filles commencent à discuter des questions de genre, de sexualité et de violence sexiste avec des hommes qui commencent à s'engager dans l'égalité des sexes.
Être économiquement habilité	Les filles apprennent l'importance de l'indépendance financière pour être en mesure d'affecter leur propre avenir, y compris si et quand avoir une famille de leur propre.

3. Fédération internationale pour la planification familiale (2012) Cadre pour une éducation sexuelle complète.

4. Ibid.

Les choix que les jeunes font aujourd'hui en ce qui concerne le sexe affectent non seulement leur vie immédiate, mais ils peuvent aussi avoir un impact profond sur leur avenir. Une grossesse chez l'adolescente due à un manque d'information ou à l'accès à des méthodes contraceptives modernes peut grandement inhiber la capacité d'une fille de terminer son éducation et de contrôler son propre avenir. Par conséquent, permettre aux filles de prendre des décisions éclairées aujourd'hui augmentera grandement leur capacité à atteindre leur plein potentiel à l'avenir. C'est pourquoi il ya un mouvement croissant dans le monde qui a amené de nombreux jeunes et adultes à plaider en faveur d'une éducation sexuelle complète pour tous.



BOÎTE ACTIVITÉ 2 : RAPPORT SUR LA PARTICIPATION DES JEUNES AU PROGRAMME ASK

Un groupe de jeunes leaders du monde entier croit que les jeunes eux-mêmes détiennent les clés pour changer l'approche de l'éducation sexuelle.

Des jeunes qui s'occupent de leur santé sexuelle et reproductive et qui partagent leurs connaissances avec leurs pairs par des moyens nouveaux et uniques que seuls les jeunes peuvent imaginer – d'un journaliste de télévision en Ouganda qui encourage les jeunes à s'ouvrir sur la sexualité et autres Questions à un travailleur de la santé en Éthiopie qui utilise des téléphones mobiles pour communiquer avec les adolescentes enceintes dans les zones rurales.

Vous pouvez regarder une vidéo par les auteurs du rapport (jeunes leaders et éducateurs de partout dans le monde) ici : <https://vimeo.com/147714346>; Et lire le rapport pour consulter d'autres histoires et des exemples de jeunes qui se renforcent pour leur santé sexuelle et reproductive et les droits ici : <http://cdn.vellance.com/rutgers/yfr/index.html>.

Si les filles avec lesquelles vous travaillez ont accès à Internet, partagez avec elles ce site Web dynamique et convivial !

QUE DOIVENT SAVOIR LES FILLES À PROPOS DE LA PUBERTÉ ?⁵

L'adolescence est le moment dans la vie de chacun quand il cesse d'être un enfant pour devenir un adulte. Il se produit environ entre les âges de 13 et 20 ans. Pendant l'adolescence, les filles et les garçons laissent derrière eux les attitudes et les comportements des enfants et apprennent à assumer les rôles attendus des adultes. Lorsque les enfants approchent l'adolescence, leurs corps commencent à produire un produit chimique – appelé hormones – qui conduit à des changements dans leurs corps et leurs émotions.

Cette période s'appelle la puberté. La puberté se produit de façon différente et à un rythme différent pour chaque individu, et est influencée par de nombreux facteurs, y compris les gènes, la nutrition, l'activité physique et la maladie. En général, les filles atteignent la puberté à un âge plus précoce que les garçons.

À la puberté, les organes sexuels et reproducteurs des filles et des garçons commencent à mûrir. Pour les filles, les changements physiques associés à la puberté comprennent le début de la menstruation, le développement des seins, la croissance des aisselles et les poils pubiens, et d'autres changements physiques. Pour les garçons, la puberté comprend l'initiation de l'orgasme involontaire pendant le sommeil, la production de sperme, la croissance des poils du visage, du pubis et du corps, l'approfondissement de la voix et d'autres changements physiques... La puberté peut être une période confuse et passionnante. Les aspects physiques et sociaux de la puberté apportent des changements dans la façon dont les jeunes se sentent à propos d'eux-mêmes et des autres. Beaucoup d'adolescents deviennent curieux au sujet du sexe et peuvent explorer leur sexualité par eux-mêmes, avec un ami, ou avec un partenaire sexuel ou romantique. Il est important que les filles soient informées de la puberté avant la puberté, afin qu'elles comprennent et soient prêtes pour les changements qui se produisent dans leur corps et leur esprit pendant cette période.

À mesure que les jeunes atteignent la puberté et commencent à se développer sexuellement, ils constatent que les personnes qu'ils connaissent – et la société dans son ensemble – commencent à se rapporter différemment à eux. Certaines cultures pratiquent des rituels d'âge pour les garçons et les filles atteignant la puberté. Beaucoup de ces rituels sont des célébrations de grandir. Certains peuvent cependant être nocifs – par exemple les mutilations génitales féminines

5. Population Council. (2009). Il s'agit d'un seul programme : Directives et activités pour une approche unifiée de la sexualité, du genre, du VIH et de l'éducation aux droits de la personne. 164-166.

ou les rites d'initiation qui préparent les jeunes filles au mariage en leur apprenant à faire plaisir physiquement à leurs futurs maris.

QU'EST-CE QUE LES FILLES DOIVENT SAVOIR SUR LA REPRODUCTION ET LA GROSSESSE ?^{6, 7}

Les femmes et les filles ont le droit de choisir si, quand, combien et comment séparer d'avoir des enfants. Pour prendre ces décisions, les filles doivent comprendre le système reproducteur : y compris la façon dont la grossesse se produit et les mesures qu'elles peuvent prendre pour l'empêcher.

Biologiquement, la fertilité féminine est la capacité de devenir enceinte et de porter une grossesse à la naissance. La fécondité féminine commence à la puberté avec la première ovulation d'une fille, et varie au cours de son cycle ovarien-menstruel. À chaque cycle menstruel, une femme ou une fille libère un ovule mature. La fertilité masculine est la capacité de fournir des spermatozoïdes sains capables de commencer une grossesse en bonne santé. La fécondité masculine commence à la puberté lorsque les garçons commencent à produire des millions de minuscules cellules appelées sperme, et ne varie pas sur une base cyclique. Les hommes et les garçons libèrent le sperme par l'éjaculation. Les hommes et les femmes peuvent être stériles ou ont une faible fertilité. L'infertilité a de nombreuses causes, y compris les infections sexuellement transmissibles, les maladies, les toxines environnementales, et les facteurs génétiques ou physiques. La fécondité diminue naturellement avec l'âge chez les femmes et les hommes, bien que ce déclin ait lieu plus tôt chez les femmes.

Certains organes sont principalement impliqués dans la reproduction, dans le plaisir sexuel, ou les deux. Par exemple, chez les mâles, le pénis et les testicules sont des organes essentiels impliqués à la fois dans le plaisir sexuel et dans la reproduction. Chez la femme, le vagin est impliqué à la fois dans le plaisir sexuel et la reproduction, tandis que l'utérus est impliqué seulement dans la reproduction. Le clitoris des femmes est le seul organe dont le seul but est le plaisir sexuel.

Il est également important que les filles comprennent le processus de reproduction. Lorsqu'un spermatozoïde se joint à un œuf (fécondation), un embryon peut se former. Une grossesse se produit si l'embryon se fixe à la muqueuse de l'utérus. Si la grossesse se poursuit, cet embryon se développera en fœtus. Le plus souvent, une grossesse se produit à travers les rapports sexuels entre un homme et une femme, au cours de laquelle le pénis pénètre dans le vagin et le

Dans l'activité 2 : Le système reproducteur, les filles apprennent les noms corrects pour les différentes parties du système sexuel et reproducteur masculin et féminin et sur leurs fonctions reproductives et / ou sexuelles



mâle éjacule, libérant le sperme. La grossesse peut se produire que la femme ait ou non un orgasme. Les conditions suivantes sont nécessaires pour qu'une grossesse se produise :

- La femelle doit être près du moment de son cycle menstruel quand elle libère un ovule mature de son ovario dans sa trompe de Fallope – ce processus s'appelle l'ovulation.
- Le mâle doit avoir une érection et doit éjaculer à l'intérieur, ou à l'ouverture du vagin de la femelle.
- Le sperme doit se déplacer jusqu'à la trompe de Fallope, où un seul spermatozoïde doit se joindre à l'œuf – ce processus s'appelle fécondation.
- L'œuf fécondé doit se diriger vers l'utérus et s'attacher à la paroi utérine.

Le début de la menstruation est un signe que le cycle menstruel d'une fille a commencé et qu'elle est physiquement capable de tomber enceinte. Cependant, cela ne signifie pas qu'une fille est « prête » à avoir des enfants : quand une jeune fille commence à ovuler, son corps est encore en développement et n'est pas prêt à porter des enfants en toute sécurité. Les filles ne sont pas émotionnellement prêtes à être mère. Il est très important de communiquer cela aux filles, surtout si elles viennent de communautés qui croient que si les filles ont leurs menstrues alors elles sont automatiquement prêtes à avoir des enfants.

POURQUOI EST-IL IMPORTANT POUR LES FILLES DE DISTINGUER LES MYTHES DES FAITS SUR LA REPRODUCTION ET LA CONTRACEPTION ?⁸

Les faits sont ce qui est connu pour être vrai, les événements qui se sont effectivement produits, et les choses qui sont réelles et peuvent être prouvées. En revanche, les mythes sont des idées, des croyances que les gens créent et ne peuvent pas être prouvées et ne tiennent pas en place par rapport aux faits.

La plupart des jeunes ont des informations sur le sexe et la reproduction – certains d'entre elles peuvent être vraies et certains d'entre elles peuvent ne pas être vraies. L'information incomplète ou erronée, notamment sur le sexe et les problèmes de reproduction, peut conduire à des choix dangereux et mal informés.

6. Ibid, 170–174

7. Cette section décrit les renseignements de base que vous allez présenter aux filles dans les activités, mais vous trouverez plus d'information dans les documents et les fiches de facilitation.

Lorsque les filles n'ont pas un espace sûr pour apprendre et discuter ouvertement des questions qu'elles ont sur leur santé sexuelle et reproductive, elles trouveront probablement des informations qui peuvent être inexactes et même nuisibles. C'est pourquoi il est si important pour les filles d'apprendre à distinguer les mythes et les autres informations fausses des faits



Les normes sociales provoquent également des mythes nuisibles sur la sexualité des jeunes. Par exemple, le mythe que l'enseignement des jeunes sur le sexe provoquera un comportement promiscue est basé sur la croyance sociale que le sexe devrait seulement se produire dans le mariage et de préférence pour la reproduction. En réalité, l'éducation sexuelle complète a été prouvée pour abaisser les taux de grossesse et de maladies sexuellement transmissibles parmi les jeunes. Pour une liste des mythes et des faits concernant la reproduction et la contraception, voir le document Activité 2.

Dans l'activité 3 : Prévenir la grossesse chez les adolescentes : pourquoi et comment?, les filles identifient des mythes sur la reproduction et la contraception dans leur propre communauté et apprennent les faits qui prouvent que ces mythes ne sont pas vrais.



QUE DOIVENT SAVOIR LES FILLES SUR LA PRÉVENTION DES IST ET DU VIH / SIDA ?⁹

Il est tout aussi important d'encourager les filles à prendre leurs propres décisions quant à savoir si, quand et avec qui avoir des rapports sexuels, puisqu'il s'agit de les préparer avec les informations dont elles ont besoin pour le faire en toute sécurité.

Les infections sexuellement transmissibles (IST) peuvent être transmises par des relations sexuelles orales, anales et vaginales non protégées. Certaines ITS peuvent être guéries,

mais d'autres ne le peuvent pas. Certaines ITS causent des symptômes ou des malaises, mais d'autres ne montrent aucun symptôme, surtout chez les femmes. Même quand une infection ne produit pas de symptômes visibles, elle peut avoir de graves conséquences sur la santé, y compris l'infertilité, ou conduire à la mort. Il est donc impératif pour les filles de prendre soin de leur santé sexuelle et de faire régulièrement des visites dans les centres de santé une fois qu'elles deviennent sexuellement actifs.

Les IST qui peuvent avoir de graves conséquences sont : le VIH, le VPH (verruques génitales), la syphilis, la gonorrhée, la chlamydia, la trichomonase et l'herpès. Les filles sont physiologiquement plus vulnérables à certaines IST que les garçons. Pour obtenir une liste complète des IST courantes et de leurs symptômes, voir Document BIHX.

L'une des infections les plus graves qui peuvent être transmises par le sexe est le VIH, le virus qui cause le sida et une cause majeure de maladie et de mort dans de nombreuses parties du monde. Le VIH affaiblit le système immunitaire du corps, permettant aux infections et aux cancers de se développer. Sans traitement, il finit par mener à la mort. Les taux d'infection à VIH varient d'un pays à l'autre et d'un milieu à l'autre.

Dans de nombreux endroits, les taux de VIH sont beaucoup plus élevés chez les jeunes, en particulier les filles, en raison du manque d'éducation et de l'accès aux ressources, y compris les préservatifs et les examens de santé. Le VIH peut également être transmis par contact non sexuel, par exemple en injectant des drogues avec une aiguille contaminée, par transfusion de sang contaminé, ou d'une femme séropositive à son fœtus ou à son bébé.

Les IST se propagent souvent à cause de l'inégalité des relations. Souvent, les filles et les femmes ne se sentent pas habilitées à parler à leurs partenaires au sujet des rapports sexuels protégés et des IST, ni à exiger qu'ils portent une protection. Le manque de confiance ou d'honnêteté dans une relation joue également un rôle important dans la transmission des IST. Lorsqu'une personne a plusieurs partenaires, mais ils ne partagent pas ce fait avec chaque partenaire, alors ces partenaires perdent la capacité de prendre des décisions éclairées et de se protéger de façon appropriée. C'est pourquoi il est si important que l'éducation sexuelle soit complète ; notamment en décompressant l'inégalité entre les sexes et en améliorant les capacités de communication assertive des filles et l'engagement et les compétences des garçons à communiquer avec leurs partenaires en tant qu'égal.

8. Plan International Canada. (2015). AMOR Manuel des clubs de filles et de garçons.

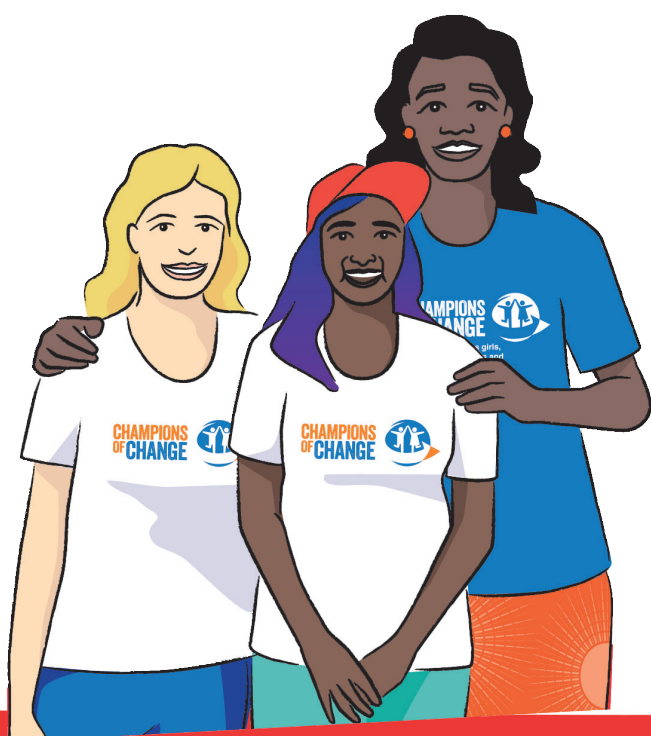
9. Population Council. (2009). Il s'agit d'un seul programme : Directives et activités pour une approche unifiée de la sexualité, du genre, du VIH et de l'éducation aux droits de la personne. 189-196.

Les préservatifs masculins et féminins sont la seule protection contre de nombreuses IST, et même ils ne sont pas efficaces à 100%. La plupart des formes de contrôle des naissances ne protègent pas contre les IST. Étant donné qu'aucune méthode n'est efficace à 100%, il est crucial que les filles puissent avoir des conversations ouvertes et respectueuses avec leurs partenaires sur leur santé sexuelle et reproductive avant de décider si et quand et comment avoir des rapports sexuels

QUELLES INFORMATIONS LES FILLES ONT-ELLES BESOIN SUR LES FOURNISSEURS DE SERVICES DE SANTÉ ?

Afin de réaliser leur droit à une information exacte et à la prise de décisions concernant leur propre santé sexuelle et reproductive, il est impératif que les filles aient un accès direct, sûr et facile à des fournisseurs de services de santé adaptés aux filles. Malheureusement, cela ne se produit pas dans de nombreux endroits dans le monde. Étant donné que les droits des filles ne sont pas toujours respectés, elles peuvent faire face à la discrimination,

Dans l'activité 4 : Prévention des IST, les filles apprennent à connaître les différentes IST, y compris le VIH / SIDA, et les mesures qu'elles peuvent prendre pour se protéger

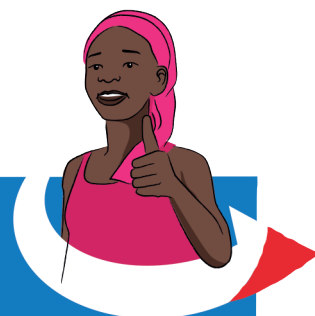


au jugement et même à un refus total des services de santé. Parfois, les filles sont trop mal à l'aise ou ont peur d'être jugées pour aller même aux services de santé, et peuvent ne pas avoir une relation ouverte ou de confiance avec un parent, un soignant ou un adulte de confiance pour leur demander de les emmener à une clinique de santé.

Les fournisseurs de services sont responsables de servir tout le monde également, de manière respectueuse et confidentielle. En tant que facilitateur, vous devez vous familiariser avec les fournisseurs de services de santé de votre communauté qui sont disponibles pour les filles. Assurez-vous que vous êtes conscient de la façon dont les services de fille-amicale sont de sorte que vous pouvez en discuter avec les filles. Certaines choses à noter sur les services de santé, et de se préparer à partager avec les filles sont les suivants :

- Servira-t-elle les filles ?
 - Traitent-elles les filles avec respect et leur donnent-elles des informations correctes ?
 - Sont-ils confidentiels ?
 - Y a-t-il des travailleuses de la santé ?
 - Les filles doivent-elles aller avec un parent / la permission d'un parent ou d'un soignant ?
- Si les seuls services offerts aux filles ne sont pas adaptés aux filles, assurez-vous de travailler avec le conseiller en santé de Plan, le conseiller en matière de genre et / ou les conseillers en protection de l'enfance afin de déterminer comment y remédier.

Activité 5 : Notre santé, notre vie demande aux facilitateurs de fournir aux filles un document sur les fournisseurs de services de santé disponibles dans leur communauté et offre aux filles la chance de discuter de leurs expériences et préoccupations concernant l'accès à ces services.



NOTE GÉNÉRALE SUR LA FACILITATION

I.2- NOTE DU FACILITATEUR

- Veuillez noter que ce module est axé sur le partage d'informations et la construction de connaissances, plutôt que sur l'élaboration d'attitudes et de compétences. Par conséquent, assurez-vous d'avoir assez de temps pour vous préparer à ces activités en examinant les informations fournies dans le module, ainsi que toute information complémentaire dont vous pourriez avoir besoin. Cependant, gardez à l'esprit que vous êtes un facilitateur et non un enseignant : votre objectif en préparant à faciliter les activités est de comprendre l'information – mais vous n'avez pas à l'apprendre par cœur. Dans chaque activité prendre des informations de fond avec vous afin que vous puissiez toujours avoir un coup d'oeil si vous n'êtes pas sûr.
- Développer une relation avec un agent de santé local qui peut fournir des informations précises sur des sujets que vous ne connaissez pas suffisamment est une bonne pratique. Cela vous permettra de fournir les informations les plus précises aux filles et de pouvoir répondre à toutes leurs questions. Vous n'êtes pas censé être un expert dans le domaine, mais il est important pour les filles d'avoir accès à cette expertise. Si l'agent de santé est une femme, vous pouvez envisager de lui demander d'assister à une ou plusieurs des séances pour servir de ressource amicale et accessible aux filles. Pour obtenir de plus amples renseignements sur tous les sujets inclus dans ce module, y compris la santé sexuelle, le VIH, la sexualité, la puberté, la reproduction et la contraception, veuillez-vous reporter au document intitulé It's All One Curriculum du Population Council : <http://bit.ly/1HD128Q>.
- Soyez honnête si vous ne connaissez pas la réponse à une question. Il vaut mieux donner une réponse précise plus tard qu'une réponse fautive ou à moitié vraie immédiatement.
- Ce module présente un nouvel outil très important : la boîte de questions. À partir de la première activité du module, les filles pourront ajouter des questions à la boîte de façon anonyme. Assurez-vous de passer en revue les questions entre les sessions et préparez-vous à y répondre dans les séances suivantes. Toutes les questions qui ne correspondent pas au sujet d'une activité doivent être enregistrées pour la dernière activité.
- Selon votre contexte, les filles pourraient avoir été exposées aux Messages de « l'abstinence seulement » comme seul moyen efficace de prévenir la grossesse chez les adolescentes, les IST et le VIH / sida. Les programmes axés sur l'abstinence se concentrent sur l'enseignement des jeunes pour qu'ils soient « assez forts » et « assez bons » pour s'abstenir de tout contact sexuel - et se livrer à des relations sexuelles avant le mariage est présenté comme un « mauvais comportement ». Si les filles ont été exposées à de tels Messages, les informations contenues dans ce module pourraient les confondre. Par conséquent, soyez prêt à expliquer où se situe l'abstinence dans la prévention de la grossesse chez les adolescentes et des IST / VIH comme suit :
 - L'abstinence doit être présentée comme un choix et non comme une méthode de protection. Si vous voulez retarder le sexe jusqu'à ce que vous soyez marié pour des raisons personnelles ou religieuses, c'est un choix valide, et vous devriez être soutenu et respecté en faisant ainsi. Les personnes qui font un choix différent devraient également être respectées. Quel que soit le choix que vous faites, il est important d'être informé sur la contraception de sorte que si et quand vous commencez à avoir des rapports sexuels vous savez comment prévenir les grossesses imprévues ou les infections sexuellement transmissibles.
 - L'abstinence comme méthode de contraception ou de protection n'est efficace que si elle est pratiquée à 100% du temps. Beaucoup de jeunes se sentent prêts à avoir leur première expérience sexuelle avant le mariage, alors ils ont besoin de connaissances précises sur la prévention de la grossesse et des IST / VIH.

ESSAYEZ D'ÉVITER DES MOTS COMME « NORMAL » OU « ANORMAL » POUR DÉCRIRE TOUS LES ASPECTS DE LA SEXUALITÉ. TOUT CE QUI EST CONSIDÉRÉ COMME « NORMAL » PAR UNE SOCIÉTÉ EST EN FAIT UNE CONVENTION OU NORME QUI A ÉTÉ ADOPTÉ PAR LES MEMBRES DE CETTE SOCIÉTÉ, ET VARIE SELON LES CULTURES ET LES COMMUNAUTÉS.

- Lorsque vous discutez de sujets tels que la puberté et le système reproducteur, assurez-vous d'utiliser toujours le nom correct pour toutes les parties du corps. Évitez d'utiliser des pseudonymes. Gardez à l'esprit que les jeunes sont souvent sensibles à savoir si leur corps et les changements qu'ils traversent sont « normaux ». Concentrez-vous sur le large éventail de ce qui est normal et évitez d'utiliser des mots tels « anormal » et « non naturel ».
- De même, essayez d'éviter des mots comme « naturel » ou « normal » pour décrire tous les aspects de la sexualité. Tout ce qui est considéré comme « normal » par une société est en fait une convention ou norme qui a été adopté par les membres de cette société, et varie selon les cultures et les communautés. Pour assurer les pratiques les plus sûres, les filles devraient se sentir à l'aise de soulever leurs questions sans se soucier qu'elles parlent de comportements qui ne sont pas « normaux ».
- Ce module est une base essentielle pour que les filles puissent s'affirmer, se maintenir en santé et prendre des décisions sur leur propre avenir. En raison de la richesse des informations incluses dans ce module, les activités peuvent se sentir un peu plus lent et moins engageant que les autres modules. Soyez conscient de la durée d'attention des filles et prenez des pauses au besoin. Assurez-vous de combiner chaque session avec des activités amusantes



I-3- OBJECTIF DE L'UNITÉ

CONNAISSANCES, ATTITUDES, PRATIQUES ET COMPÉTENCES

	CONNAISSANCE	ATTITUDES	PRACTIQUES ET COMPÉTENCES
Individus	<ul style="list-style-type: none"> Comprend qu'elle a besoin d'informations précises sur la santé sexuelle et génétique afin de prendre des décisions éclairées. (activité 1) Comprend les changements physiques et émotionnels subis par les filles et les garçons pendant la puberté. Comprend les fonctions des organes reproducteurs et sexuels des hommes et des femmes. (activité2) Comprendre comment la grossesse se produit et comment elle peut être évitée. (activité 3) Connaît les faits de base sur les IST et le VIH / SIDA. (activité4) Comprendre comment les IST et le VIH / SIDA peuvent être évités. (activité 4) 	<ul style="list-style-type: none"> Valorise son droit à la grossesse par choix, et non par hasard ou obligation. (activité3) Valorise les avantages de retarder la grossesse. (activité3) 	<ul style="list-style-type: none"> Se sent à l'aise pour discuter de la santé sexuelle et reproductive avec d'autres filles de son groupe et avec l'animatrice de son groupe. (activité 1) Peut prendre des décisions éclairées sur la santé sexuelle et reproductive. (activité 5)
Communautés/ Familles	<ul style="list-style-type: none"> Est en mesure d'entrer en dialogue avec ses parents et ses aînés sur ses interrogations autour de ses besoins sur la SSR Peut bénéficier du soutien de ses proches en cas de difficultés 	Fait preuve de comportements exemplaires vis à vis des proches	
Institutions	<ul style="list-style-type: none"> Sait quels fournisseurs de services de santé sexuelle et reproductive sont à sa disposition. (activité6) 	<ul style="list-style-type: none"> Valorise son droit à une information et à une éducation précise sur la reproduction, le sexe et la sexualité. (activité1) 	

II. DEROULEMENT DES ACTIVITES

II-1- GLOSSAIRE

Adolescence

Le temps, environ entre les âges de 13 et 20, quand un enfant passe par des changements pour devenir un adulte.

L'éducation

sexuelle compréhensive Une forme d'éducation sexuelle qui couvre un large éventail de questions liées à sexuelle compréhensive à la fois les aspects physiques et biologiques de la sexualité, et les aspects émotionnels

Fertilité

Biologiquement, la fertilité féminine est la capacité de devenir enceinte et de porter une grossesse à la naissance. La fertilité masculine est la capacité de fournir des spermatozoïdes sains capables de commencer une grossesse en bonne santé.

Puberté

Quand les enfants approchent l'adolescence et leurs corps commencent à produire des produits chimiques (appelés hormones) qui conduisent à des changements dans leurs corps et leurs émotions.

Reproduction

Le processus biologique par lequel un fœtus est formé, conduisant à la grossesse et la naissance d'un bébé.

Relations sexuelles

Contact sexuel impliquant la pénétration, comme entre le pénis et le vagin. Les rapports oraux impliquent la bouche à ou sur l'organe de sexe d'un partenaire. Le rapport anal implique l'insertion du pénis dans l'anus d'un partenaire.

Sexualité

Comment les gens éprouvent et s'expriment en tant qu'êtres sexuels. De nombreux facteurs contribuent aux comportements sexuels des gens, aux relations, aux sentiments, à l'identité, aux désirs et aux attitudes.

Infections sexuellement transmissibles (IST)

Infections qui peuvent être transmises par des rapports sexuels oraux, anaux et vaginaux non protégés.

II.2- BIH : APERÇU DES ACTIVITÉS

NOM	DURÉE	CAPC / OBJECTIFS	MESSAGES CLÉS	DESCRIPTION / ÉTAPES CLÉS
Activité 1 : Mon droit à une information	1 heure	<ul style="list-style-type: none"> • Se sent à l'aise pour discuter de la santé sexuelle et reproductive avec d'autres filles de son groupe et avec l'animatrice de son groupe. • Valorise son droit à une information et à une éducation précises sur la reproduction, le sexe et la sexualité. • Comprend qu'elle a besoin d'informations précises sur la santé sexuelle et génétique afin de prendre des décisions éclairées. 	<p>Toutes les filles ont droit à une information et à une éducation précises sur la reproduction, le sexe et la sexualité. Les filles ont besoin de cette information pour prendre des décisions éclairées au sujet de leur santé sexuelle et reproductive.</p> <p>Il est important de parler de la reproduction, du sexe et de la sexualité en toute confiance et en utilisant les termes appropriés. Il y a souvent des règles contre le fait de parler de ces sujets, qui amène les gens à utiliser des mots différents pour parler de certaines parties de leur corps ou sur le sexe. Cependant, ces autres mots sont souvent considérés comme négatifs ou même comme des insultes, il est donc très important pour les filles d'apprendre à utiliser les termes corrects.</p>	<p>L'activité commence par une discussion sur le droit des filles à une information complète et précise sur leur corps, leur reproduction et leur sexualité. Puis les filles pensent à tous les mots qu'ils savent que les gens utilisent pour le sexe, le vagin et le pénis. Enfin, les filles ont la possibilité d'écrire des questions sur les thèmes de cette unité.</p>

NOM	DURÉE	CAPC / OBJECTIFS	MESSAGES CLÉS	DESCRIPTION / ÉTAPES CLÉS
Activité 2 : Le système reproducteur	1 heure et 30 minutes	<ul style="list-style-type: none"> Comprend les fonctions des organes producteurs et sexuels des hommes et des femmes. Les femmes et les hommes ont différents organes reproducteurs qui permettent aux êtres humains de se reproduire. Beaucoup de changements corporels que les filles et les garçons passent à la puberté préparent ces organes pour la reproduction. 	<p>Connaître des informations précises sur leur propre corps renforce la conscience de soi et l'estime de soi des filles. Les filles informées sont mieux en mesure de comprendre ce que leur corps est capable de faire, et de rejeter les mythes et les idées fausses qui peuvent les conduire à nuire.</p>	<p>Les filles commencent par tracer le nom exact de différentes parties du système sexuel et reproducteur masculin et féminin. Ensuite, le facilitateur fournit des informations supplémentaires sur chaque partie de chaque système. Enfin, les filles réfléchissent sur ce qu'elles ont appris dans cette activité, et comment cela va influencer leur santé maintenant et à l'avenir.</p>
Activité 3 : Prévenir la grossesse chez les adolescentes : pourquoi et comment?	1 heure et 45 minutes + travail à faire chez soi	<ul style="list-style-type: none"> Comprendre comment la grossesse se produit et comment elle peut être évitée. Valorise son droit à la grossesse par choix, et non par hasard ou obligation. Valorise les avantages de retarder la grossesse. 	<p>Avoir la capacité de tomber enceinte ne signifie pas que les adolescentes sont physiquement ou émotionnellement prêtes à avoir des enfants. Il y a plusieurs raisons de retarder les grossesses et une variété de méthodes contraceptives pour le faire</p> <p>Nous avons tous le droit de tomber enceinte par choix, pas par hasard ou obligation. En fait, chaque personne a deux droits importants : le droit d'avoir des relations sexuelles sans vouloir avoir d'enfants; Et le droit de décider librement si, quand et combien d'enfants.</p> <p>Les mères adolescentes ont des droits aussi! Être une mère adolescente crée de nombreux obstacles pour les filles, mais il ne doit jamais l'isoler ou l'empêcher d'atteindre son potentiel. Il est important pour toutes les filles d'avoir une attitude positive à l'égard de tous ses pairs, y compris les filles qui sont enceintes ou sont déjà des mères.</p>	<p>Les filles commencent par énumérer les raisons pour lesquelles une fille peut vouloir retarder ou prévenir la grossesse en fonction de différents types de conséquences sur leur vie. Ensuite, elles discutent de différents mythes sur la façon d'éviter les grossesses qu'elles ont pu entendre dans leurs communautés, et finissent par discuter de méthodes éprouvées et efficaces. Comme une tâche à emporter, les filles écrivent une lettre à une mère adolescente pour lui dire qu'elle n'est pas seule.</p>

NOM	DURÉE	CAPC / OBJECTIFS	MESSAGES CLÉS	DESCRIPTION / Étapes CLÉS
Activité 4 : Prévenir les IST	1 heure + travail à faire chez soi	<ul style="list-style-type: none"> • Connaît les faits de base sur les IST et le VIH / SIDA. • Comprendre comment les IST et le VIH / SIDA peuvent être évités. Les filles ont le droit de se protéger contre les IST. 	<p>Il est très important pour les filles de savoir comment se protéger et protéger leurs partenaires contre les IST.</p> <p>Être conscient des différentes infections que vous pouvez obtenir à partir de contacts sexuels non protégés ou dangereux est également important.</p>	<p>Les filles travaillent en groupes pour préparer des affiches sur les infections sexuellement transmissibles, y compris le VIH / sida, et sur la façon de les prévenir. Ensuite, ils partagent cette information avec le reste du groupe en présentant leurs affiches et en répondant aux questions. Comme une tâche à emporter, les filles sont invitées à réfléchir sur les informations qu'elles ont apprises dans ce module, et sur la façon dont ils peuvent l'utiliser.</p>
Activité 5 : Notre santé, nos vies	1 heure et 15 minutes	<ul style="list-style-type: none"> • Peut être informée sur les décisions en santé sexuelle et reproductive • Savoir quel service en santé sexuelle et reproductive est adapté. 	<p>Avoir des informations correctes sur la santé sexuelle et reproductive permet aux filles de prendre de meilleures décisions sur leur corps et leur santé. Ces trois étapes peuvent nous aider à prendre de bonnes décisions : 1) arrêter et penser 2) connaître les faits 3) considérer les conséquences.</p> <p>Les filles ont droit à des services de santé et d'information sexuelle et génésique adaptés aux filles. Savoir où ils sont et quels services ils sont censés fournir peut aider les filles à réclamer ce droit.</p>	<p>Les filles réfléchissent à ce qu'elles ont appris dans ce module et créent des sketches pour montrer comment elles peuvent utiliser cette information pour prendre de bonnes décisions. Ensuite, ils passent en revue un document contenant des renseignements sur les services de santé sexuelle et génésique et sur les fournisseurs d'information qui leur sont offerts. L'activité se termine par une célébration pour compléter ce module!</p>

ACTIVITÉ 1 :

MON DROIT À UNE INFORMATION COMPLÈTE ET EXACTE

L'activité commence par une discussion sur le droit des filles à une information complète et précise concernant leur corps, leur reproduction et leur sexualité. Puis les filles pensent à tous les mots communément utilisés par les gens pour désigner le sexe, le vagin et le pénis. Enfin, les filles ont la possibilité de poser sur des post it des questions sur les thèmes de ce module.



TOUS ÂGES



1 HEURE

DE QUOI A-T-ON BESOIN

- 3 tableaux de papier
- 1 Rouleau de papier
- 3 paquets de marqueurs
- 1 paquet de papier RAM
- Des KITS de formation pour les participants
- 1 Boîte à questions secrètes



LIENS VERS KAP

- Se sent à l'aise pour discuter de la Santé Sexuelle et Reproductive avec d'autres filles de son groupe et avec l'animatrice de son groupe.
- Valorise son droit à une information et à une éducation précises sur la reproduction, le sexe et la sexualité.
- Comprend qu'elle a besoin d'informations précises sur la Santé Sexuelle et Reproductive afin de prendre des décisions éclairées. Concernant son corps et sa sante



MESSAGES CLÉS

- Toutes les filles ont droit à une information et à une éducation précise sur la reproduction, le sexe et la sexualité. Les filles ont besoin de cette information pour prendre des décisions éclairées au sujet de leur corps et de leur santé sexuelle et reproductive.
- Il est important de parler avec les filles de la reproduction, du sexe et de la sexualité avec confiance et en utilisant les termes appropriés. Il y a souvent des règles contre le fait de parler de ces sujets, qui amène les gens à utiliser des mots différents pour parler de certaines parties de leur corps ou sur le sexe. Cependant, ces autres mots sont souvent considérés comme négatifs ou même comme des insultes, il est donc très important pour les filles à apprendre à utiliser les termes corrects.



CONSEILS AUX FACILITATEURS

- Ce module a pour but de faire le point sur la sexualité et la reproduction. La section Définition de la scène vous donne quelques informations sur ces sujets, mais pendant les sessions, les filles peuvent poser des questions auxquelles vous ne pouvez pas répondre. Rappelez-vous que vous êtes un facilitateur et non un enseignant, il est donc normal de dire aux filles que vous allez à la recherche de la question et leur revenir la prochaine fois. Car il est préférable d'attendre pour répondre à une question correctement que de donner des informations inexactes.
- Assurez-vous de savoir où vous pouvez aller pour plus d'informations sur la sexualité et la reproduction. La section Notes générales sur la facilitation suggère d'autres sources d'information. Vous pouvez également identifier les matériaux produits localement qui peuvent utiliser le langage accessible aux filles.
- Ne vous attendez pas à ce que les filles soient trop sérieuses tout de suite - vous pouvez vous attendre à ce que les filles se sentent plus à l'aise avec ces sujets que le module continue. Ne vous inquiétez pas si les filles sont ricanieuses quand vient le temps de nommer des synonymes dans les étapes # 8 et # 9. C'est probablement un sujet avec lequel les filles n'ont pas eu beaucoup d'expérience de parler. Il peut les rendre mal à l'aise et le rire est une bonne façon de faire face à l'inconfort.



AVANT DE COMMENCER

- Préparez le coffret de questions secrètes en utilisant de jolis papiers ou d'autres décorations.
- Laissez un emplacement au sommet pour que les filles puissent déposer leurs questions.
- Copiez les Messages clés de l'activité sur des tableaux à feuilles séparés. Passez en revue les étapes 3 et 15.
- Copiez les questions de l'étape 17 sur un tableau à feuilles mobiles.
- Écrivez « Nos règles de base » en haut d'un tableau à feuilles séparé afin que vous puissiez l'utiliser à l'étape 22.
- Gardez toutes ces feuilles de tableau de conférence couvertes jusqu'à ce que vous soyez prêt à les utiliser.

APRÈS CETTE SESSION

- Prenez tout le contenu de la boîte des questions secrètes et organisez-les selon le sujet. Assurez-vous d'être en mesure de répondre à chaque question pendant l'activité qui correspond à chaque sujet. Si vous ne pouvez pas, faites une recherche en utilisant les matériaux suggérés ou tout autre matériel que vous connaissez.

SUIVRE :

En séance plénière : Introduction (10 minutes)

1. Introduire l'activité « Être informé sur la santé sexuelle et génétique » et expliquer que, pour cette activité, vous discuterez des informations de base sur le sexe, la sexualité et la reproduction.
2. Conduisez une brève conversation introductive en utilisant ces questions :
 - Que pensez-vous apprendre au cours de cette activité ?
 - Est-il selon vous important d'en apprendre davantage sur ces thèmes ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
 - Avez-vous le droit d'avoir accès à des informations sur la sexualité et la reproduction ? Pourquoi ou pourquoi pas ?

ASTUCE! Les droits de l'homme sont des droits et libertés fondamentaux auxquels toutes les personnes ont droit, indépendamment de leurs nationalité, sexe, origine ou ethnie, race, religion, langue. Autre statut.



3. Demandez à un bénévole de lire le premier message clé de l'activité dans le tableau que vous avez préparé à l'avance.

• **Toutes les filles ont droit à une information et à une éducation précises sur la reproduction, le sexe et la sexualité. Les filles ont besoin de cette information pour prendre des décisions éclairées au sujet de leur corps et de leur santé sexuelle et reproductive.**

4. Demandez aux filles si elles sont d'accord avec ce message, et de discuter de tout aspect dont elles peuvent se sentir incertaines. Dans les groupes : Nommer le sexe, le vagin et le pénis (10 min)
5. Expliquez aux filles que l'activité débute par une discussion sur comment nous parlons du sexe, de la sexualité et de la reproduction.
6. Demandez : « Savez-vous ce qu'est un synonyme ? » Permettez à quelques filles de répondre. Assurez-vous qu'elles comprennent tous correctement :

Synonyme : un mot qui signifie la même chose qu'un autre mot.

7. Donner quelques exemples simples, tels que : « voiture » est le même que « automobile » ; « Type » est la même que « spécimen » ; « décideur » est la même que « Employeur ».
8. Expliquez que les filles travailleront en trois groupes. Chaque groupe recevra un de ces mots : sexe, vagin ou pénis. Ils travailleront ensemble pour arriver à dégager autant de synonymes pour le mot à elles assignés. Elles peuvent utiliser toutes les langues parlées dans leur communauté, et y inclure tous les mots y compris ceux qu'elles jugent de « mots sales » .

ÉTAPES À SUIVRE :

9. Divisez les filles en trois groupes, attribuez un mot à chaque groupe et donnez-leur chacun 1 des tableaux à feuilles et des marqueurs pour reporter tous les synonymes trouvés. Appuyez et encadrez les dans ce report.

En séance plénière : Présentations de groupe (10 min)

10. Rapprochez les filles et demandez à chaque groupe de tour à tour présenter la liste des synonymes qu'ils ont trouvés.

11. Quand ils ont tous fini de présenter, demandez : Pourquoi pensez-vous qu'il y a tant de façons de nommer la même chose ? Permettez à quelques filles de répondre.

12. Expliquez que la société a établi des « règles » strictes sur les personnes autorisées à parler du sexe et de la sexualité et sur la façon dont elles sont autorisées à en parler. Les gens ont créé des moyens indirects de parler du sexe en raison des règles sociales qui leur interdisent d'en parler ouvertement et avec confiance.

13. Continuer à expliquer que l'utilisation d'autres mots pour parler de sexe n'est pas en soi un problème. Le problème est que de nombreuses fois ces mots sont considérés comme mauvais ou sale, ou peut même être utilisé comme des insultes.

14. Terminer l'explication en disant que lorsqu'on apprend sur la sexualité et la reproduction, il est important pour les filles de le faire avec confiance et d'utiliser les termes appropriés pour cela. Par conséquent, dans les activités à venir, vous aimeriez qu'ils utilisent des termes corrects, tels que : sexe, vagin et pénis.

15. Demandez à un bénévole de lire le deuxième message clé de l'activité dans le tableau que vous avez préparé à l'avance.

• Il est important de parler de la reproduction, du sexe et de la sexualité avec confiance et en utilisant les termes appropriés. Il y a souvent des règles contre le fait de parler de ces sujets, qui amènent les gens à utiliser des mots différents pour parler de certaines parties de leur corps ou du sexe. Toutefois, ces mots sont souvent considérés comme négatifs ou même comme des insultes, il est donc très important pour les filles d'apprendre à utiliser les termes corrects.

16. Demandez aux filles si elles sont toutes d'accord avec ce message et discutez de tout aspect dont elles peuvent se sentir incertaines.

En petits groupes et en plénière : Nos règles de base (20 min)

17. Ensuite, menez une brève conversation sur les défis auxquels les filles sont confrontées en apprenant et en discutant des questions de sexualité et de reproduction. Utilisez le paper board que vous avez préparé à l'avance avec les questions suivantes :

- Quelles sont les barrières auxquelles les filles font face lorsqu'elles essaient de parler de sexualité et de reproduction ?
- De quoi avez-vous besoin pour vous sentir à l'aise de parler de ces sujets ?
- De quoi avez-vous besoin de votre facilitateur pour vous sentir à l'aise ?
- De quoi avez-vous besoin pour vous sentir à l'aise avec vos collègues Champions of Change ?

18. Dites aux filles que nous allons prendre quelques minutes pour créer notre propre ensemble de « règles » pour le club sur la façon dont nous allons parler de ces sujets pour le reste de cette activité.

19. Demandez aux filles de retourner à leurs trois groupes et de faire un remue-méninges sur au moins cinq règles qu'ils aimeraient que leur club suive en discutant du sexe, de la sexualité et de la reproduction. Demandez-leur d'écrire leurs règles sur leur tableau à feuilles.

20. Après que les filles aient eu le temps de faire un remue-méninges sur leurs règles, rapportez-les et demandez à un bénévole d'écrire les « règles de base » du club sur le tableau à l'avant de la salle.

21. Demandez à chaque groupe de partager les règles qu'il a élaboré. Pour chaque règle, demandez aux filles de lever la main si elles conviennent que cela devrait être une règle de leur club. Permettre aux filles de faire entendre leur opinion, mais essayer de parvenir à un consensus pour savoir si chaque règle doit être acceptée. Si plusieurs groupes ont identifié les mêmes règles ou des règles similaires, combinez-les en une seule règle.

ÉTAPES À SUIVRE :

22. Demandez à la fille qui s'est portée volontaire d'enregistrer chaque règle convenue sur le tableau que vous avez préparé à l'avance sous le titre « Règles de base ». Continuez jusqu'à ce que toutes les règles aient été votées. Si les filles proposent de nouvelles règles pendant qu'elles discutent, permettez- leur de les proposer pour un vote.

NOTE

Assurez-vous de conserver cette feuille de tableau de conférence et postez-la sur un mur à chaque session de ce module ainsi que le module suivant : Profiter des droits sexuels et des droits reproductifs. Reportez-vous à lui si quelqu'un fait quelque chose qui va à l'encontre des règles convenues

En plénière : Résumer et conclure ! (10 minutes)

23. Expliquez aux filles que, dans les activités à venir, elles apprendront probablement de nouvelles choses à propos de la sexualité et la reproduction. Ils peuvent avoir beaucoup de questions sur ces sujets, et il est important que le plus de questions que possible sont répondu dans cet espace sûr. Par conséquent, vous aurez une boîte de questions secrètes disponible à chaque réunion.

24. Expliquez qu'elles peuvent utiliser la « Boîte à questions secrètes » pour demander tout ce qu'elles veulent savoir sur le sexe. et qu'elles n'ont pas besoin d'écrire leurs noms sur la question, car elle sera sûre et anonyme. Les questions seront résolues tout au long du module quand elles se rapportent au thème d'une activité. Assurer aux filles que toutes les questions seront traitées.



ASTUCE!

Assurez-vous que les filles savent qu'elles sont les bienvenues pour poser des questions directement, que ce soit pendant une activité ou en privé, aussi longtemps qu'elles se sentent à l'aise de le faire. Cette boîte est utile pour les filles qui sont timides ou pour les questions pour lesquelles les filles peuvent être trop embarrassé



25. Distribuez du papier et des stylos, et donnez aux filles quelques minutes avant de partir pour écrire toutes les questions qu'elles ont tout de suite et de les mettre dans la boîte. Ne regardez pas ces questions jusqu'à ce que toutes les filles aient quitté.

26. Félicitez les filles pour avoir commencé ce voyage ensemble !

ACTIVITÉ 2-A : EN SAVOIR PLUS SUR LA PUBERTÉ

Premièrement, les filles réfléchissent à ce qu'est la « puberté ». Ensuite, elles apprennent les changements physiques que vivent les garçons et les filles durant cette étape de leur vie et préparent des présentations qui résument l'information. Enfin, les filles expliquent pourquoi il est si important pour les filles d'en apprendre d'avantage sur la puberté. Comme une tâche à emporter, les filles sont invitées à écrire une lettre à un membre de la famille plus jeune leur disant ce qu'ils doivent savoir sur la puberté.



**POUR
JEUNES
FILLES**



**1
HEURE**

DE QUOI A-T-ON BESOIN

- Papier de conférence
- Marqueurs colorés
- Boîte à questions secrètes
- Document BIH-A : Apprentissage de la puberté (se trouvant suite à l'activité BIH2-B, un exemplaire par fille)



LIENS VERS KAP

- Comprend les changements physiques et émotionnels subis par les filles et les garçons pendant la puberté.



MESSAGES CLÉS

- L'adolescence est le moment dans la vie de chacun quand ils changent d'être un enfant à un adulte. L'adolescence survient à peu près entre 13 et 20 ans et implique les filles et les garçons de quitter les attitudes et les comportements attendus des enfants et d'apprendre à assumer les rôles attendus des adultes.
- Ce processus de changement physique et émotionnel pendant l'adolescence est appelé « puberté ». Chaque individu vit ces changements d'une manière différente et à un rythme différent. Ces différences sont normales. La puberté peut sembler différente pour les garçons et les filles, mais les changements qu'ils connaissent ont beaucoup en commun.



CONSEILS AUX FACILITATEURS

- Notez que cette version de l'activité est destinée aux jeunes filles. Si vous travaillez avec des filles plus âgées, utilisez plutôt l'activité2-B.
- Les filles présentes sont probablement dans différentes phases de la puberté avant ou après puberté. Il est très important de souligner qu'il est normal pour tout le monde d'expérimenter ces changements à un rythme différent.
- Assurez-vous de bien examiner les informations sur la puberté dans la section Définition de la scène.



AVANT DE COMMENCER

- Passez en revue les questions de la boîte des questions secrètes que les filles ont rempli pendant la dernière activité. Si certains sont pertinents à la puberté (changements physiques ou émotionnels vécus par les adolescents) les mettre de côté pour la fin de cette activité. Assurez-vous de pouvoir répondre à chaque question.
- Copiez les Messages clés de l'activité sur un tableau à feuilles mobiles en vue de les réviser à la fin de cette activité.
- Copier le travail à faire chez soi sur l'activité sur un tableau à feuilles mobiles.
- Gardez toutes ces feuilles de tableau de conférence couvertes jusqu'à ce que vous en ayez besoin.

ÉTAPES À SUIVRE :

En séance plénière : Introduction à la puberté (10 min)

1. Accueillez les filles et leur dire que dans cette activité nous allons apprendre sur la puberté. Leur demander :
 - **Que signifie le mot « adolescence » pour vous ?**
 - **Que signifie le mot « puberté » pour vous ?**
 - **Quels autres mots pensez-vous lorsque vous entendez le mot « puberté » ?**
2. Expliquez que « l'adolescence » est le moment dans la vie de chacun où ils passent de l'enfance à l'âge adulte. L'adolescence se produit entre les âges de 10 et 19 et implique des changements dans les attitudes et les comportements de ceux attendus d'un enfant à ceux attendus d'un adulte dans une société donnée.
3. Expliquez que la puberté est ce qui se produit lorsque les enfants approchent de l'adolescence et que leurs corps commencent à produire des produits chimiques (appelés hormones) qui entraînent des changements dans leur corps et leurs émotions.
4. Poursuivez la conversation sur la puberté en posant les questions suivantes :
 - **À votre avis, quel est le bon âge pour apprendre à connaître la puberté après avoir atteint la puberté ou avant ?**
 - **Que pensent les jeunes de votre communauté de la puberté ? De qui apprennent-ils ?**
 - **Les jeunes apprennent-ils tout ce qu'ils doivent savoir sur la puberté ? Quels renseignements sont manquants ?**
5. Expliquez que dans cette activité, elles apprendront les différents changements que les filles et les garçons subissent pendant la puberté et elles auront l'occasion de s'entraider.

En groupes : Changements physiques et émotionnels pendant la puberté (20 min)

6. Divisez les filles en deux groupes. Distribuer le document BIH-A. Demandez au groupe 1 de se concentrer sur les changements vécus par les filles et le groupe 2 de se concentrer sur les changements vécus par les garçons. Les deux groupes devraient également examiner la section intitulée « Qu'est-ce que la puberté ? ». Expliquez qu'elles utiliseront les informations révisées pour créer une affiche à utiliser pour enseigner à l'autre groupe ce qu'elles ont appris. Distribuer des feuilles de tableau de conférence et des marqueurs de couleur à cet effet.
7. Demandez à chaque groupe de commencer par lire l'introduction et la section qui lui est attribuée, et discuter de ce qu'ils ont lu. Marchez autour des groupes pour répondre à toutes les questions qui viennent ou de discuter de toute information incorrecte que les filles évoquent afin qu'elles soient en mesure de les remplacer par des informations précises. Assurez-vous qu'ils ont seulement passé du temps sur la fiche à laquelle ils ont été assignés.
8. Quand ils finiront de lire, demandez au groupe 1 de dessiner la silhouette d'une adolescente sur son tableau à feuilles mobiles, puis de dessiner ou d'écrire tous les changements physiques et émotionnels subis par les filles pendant la puberté. Demandez au groupe 2 de faire la même chose pour les adolescents.

En séance plénière : Présentations sur la puberté (20 min)

9. Réunir le groupe et demander au groupe 1 de présenter son poster à l'autre groupe. Demandez-leur de décrire les changements physiques et émotionnels que les filles éprouvent à la puberté.
10. Après la présentation, permettre à toutes les filles de poser des questions. Si le groupe 1 ne peut pas répondre, vous pouvez intervenir. Si vous ne savez pas la réponse non plus, écrivez la question et assurez-vous que vous y répondrez lors de votre prochaine réunion.
11. Vérifiez le document BIH-A pour vous assurer que le groupe ne manque pas d'informations cruciales dans sa présentation. Si c'est le cas, ajoutez ces informations avant de passer à la prochaine présentation.
12. Répétez les étapes 5 à 7 avec la présentation du groupe 2 sur les changements de l'expérience des garçons à la puberté.

ÉTAPES À SUIVRES :

13. Après que les deux groupes se sont présentés, demandez- vous : Y a-t-il des changements qui se produisent chez les filles et les garçons ? Demandez quelques exemples. Aider les filles à comprendre que de nombreux changements physiques et émotionnels au cours de la puberté se produisent dans les deux sexes.

14. Prenez le temps d'expliquer que :

- La puberté est un moment passionnant dans la vie avec de nombreux changements et sentiments différents.
- Parfois, nous les éprouvons comme positifs, mais parfois nous pouvons nous sentir déçus et instables. Tout cela est correct et normal.
- Il est plus facile de faire l'expérience de la puberté lorsque nous avons un environnement sûr et ouvert de pairs dans lesquels nous pouvons faire confiance pour discuter de ces changements.
- Ils peuvent tous contribuer à faire en sorte que le club de filles puisse être un endroit sûr pour elles.

En plénière : Résumer et conclure ! (10 minutes)

15. Lisez les questions du Questionnaire secret qui se rapportent à cette activité. Après chaque question, demandez si une des filles peut répondre à la question. Si elles ne peuvent pas, fournir la réponse vous-même.

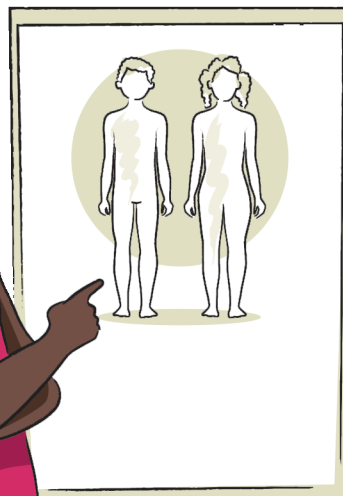
16. Pour conclure, menez une courte discussion en utilisant les questions suivantes :

- **Quel est le fait le plus intéressant que vous ayez appris sur la puberté aujourd'hui ?**
- **Est-ce important pour toutes les filles d'en apprendre davantage sur la puberté ? Pourquoi ou pourquoi pas ?**

17. Assurez-vous de souligner l'importance pour toutes les filles d'en apprendre davantage sur la puberté et d'expliquer qu'il est préférable qu'elles en apprennent avant qu'elles ne commencent, afin qu'elles puissent comprendre les changements qu'elles subissent au moment où elles commencent à les connaître.

18. Faites sortir le paper board que vous avez préparé à l'avance avec les messages clés de l'activité et demandez à un bénévole de le lire à haute voix.

19. Enfin, décrivez le travail à faire chez soi à l'aide du tableau à feuilles mobiles que vous avez préparé à l'avance. Ensuite, demandez aux filles de prendre quelques minutes pour écrire toute nouvelle question qu'elles peuvent avoir pour la boîte de questions secrètes.



Écrivez-le ! À l'aide de votre journal, écrivez une lettre à une jeune fille de votre famille ou de votre communauté qui ne connaît pas la puberté. Pensez aux choses les plus importantes qu'elle devrait savoir sur ce moment dans sa vie, ainsi que les choses que vous avez souhaité que vous compreniez à son âge. Assurez-vous d'inclure ces informations dans votre lettre

ACTIVITÉ 2-B : PUBERTÉ

Premièrement, les filles réfléchissent à ce qu'est la « puberté ». Ensuite, elles discutent des changements physiques que les garçons et les filles vivent au cours de cette étape de leur vie et font un exposé sur ces changements qu'ils donneraient aux jeunes filles. Enfin, les filles considèrent pourquoi il est si important pour les filles d'en apprendre davantage sur la puberté. Comme une tâche à emporter, les filles sont invitées à écrire une lettre à un membre de la famille plus jeune leur lui dire ce qu'il a besoin de savoir sur la puberté.



**POUR LES
FILLES PLUS
AGÉES**



1 HEURE

DE QUOI A-T-ON BESOIN

- Papier de conférence
- Marqueurs colorés
- Boîte à questions secrètes
- Document BIH-A : Apprentissage de la puberté (une copie par fille)



LIENS VERS KAP

- Comprend les changements physiques et émotionnels subis par les filles et les garçons pendant la puberté.



MESSAGES CLÉS

- L'adolescence est le moment dans la vie de chacun quand ils changent d'être un enfant à un adulte. L'adolescence survient à peu près entre 13 et 20 ans et implique les filles et les garçons de quitter les attitudes et les comportements attendus des enfants et d'apprendre à assumer les rôles attendus des adultes.
- Ce processus de changement physique et émotionnel pendant l'adolescence est appelé « Puberté ». Chaque individu vit ces changements d'une manière différente et à un rythme différent. Ces différences sont normales. La puberté peut sembler différente pour les garçons et les filles, mais les changements qu'ils connaissent ont beaucoup en commun.



CONSEILS AUX FACILITATEURS

- Les filles avec qui vous travaillez seront à différentes phases de la puberté, il est donc très important de souligner qu'il est normal pour chaque fille d'éprouver ces changements à un rythme différent.
- Assurez-vous de bien examiner les informations sur la puberté dans la section Définition de la scène.



AVANT DE COMMENCER

- Passez en revue les questions de la boîte des questions secrètes que les filles ont tournées pendant la dernière activité. Si certains sont pertinents à la puberté (changements physiques ou émotionnels vécus par les adolescents) les mettre de côté pour la fin de cette activité. Assurez-vous de pouvoir répondre à chaque question.
- Copier les questions incluses à l'étape 7 afin que les groupes puissent les voir pendant qu'ils travaillent.
- Copiez les Messages clés de l'activité sur un tableau à feuilles mobiles. Vous les révisez dans la fin de cette activité.
- Copier l'travail à faire chez soi de l'activité sur un tableau à feuilles mobiles.
- Gardez toutes ces feuilles de tableau de conférence couvertes jusqu'à ce que vous en ayez besoin

ÉTAPES À SUIVRE :

En séance plénière : Introduction à la puberté (10 min)

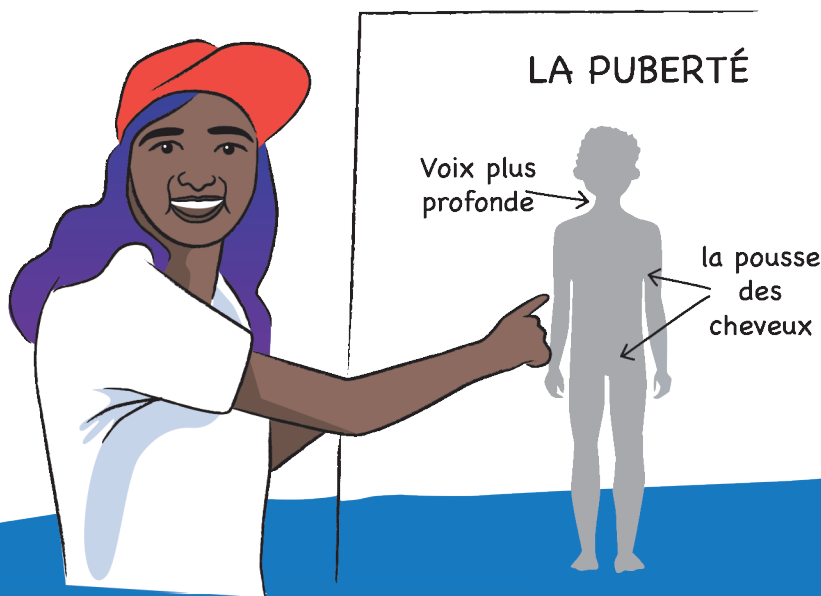
1. Accueillez les filles et leur dire que dans cette activité nous allons apprendre sur la puberté. Leur demander :
 - **Que signifie le mot « adolescence » pour vous ?**
 - **Que signifie le mot « puberté » pour vous ?**
 - **Quels autres mots pensez-vous lorsque vous entendez le mot « puberté » ?**
2. Expliquez que « l'adolescence » est le moment dans la vie de chacun quand ils passent d'un enfant à un adulte. L'adolescence se produit entre les âges de 10 à 19 ans et implique des changements dans les attitudes et les comportements de ceux attendus d'un enfant à ceux attendus d'un adulte dans une société donnée.
3. Expliquez que la puberté est ce qui se produit lorsque les enfants approchent de l'adolescence et que leurs corps commencent à produire des produits chimiques (appelés hormones) qui entraînent des changements dans leur corps et leurs émotions.
4. Poursuivez la conversation sur la puberté en posant les questions suivantes :
 - **À votre avis, quel est le bon âge pour apprendre à connaître la puberté après avoir atteint la puberté ou avant ?**
 - **Que pensent les jeunes de votre communauté de la puberté ? De qui apprennent-ils ?**
 - **Les jeunes apprennent-ils tout ce qu'ils doivent savoir sur la puberté ? Quels renseignements sont manquants ?**
5. Expliquez que dans cette activité, ils vont créer des présentations qu'ils peuvent utiliser pour enseigner à leurs pairs plus jeunes sur la puberté.

En groupes : Ce que mes jeunes pairs devraient savoir sur la puberté (20 min)

6. Divisez les filles en deux groupes. Expliquez que le groupe 1 fera une présentation sur les changements que les filles éprouvent pendant la puberté et que le groupe 2 se concentrera sur les changements que les garçons vivent au cours de la puberté. Les deux groupes devraient également considérer des faits généraux sur ce qu'est la puberté.
7. Demandez-leur de commencer par réfléchir dans leurs groupes sur les informations qu'elles vont inclure dans leur présentation. Demandez-leur de réfléchir aux questions suivantes :
 - **Quels sont les faits généraux sur la puberté que tout le monde devrait savoir ?**
 - **Quels sont les changements physiques qui se produisent à la puberté ?**
 - **Quels sont les changements émotionnels qui se produisent à la puberté ?**
 - **Qu'est-ce qui est important pour leurs pairs plus jeunes de savoir avant d'entrer dans la puberté ?**
 - **Que souhaitaient-ils savoir sur la puberté quand ils étaient plus jeunes ?**

8. Après 10 minutes, donnez à chaque groupe le document BIH-A afin qu'ils puissent ajouter les informations manquantes dans leurs présentations.

9. Ensuite, demandez à chaque groupe de créer une silhouette d'un garçon ou d'une fille sur son tableau de papier qui représente tous les changements dont ils ont parlé. Ils peuvent dessiner ou écrire des mots clés dans et autour de la silhouette.



ÉTAPES À SUIVRE :

en séance plénière : Présentations sur la puberté (20 min)

10. Réunissez le groupe et demandez aux groupes de se présenter à tour de rôle pour présenter leurs affiches comme si elles les présentaient à un groupe de jeunes pairs qui ne connaissent pas la puberté.

11. Après chaque présentation, permettez aux filles de poser des questions et de formuler des recommandations sur toute information qui leur manque. Si le groupe qui présente ne peut pas répondre, vous pouvez intervenir. Si vous ne connaissez pas la réponse, notez la question et assurez- leur que vous y répondrez lors de votre prochaine réunion.

12. Vérifiez le document BIH-A pour vous assurer que le groupe ne manque pas d'informations cruciales dans sa présentation. Si c'est le cas, ajoutez ces informations avant de passer à la prochaine présentation.

13. Après que les deux groupes se sont présentés, demandez-vous : Y a-t-il des changements qui se produisent chez les filles et les garçons ? Demandez quelques exemples. Aider les filles à comprendre que de nombreux changements physiques et émotionnels au cours de la puberté se produisent dans les deux sexes.

14. Prenez le temps d'expliquer que :

- **La puberté est un moment passionnant dans la vie avec de nombreux changements et sentiments différents.**
- **Parfois, nous les éprouvons comme positifs, mais parfois nous pouvons nous sentir défiés et instables. Tout cela est correct et normal.**
- **Il est plus facile de faire l'expérience de la puberté lorsque nous avons un environnement sûr et ouvert de pairs dans lesquels nous pouvons faire confiance pour discuter de ces changements.**
- **Ils peuvent tous contribuer à faire en sorte que le club de filles puisse être un endroit sûr pour elles.**

En plénière : Résumer et conclure ! (10 minutes)

15. Lisez les questions du Questionnaire secret qui se rapportent à cette activité. Après chacun, demandez si une des filles peut répondre à la question. Si elles ne peuvent pas, fournir la réponse vous-même.

16. Pour conclure, menez une brève discussion en utilisant les questions suivantes :

- **Quel est le fait le plus intéressant que vous ayez appris sur la puberté aujourd'hui ?**
- **Est-ce important pour toutes les filles d'en apprendre davantage sur la puberté ? Pourquoi ou pourquoi pas ?**

17. Assurez-vous de souligner l'importance pour toutes les filles d'en apprendre davantage sur la puberté et d'expliquer qu'il est préférable qu'elles en apprennent avant qu'elles ne commencent, afin qu'elles puissent comprendre les changements qu'elles subissent au moment où elles commencent à les connaître.

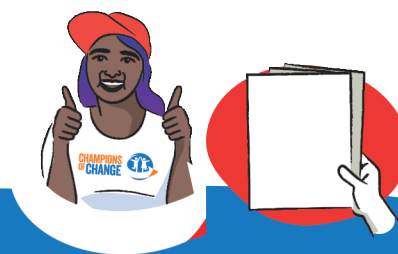
18. Faites sortir le paper board que vous avez préparé à l'avance avec les Messages clés de l'activité et demandez à un bénévole de le lire à haute voix.

19. Enfin, décrivez le travail à faire chez soi à l'aide du tableau à feuilles mobiles que vous avez préparé à l'avance. Ensuite, demandez aux filles de prendre quelques minutes pour écrire toute nouvelle question qu'elles peuvent avoir pour la boîte de questions secrètes.



Écrivez-le ! À l'aide de votre journal, écrivez une lettre à une jeune fille de votre famille ou de votre communauté qui ne connaît pas la puberté. Pensez aux choses les plus importantes qu'elle devrait savoir sur ce moment dans sa vie, ainsi que les choses que vous avez souhaité comprendre à son âge. Assurez-vous d'inclure ces informations dans votre lettre.

DOCUMENT BIH-A : APPRENTISSAGE DE LA PUBERTÉ¹⁰



QU'EST-CE QUE LA PUBERTÉ ?

La puberté est le temps dans la vie d'une personne quand ils approchent l'adolescence et leur corps commence à produire des produits chimiques (appelés hormones) qui conduisent à des changements dans leur corps ainsi que des changements dans les sentiments et le comportement. La puberté commence et se termine à un âge différent pour tout le monde, et tout le monde passe à travers les changements liés à la puberté – physique et émotionnel – au rythme de leur propre corps. Ces changements sont biologiques et ne peuvent être contrôlés. Les filles commencent souvent à connaître la puberté avant les garçons du même âge. Pendant la puberté, il est normal de se sentir très énergique et excité un moment et fatigué et bouleversé ou anxieux le prochain. Pendant la puberté, les filles et les garçons connaissent un désir sexuel accru. Ces sentiments peuvent impliquer des changements physiques, tels que la fréquence cardiaque rapide ou un rinçage chaud dans le visage et / ou les organes génitaux lorsque sexuellement excité. Il est important de se rappeler que ces sentiments de désir et / ou d'excitation sexuelle sont normaux et les signes d'un corps sain. L'excitation sexuelle ne signifie pas qu'une personne doit avoir des rapports sexuels. Rien de mal ne se produira si vous n'avez pas le sexe. Si une personne n'est pas sexuellement active, quelques manières de manipuler l'excitation sexuelle incluent la masturbation, fantasmer, activité physique telle qu'un sport, ou penser à autre chose.

Décider d'avoir des rapports sexuels ou non est une décision individuelle, et vous devriez réfléchir bien sur si vous vous sentez prêt pour elle ou non.

Chaque individu se sentira prêt pour le sexe à un moment et à un moment différents dans sa vie, c'est normal et nous devrions respecter les décisions des autres et ne jamais faire pression sur quelqu'un pour prendre une décision.

L'outil pour prendre des décisions que nous avons apprises dans le module Être Assertif peut être utile pour décider si vous êtes prêt à avoir des relations sexuelles : 1) Arrêtez-vous et réfléchissez; 2) Connaître les faits; Et 3)

Envisager les conséquences. N'oubliez pas qu'il est impossible de prendre de bonnes décisions sans informations précises (bonnes) et suffisantes

QUELS CHANGEMENTS LES FILLES ÉPROUVENT-ELLES PENDANT LA PUBERTÉ ?

Changements physiques :

- Apparition du poil sous les bras, sur leurs jambes et dans la région pubienne
- Prise de taille
- Prise de poids
- Devenir curieux
- Développement des hanches
- Augmentation du volume des seins
- Apparition des règles
- Développer une peau plus grasse et obtenir de l'acné
- Transpiration persiste plus et peut développer une odeur corporelle différente
- Commencer à ressentir des symptômes de désir sexuel

Changements affectifs :

- Changements d'humeur
- Se sentir gêné facilement
- Se sentir plus proche des amis que de la famille
- Se sentir timide
- Mieux capable de raisonner et de résoudre des problèmes
- Rebelle contre les parents
- Désirez plus d'indépendance
- Préoccupations d'être normal
- Vouloir essayer de nouvelles choses

QUELS CHANGEMENTS LES GARÇONS CONNAISSENT-ILS PENDANT LA PUBERTÉ ?

Changements physiques :

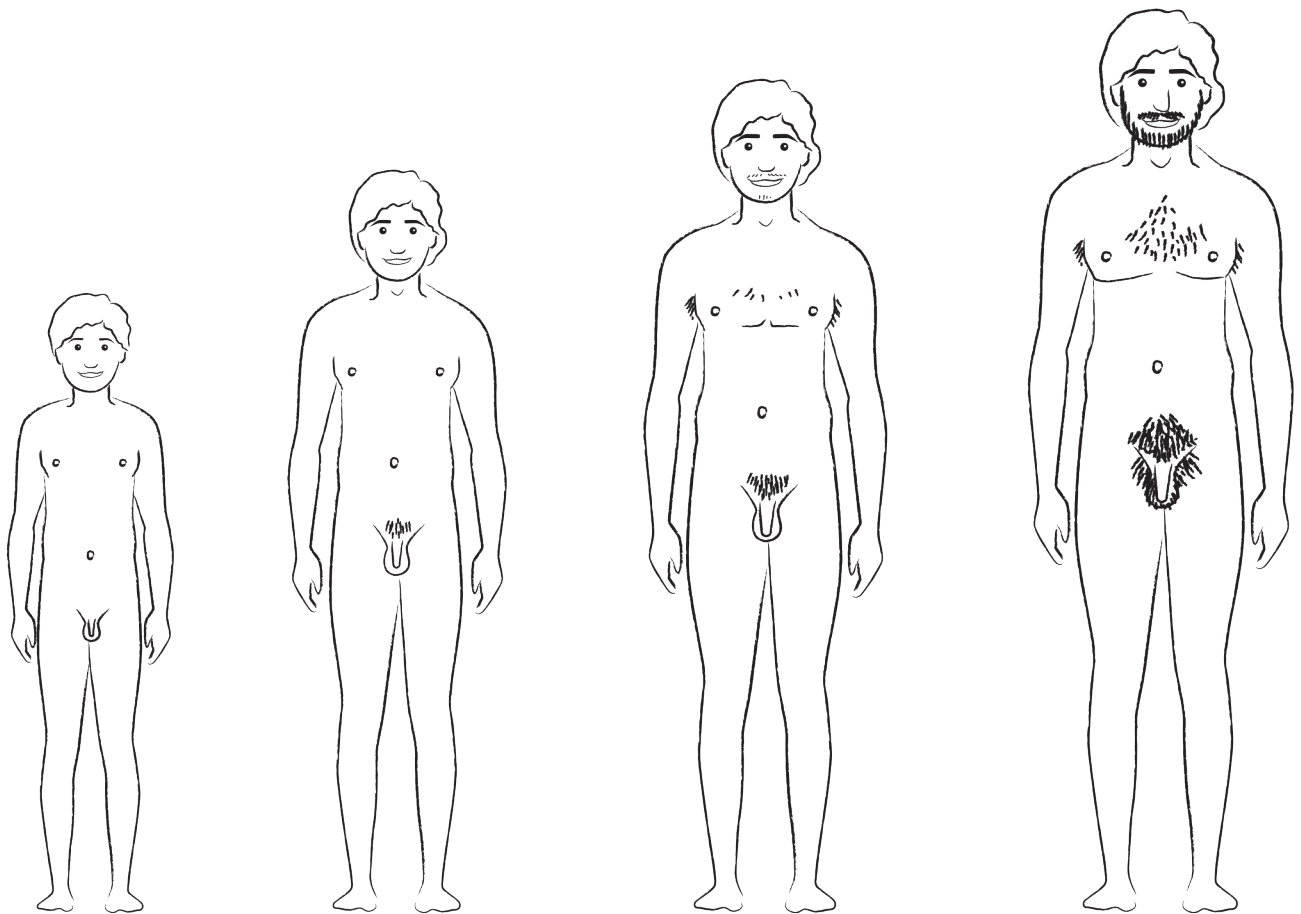
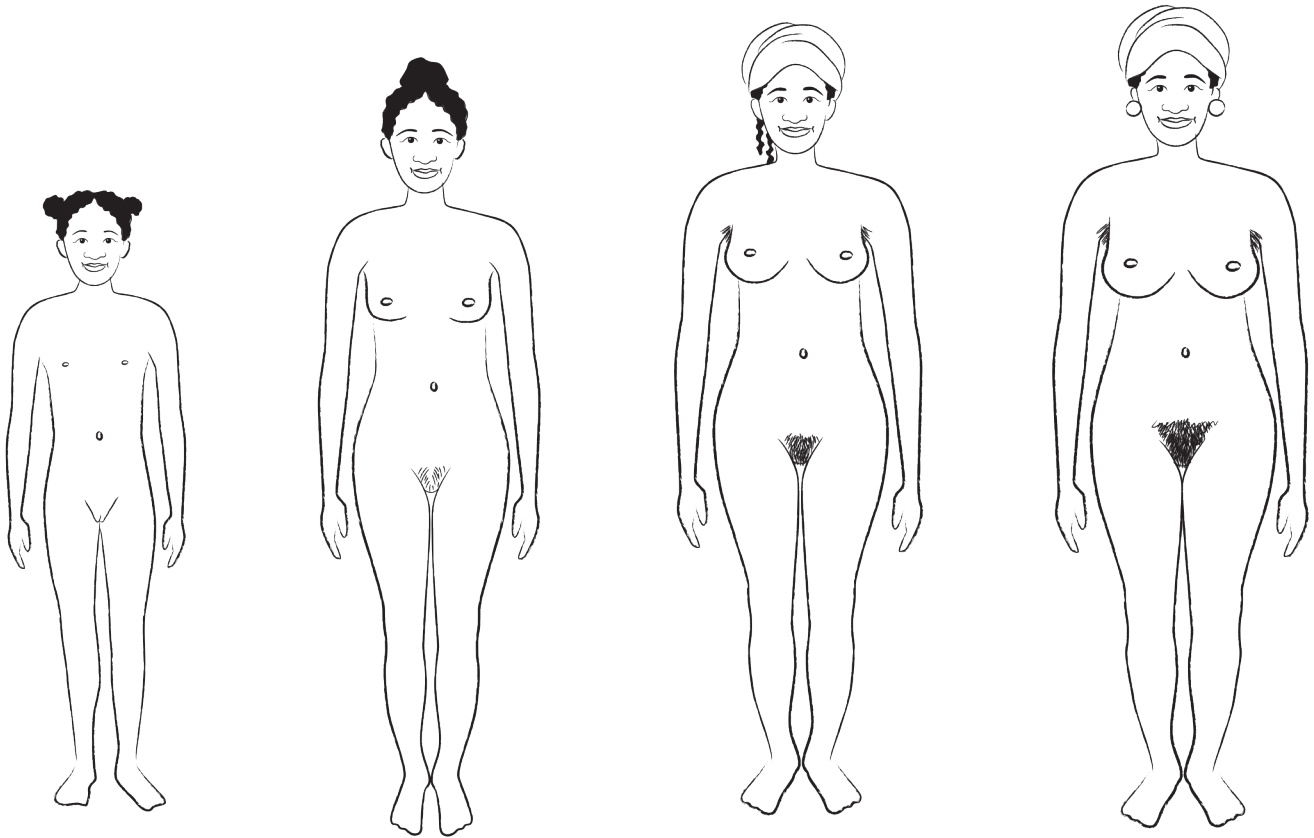
- Apparition Avoir du poil sous les bras (dans les aisselles), sur les jambes, dans la région pubienne et sur le visage et la poitrine
- Prise de taille
- Prise de poids
- Apparition des muscles
- Développer une voix plus profonde
- Développer une peau plus grasse et obtenir de l'acné
- Transpirer persiste plus et peut développer une odeur corporelle différente
- Expérience de l'éjaculation et peut avoir des rêves humides
- Commencer à ressentir des symptômes de désir sexuel

Changements affectifs :

- Changements d'humeur
- Se sentir gêné facilement
- Se sentir plus proche des amis que de la famille
- Se sentir timide
- Mieux capable de raisonner et de résoudre des problèmes
- Rebelle contre les parents
- Désirez plus d'indépendance
- Préoccupations d'être normal
- Vouloir essayer de nouvelles choses

10. Le contenu de ce document a été adapté du Population Council (2013) : Life Skills and Health Curriculum pour le Programme d'autonomisation des adolescentes (AGEP).

CHANGEMENTS PHYSIQUES EXTERNES CHEZ LES FILLES PENDANT LA PUBERTÉ



CHANGEMENTS PHYSIQUES EXTERNES CHEZ LES GARÇONS PENDANT LA PUBERTÉ

ACTIVITÉ 2 :

LE SYSTÈME REPRODUCTIF¹¹

Les filles commencent par tracer le nom exact de différentes parties du système sexuel et reproducteur masculin et féminin. Ensuite, le facilitateur fournit des informations supplémentaires sur chaque partie de chaque système. Enfin, les filles réfléchissent sur ce qu'elles ont appris dans cette activité, et comment cela va influencer leur santé maintenant et à l'avenir.



TOUS ÂGES



**1 HEURE
& 30 MINUTES**

DE QUOI A-T-ON BESOIN

- Tableaux à feuilles mobiles
- Ruban de masquage
- Boîte de questions secrètes
- Fiche de facilitation activité3-A : Tracer le système sexuel et sexuel féminin
- Fiche de facilitation activité-B : Tracer le système reproducteur et sexuel masculin
- Fiche de facilitation activité3-C : Cartes de nom pour les systèmes reproducteurs et sexuels pour femmes et hommes, découpées en 16 cartes.
- Feuille d'animation activité-D : Faits sur les systèmes reproducteurs féminin et masculin

LIENS VERS KAP

- Comprend les fonctions des organes reproducteurs et sexuels des hommes et des femmes.



MESSAGES CLÉS

- Les femmes et les hommes ont différents organes reproducteurs qui permettent aux humains de se reproduire. Beaucoup de changements corporels que les filles et les garçons passent à la puberté préparent ces organes pour la reproduction.
- La connaissance d'informations précises sur leur propre corps renforce la conscience de soi et l'estime de soi des filles. Les filles informées sont mieux en mesure de comprendre ce que leur corps est capable de faire, et de rejeter les mythes et les idées fausses qui peuvent les conduire à nuire.



CONSEILS AUX FACILITATEURS

Il est important que les filles aient des informations de base sur le cycle menstruel féminin avant de commencer cette activité. Assurez-vous que les filles ont terminé l'activité BBC5 : Le cycle féminin avant de faciliter cette activité. Il peut être utile de faire des copies supplémentaires des documents BBC-D et BBC-E pour les filles à se référer au cours de cette activité

AVANT DE COMMENCER



- Assurez-vous d'examiner en profondeur les informations sur la reproduction, les menstruations et la grossesse incluses dans la section Définition de la scène de ce module, ainsi que les informations incluses dans la feuille de facilitation BIH3-D.
- Agrandir les feuilles de facilitation activité3-A et activité3-B pour faire deux grandes affiches avec elles ou copier soigneusement les images sur deux tableaux à feuilles séparés.
- Faites une copie de la feuille de facilitation activité3-C et découpez-la en cartes.
- Copier les deux questions incluses à l'étape 16 sur un tableau à feuilles mobiles.
- Copiez chacun des Messages-clés de l'activité sur des tableaux à feuilles séparés.
- Gardez toutes ces feuilles de tableau de conférence couvertes jusqu'à ce que vous en ayez besoin.

11. Adapté de : Population Council (2013) : Programme de compétences et de santé pour le Programme d'autonomisation des adolescentes (AGEP).

ÉTAPES À SUIVRE :

En séance plénière : Introduction (10 minutes)

1. Commencez par accueillir les filles à cette session, et demandez-leur de commencer par partager quelques réflexions sur leur travail à faire chez soi. Demander :
 - **Avez-vous pu écrire une lettre sur la puberté dans vos journaux ?**
 - **Est-ce que vous voulez partager quelque chose sur ce que vous avez écrit, ou sur la façon dont vous vous êtes senti en faisant cette affectation ?**
 - **Avez-vous réfléchi à de nouvelles questions sur la puberté ?**
2. S'il y a de nouvelles questions, prenez le temps de les répondre.
3. Expliquez que dans la dernière activité que nous avons apprise sur la puberté - les changements physiques que tout le monde passe à travers l'adolescence. Beaucoup de ces changements se rapportent aux organes reproducteurs parce que nos corps commencent à se préparer à être capable de se reproduire. Aujourd'hui, nous en apprendrons davantage sur nos organes de reproduction.

En plénière : Le système reproducteur (20 min)

4. Montrer aux filles les affiches du système reproducteur féminin et masculin, et expliquer que nous allons apprendre les noms et les fonctions des différentes parties de ces systèmes.
5. Distribuer les cartes du système reproducteur masculin et féminin aux filles. Il y a 16 cartes au total. S'il y a plus de 16 filles, demandez à certaines d'entre elles de s'accoupler, et donnez à chaque fille ou paire de filles l'une des cartes.
6. Appelez une fille ou une paire de filles pour lire ce qui est écrit sur la carte à haute voix. Si les filles viennent de communautés où les langues locales sont parlées, demandez-leur s'ils connaissent un mot dans leur langue pour cette partie du corps. Les autres filles ou vous pouvez l'aider si nécessaire.
7. Ensuite, demandez à la fille ou aux filles d'indiquer si elle fait partie du corps féminin ou masculin. S'ils ne savent pas, dites-leur à qui il appartient.
8. Enfin, demandez à la fille ou aux filles d'essayer de placer la carte à l'emplacement correct du corps dans l'affiche correspondante. Les autres filles ou vous pouvez l'aider si nécessaire. Terminez jusqu'à ce que toutes les cartes aient été placées.
9. Assurez-vous que toutes les cartes sont sur l'affiche correcte et à l'emplacement correct.
10. Ensuite, utilisez la feuille de facilitation BIH3-D pour parcourir chaque partie et expliquer sa fonction, en les indiquant sur les affiches au fur et à mesure.

En séance plénière : Menstruation et grossesse (20 min)

11. Demandez aux filles si elles se souviennent de l'activité BBC5 : Le cycle féminin, et si quelqu'un se souvient de certains faits qu'ils ont appris dans cette activité.
12. Demandez ensuite aux filles : Quel est le lien entre la menstruation et la reproduction ? Permettez à quelques filles de répondre à cette question et assurez-vous qu'ils comprennent comment le cycle menstruel se rapporte à la capacité d'une fille ou une femme à tomber enceinte, comme expliqué ci-dessous :
 - **À chaque cycle menstruel, les organes reproducteurs des filles se préparent à une grossesse potentielle, que ce soit son intention ou son désir, ou si elle est préparée physiquement ou émotionnellement pour elle.**
 - **Pendant la plus grande partie de son cycle, la muqueuse de l'utérus s'accumule.**
 - **Pendant la menstruation, cette doublure est éliminée et un autre cycle commence.**

ÉTAPES À SUIVRE :

13. Demandez aux filles : Savez-vous quand un garçon ou un homme est capable de rendre une fille ou une femme enceinte ? Prenez quelques réponses, en prenant soin de corriger toute fausse information ou des mythes, avant d'expliquer que :

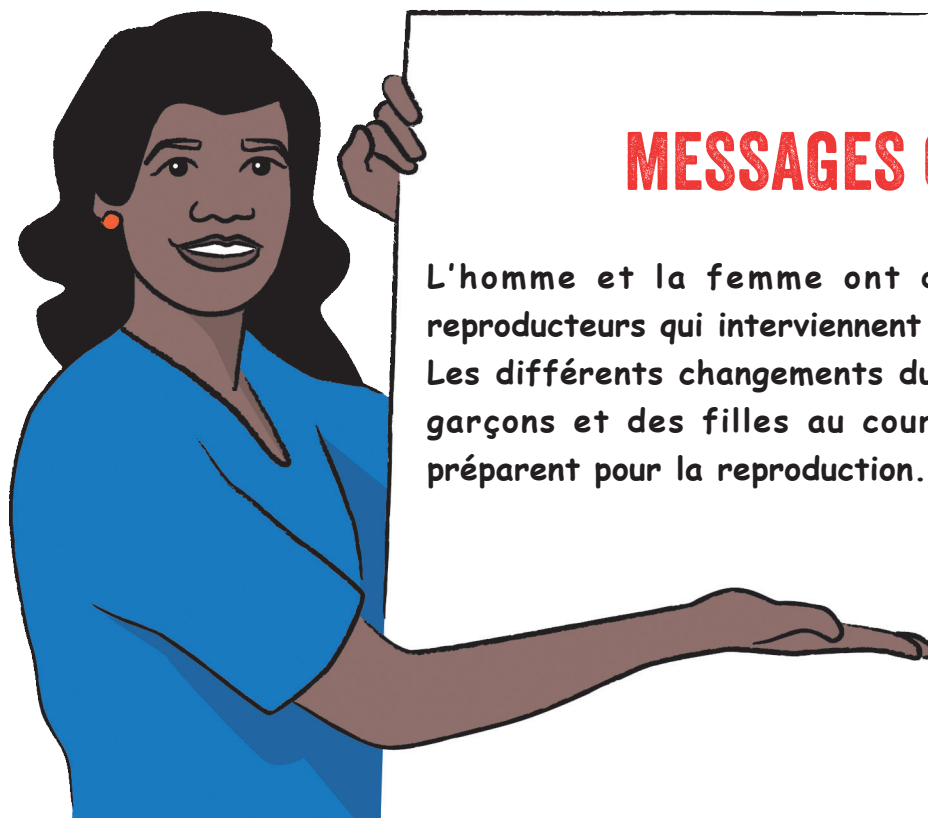
- **À partir de la puberté, les garçons produisent continuellement des millions de minuscules cellules appelées spermatozoïdes.**
- **À partir de la puberté, la fertilité d'un garçon ou d'un homme (la capacité de fournir un sperme en bonne santé capable de commencer une grossesse saine) ne varie pas tout au long du mois.**
- **Le sperme peut vivre jusqu'à 5 jours à l'intérieur d'une fille ou d'une femme.**

14. Demandez aux filles : Savez-vous comment une femme tombe enceinte, ou comment les bébés sont faits ? Autoriser quelques filles à répondre, et corriger toute information erronée, avant de décrire le processus en utilisant le script suivant. Assurez-vous de signaler les parties correspondantes sur l'affiche pendant que vous parlez :

- **Une fois qu'une fille commence à avoir ses menstruations, à chaque cycle, un de ses ovaires libère un ovule mature dans l'une de ses trompes de Fallope.**
- **Après que le mâle met son pénis dans le vagin féminin et éjacule, les spermatozoïdes éjaculés nagent jusqu'au col de l'utérus vers les trompes de Fallope.**
- **La fécondation a lieu quand un spermatozoïde masculin rencontre un ovule femelle.**
- **Le sperme peut survivre jusqu'à sept jours après les rapports sexuels. Cela signifie qu'il peut féconder un œuf jusqu'à sept jours après les rapports sexuels. C'est pourquoi l'utilisation de la méthode du rythme ou du calendrier pour éviter les grossesses est si risquée.**
- **Si un œuf est fécondé, il se déplacera dans l'utérus où il s'attache à la doublure douce de l'utérus. Il faudra environ 40 semaines ou neuf mois avant que le bébé soit prêt à naître.**

15. Demandez aux filles si elles ont des questions sur la présentation que vous venez de faire, et prenez le temps de répondre à toute question qu'ils pourraient avoir.

16. Sortez le tableau de conférence avec le premier message-clé de l'activité et lisez-le à haute voix :



MESSAGES CLÉS

L'homme et la femme ont différents organes reproducteurs qui interviennent dans la reproduction. Les différents changements du corps au niveau des garçons et des filles au cours de la puberté les préparent pour la reproduction.

ÉTAPES À SUIVRE :

En petits groupes : Une nouvelle chose au sujet de notre corps (20 min)

17. Demandez aux filles de former des groupes de quatre personnes et demandez-leur de discuter des questions suivantes en utilisant le tableau que vous avez préparé à l'avance :

- **Quelle est la nouvelle chose que vous avez appris aujourd'hui au sujet de votre corps, de la menstruation, de la reproduction ou de la grossesse ?**
- **Y a-t-il des questions que vous avez toujours sur ces sujets ?**

18. Après 10 minutes, invitez les filles à partager ce qu'elles ont appris et toutes les questions en suspens avec le groupe plus important. Notez les mots clés de chaque idée clé et question sur des tableaux de papier séparés.

19. Prenez le temps d'examiner la liste des choses clés que les filles ont apprises. Si tout ce qu'ils disent reflète une erreur ou une idée fausse, assurez-vous de prendre le temps de l'expliquer et de partager des informations correctes.

20. Ensuite, passez la liste des questions et demandez aux filles si quelqu'un voudrait répondre à la question. S'ils ne peuvent pas, assurez-vous de répondre vous-même.



ASTUCE! Rappelez-vous : Si vous ne connaissez pas la réponse à une question, écrivez-la et assurez-vous que vous trouverez la réponse à temps pour la prochaine réunion.

En plénière : Résumer et conclure ! (10 minutes)

21. Conduisez une brève conversation autour de cette question : Comment cette nouvelle information améliorera-t-elle votre estime de soi et votre santé, maintenant et dans l'avenir ?

22. Terminer la conversation en soulignant l'importance pour les filles de connaître leur propre corps. Apportez le tableau à feuilles avec le deuxième message clé de l'activité et lisez-le à haute voix :

- **La connaissance d'informations précises sur leur propre corps renforce la conscience de soi et l'estime de soi des filles. Les filles informées sont mieux en mesure de comprendre ce que leur corps est capable de faire, et de rejeter les mythes et les idées fausses qui peuvent les conduire à nuire.**

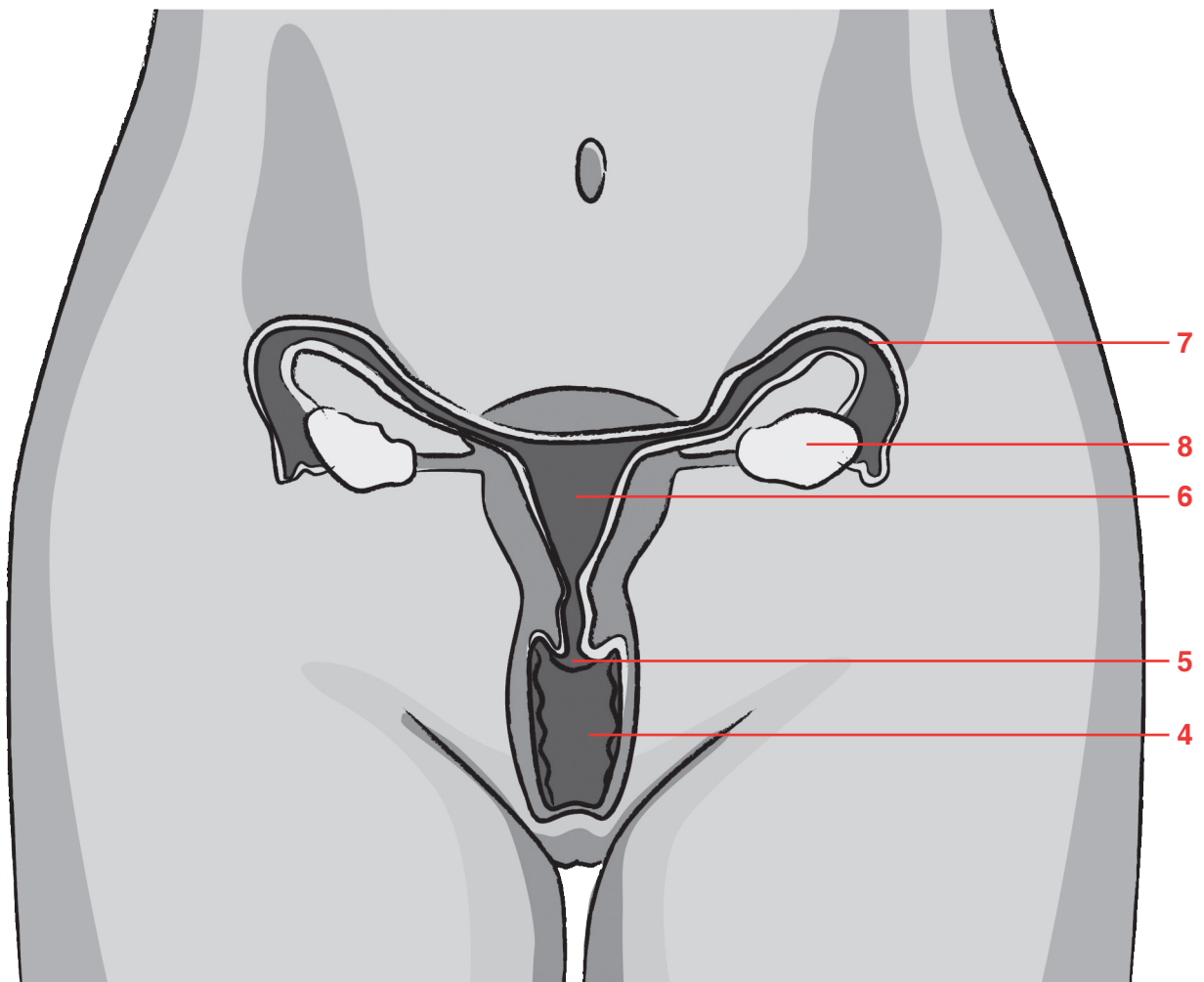
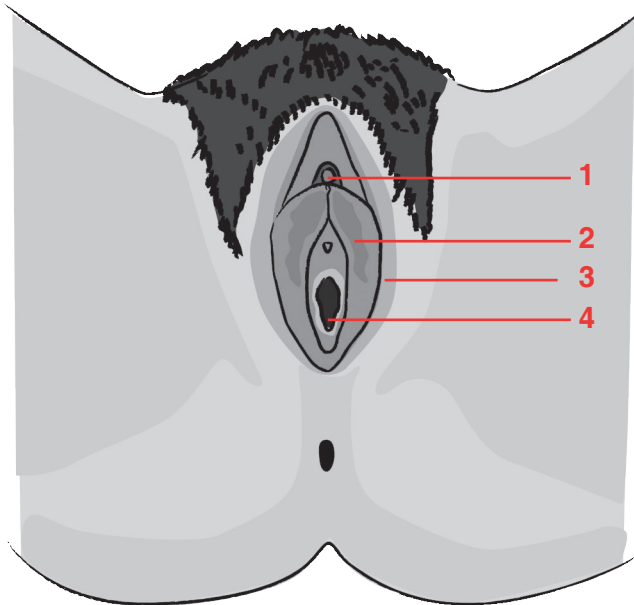
23. Ensuite, prenez le temps de lire les questions du questionnaire secret qui se rapportent à cette activité. Si la question a déjà été soulevée au cours de cette activité, soulignez-la et passez à la question suivante. Après chaque question sans réponse, demandez si une des filles elles-mêmes peuvent répondre à la question. Si elles ne peuvent pas, fournir la réponse vous-même.

24. Remercier les filles de leur participation à cette activité. Expliquez que même si ce sont des informations importantes pour le présent et pour l'avenir, les filles n'entendent pas souvent parler de leur corps reproducteur. Il est bon que le club soit un endroit où l'on puisse parler de façon ouverte.

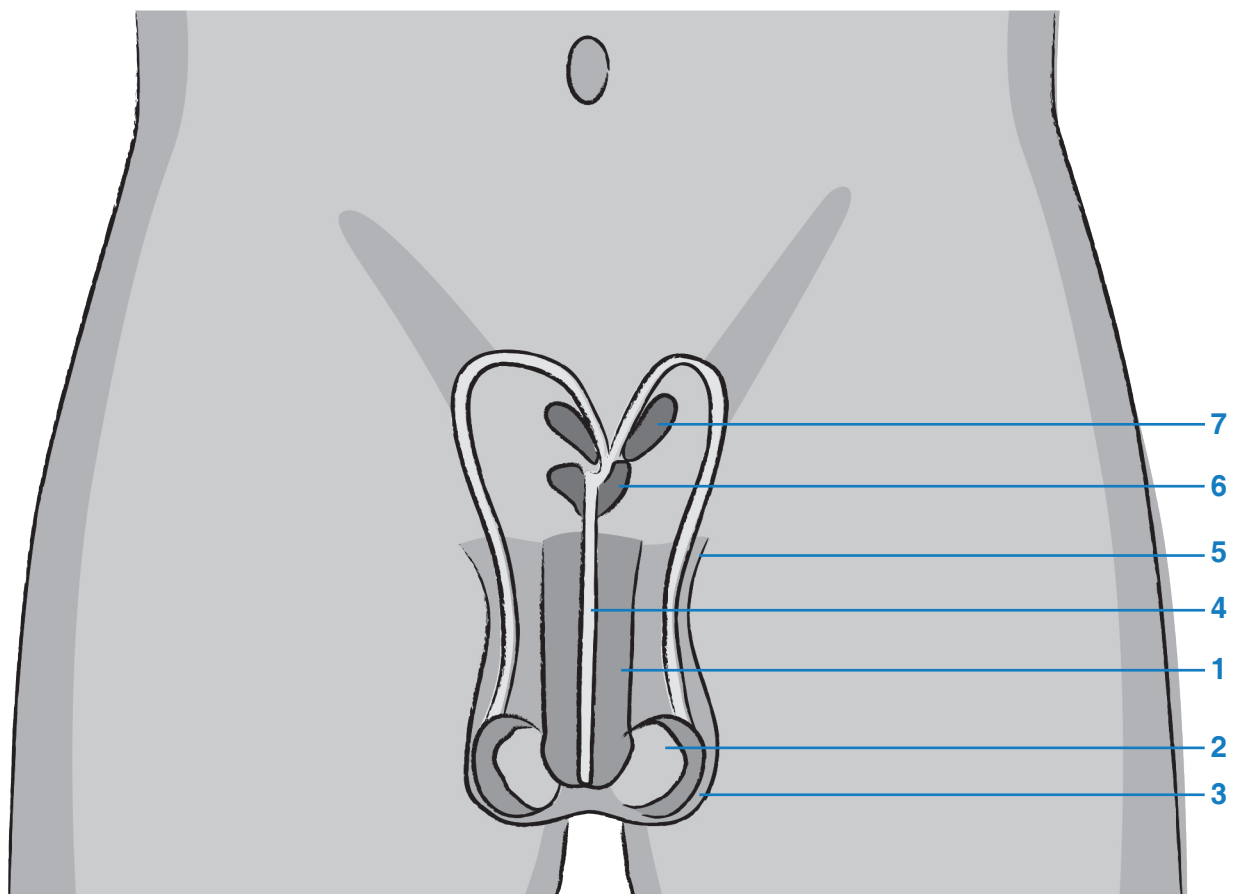
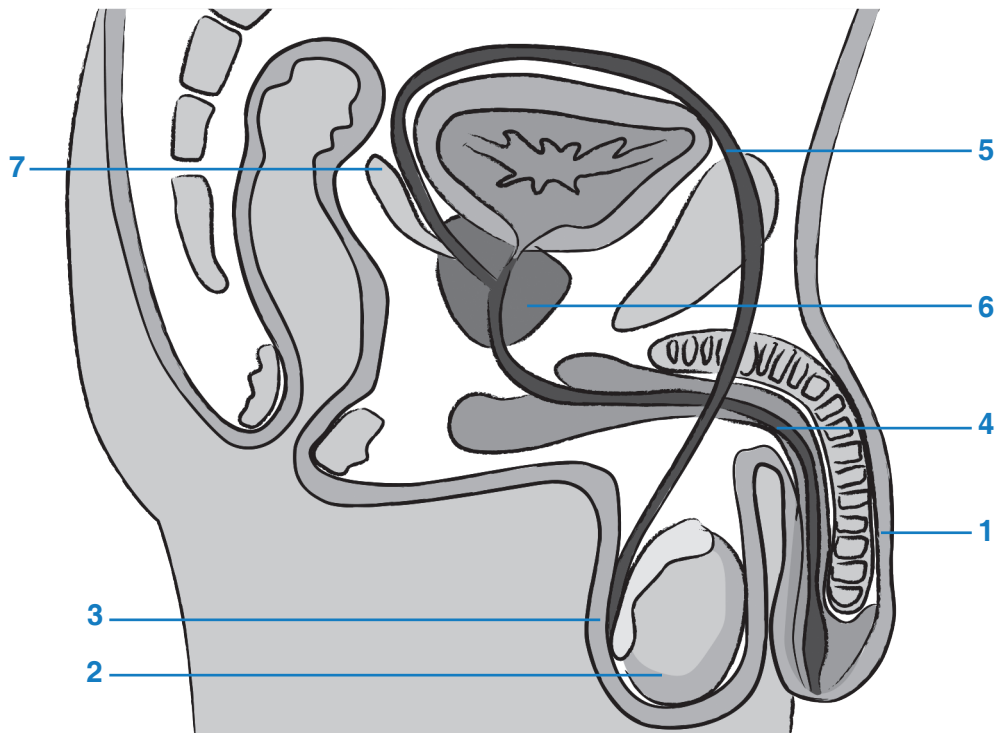
25. Terminer en expliquant que même si une fille peut avoir les organes nécessaires pour tomber enceinte, cela ne signifie pas qu'elle est prête ou veut devenir enceinte. C'est le droit de toute femme d'avoir des enfants par choix et non par hasard ou par obligation. Expliquez que vous aurez tous l'occasion de jeter un coup d'œil approfondi à cette question dans la prochaine activité.

26. Prévoyez un peu de temps supplémentaire pour que les filles ajoutent des questions à la boîte des questions secrètes avant leur départ.

FICHE DE FACILITATION B3-A : TRACER LE SYSTÈME SEXUEL ET REPRODUCTIF FÉMININ



FICHE DE FACILITATION B3-B : TRACER LE SYSTÈME REPRODUCTEUR ET SEXUEL MASCULIN



FIGHE DE FACILITATION BIH3-B : TRACER LE SYSTÈME REPRODUCTEUR ET SEXUEL MASCULIN



Épididyme	Pénis	Cervix	Clitoris
Vas deferens	Testicules	Utérus	Lèvres majeures
Prostate	Scrotum	Trompes de Fallope	Petites lèvres
Les vésicules séminales	Urètre	Ovaires	Vagin



FICHE DE FACILITATION BIH3-D : FAITS SUR LES SYSTÈMES REPRODUCTEURS FÉMININ ET MASCULIN¹²



Quels sont les systèmes sexuels et reproductifs ? Le système sexuel se compose des organes impliqués dans l'activité sexuelle et le plaisir, alors que le système reproducteur se compose des organes impliqués dans la grossesse et la naissance. Les systèmes sexuels et reproducteurs partagent certains organes, mais pas tous.

QUELLES SONT LES PARTIES DES SYSTÈMES SEXUELS ET REPRODUCTEURS FÉMININS ET LEURS FONCTIONS ?

La vulve se compose de tous les organes génitaux externes visibles d'une femme (illustration 1).

Le clitoris (n° 1 dans l'illustration) est un petit orgue, en forme de bourgeon. La fonction du clitoris est de donner aux filles et aux femmes le plaisir sexuel ; Il contient un riche réseau de terminaisons nerveuses pour la sensation. Pendant l'excitation sexuelle et pendant l'orgasme, le clitoris grossit et se remplit de sang.

Les petites lèvres (n°3) sont les lèvres externes qui couvrent et protègent l'ouverture vaginale.

Les grandes lèvres (n°2) sont les lèvres internes, qui se gonflent aussi pendant l'excitation sexuelle.

Le vagin (n°4) est un canal élastique, allant de la vulve au col et à l'utérus. Quand une femme est excitée sexuellement, le vagin produit la lubrification. Il a peu de terminaisons nerveuses et n'est donc pas très sensible. Dans les relations vaginales, si l'homme éjacule, le sperme pénètre dans le vagin et se déplace à travers le col de l'utérus et les trompes de Fallope, où la fécondation peut se produire si un œuf est présent. Le sang menstruel quitte le corps par le vagin, comme le fait un bébé quand il est né. Le vagin se nettoie et n'a pas besoin d'être lavé. Les femmes ne devraient pas insérer de substances pour sécher ou serrer le vagin ; ces substances peuvent être nocives.

L'hymen (non représenté) est une membrane mince qui peut s'étendre sur une partie de l'ouverture vaginale. L'hymen peut être facilement déchiré lors de sports ou d'autres activités physiques et peut être étiré ouvert si une fille utilise des tampons. Un hymen déchiré ou étiré n'indique pas qu'une fille ou une femme a eu des rapports sexuels.

Le col utérin (n°5) est la partie inférieure de l'utérus qui s'étend dans le haut du vagin. Une ouverture dans le col de l'utérus relie le vagin et l'utérus. Le sang menstruel sort de l'utérus par cette ouverture ; et le sperme passe à travers lui dans l'utérus. Le col de l'utérus produit une sécrétion (mucus cervical) qui aide le sperme à entrer dans l'utérus. Le mucus cervical change pendant le cycle menstruel ; les femmes peuvent apprendre à identifier la période féconde en fonction des caractéristiques du mucus. Pendant l'accouchement, le col est étiré, ce qui permet au bébé de passer.

L'utérus (n° 6), ou utérus, est un organe musculaire. Sa doublure épaissit avec le sang et les tissus pendant la première partie du cycle menstruel. Si aucun embryon ne s'implante, la doublure se décompose,

devenant le flux menstruel. Si un embryon s'implante, un fœtus se développe dans l'utérus.

Les trompes de Fallope (n° 7) sont deux tubes étroits de 4 à 5 pouces de long à travers lesquels l'œuf se déplace de l'ovaire à l'utérus et où l'ovule peut être fécondé.

Les ovaires (n° 8), deux organes, chacun de la taille d'une amande ou d'un raisin, stockent les œufs immatures dans les follicules, produisent et sécrètent des hormones femelles (œstrogène et progestérone) et produisent et libèrent des œufs matures.

QUELLES SONT LES PARTIES DES SYSTÈMES SEXUELS ET REPRODUCTIFS MASCULINS ET LEURS FONCTIONS ?

Le pénis (n° 1) a plusieurs fonctions. Il est impliqué dans le sentiment sexuel ; dans cette fonction il correspond au clitoris chez la femelle. Le pénis peut se remplir de sang et devenir dur et dressé en réponse à la stimulation sexuelle. La fonction reproductrice du pénis est de fournir du sperme dans le vagin. La troisième fonction est l'excrétion de l'urine. L'extrémité du pénis est couverte par une couche de peau appelée le prépuce. Dans de nombreuses cultures, le prépuce est retiré par une procédure appelée circoncision masculine.

Les testicules (ou testicules) (n°2), deux glandes en forme de boule à l'intérieur du scrotum, produisent le sperme et l'hormone testostérone. Le scrotum et les testicules sont sensibles au toucher et peuvent être une source de plaisir.

Le scrotum (n°3), un sac de peau lâche, tient et protège les testicules. Lorsqu'il est froid, il est tiré vers le haut serré vers le corps pour maintenir les testicules à la bonne température pour produire le sperme.

L'urètre (n° 4) est un tube qui va de la vessie à travers le pénis. Le sperme (un mélange de liquide séminal, de liquide prostatique et de sperme) circule dans l'urètre pendant l'éjaculation. L'urine sort également du corps par l'urètre. Une valve au bas de la vessie se ferme lorsque le pénis est dressé pour empêcher la miction pendant l'éjaculation.

Les canaux déférents (n°5) sont deux longs tubes minces qui transportent le sperme vers l'urètre. Ils contractent pendant l'éjaculation.

La prostate (n°6) produit un liquide qui compose le sperme et aide le sperme à se déplacer. Beaucoup d'hommes trouvent la stimulation de la prostate pour être sexuellement agréable.

Les vésicules séminales (n°7) produisent une grande partie du liquide qui finit par devenir du sperme. Ce liquide nourrit le sperme.

¹². Adapté de Plan Canada : Curriculum AMOR pour garçons et filles

ACTIVITÉ 3 :

PRÉVENIR LA GROSSESSE CHEZ LES ADOLESCENTES : POURQUOI ET COMMENT ?

Les filles commencent par énumérer les raisons pour lesquelles une fille peut vouloir retarder ou prévenir la grossesse en fonction de différents types de conséquences sur leur vie. Ensuite, elles discutent de différents mythes sur la façon d'éviter les grossesses qu'elles ont pu entendre dans leurs communautés, et finissent par discuter de méthodes éprouvées et efficaces. Comme une tâche à emporter, les filles écrivent une lettre à une mère adolescente pour lui dire qu'elles ne sont pas seules.



TOUS ÂGES



1 HEURE
& 45 MINUTES

DE QUOI A-T-ON BESOIN

- Affiches ou tableau à feuilles des systèmes reproducteurs mâles et femelles (de l'Activité BIH3)
- Exemples de contraceptifs disponibles dans la communauté
- Boîte de questions secrètes
- Document BIH-B : mythes et faits sur la reproduction et la contraception (un exemplaire par fille)
- Document BIH-C : Pourquoi empêcher la grossesse chez les adolescentes ? (Un exemplaire par fille)
- Fiche de facilitation BIH4 : Méthodes contraceptives



LIENS VERS KAP



- Comprendre comment la grossesse se produit et comment elle peut être évitée.
- Valorise son droit à la grossesse par choix, et non par hasard ou obligation.
- Valorise les avantages de retarder la grossesse.



MESSAGES CLÉS

- Avoir la capacité de tomber enceinte ne signifie pas que les adolescentes sont physiquement ou émotionnellement prêtes à avoir des enfants. Il y a plusieurs raisons de retarder les grossesses et une variété de méthodes contraceptives pour le faire.
- Nous avons tous le droit de tomber enceinte par choix, pas par hasard ou obligation. En fait, chaque personne a deux droits importants : le droit d'avoir des relations sexuelles sans vouloir avoir d'enfants ; Et le droit de décider librement si, quand et combien d'enfants.
- Les mères adolescentes ont aussi des droits ! Être une mère adolescente crée de nombreux obstacles pour les filles, mais il ne doit jamais l'isoler ou l'empêcher d'atteindre son potentiel. Il est important pour toutes les filles d'avoir une attitude positive à l'égard de tous ses pairs, y compris les filles qui sont enceintes ou sont déjà des mères.

ASTUCE!

CONSEILS AUX FACILITATEURS

- Les informations contenues dans la feuille de facilitation BIH4 sont censées fournir suffisamment d'informations pour que les facilitateurs complètent leurs connaissances sur les différentes méthodes. L'information n'est pas présentée dans un langage adapté aux filles, alors assurez-vous de le revoir en profondeur et de l'adapter au langage que les filles comprendront facilement, en veillant à ne pas affecter la précision du contenu.
- Envisager l'occasion d'inviter un orateur invité – par exemple du centre de santé local - qui peut expliquer les détails des différentes méthodes contraceptives qui sont disponibles d'une manière amie des filles.
- Cette activité est plus longue que toutes les autres activités du module. Envisagez d'organiser une pause après l'étape 14 pour permettre aux filles de recentrer leur attention. Vous pouvez également choisir de le faciliter en deux parties sur deux jours distincts.
- Si vous avez des mères adolescentes ou des filles enceintes dans votre groupe, assurez-vous qu'elles se sentent inclus dans cette conversation sans être jugés par eux-mêmes ou par les autres filles. Vous voudrez peut-être leur parler avant l'activité pour expliquer le contenu et les encourager à partager ne veulent que se sentir à l'aise de partage, et de s'assurer de défendre leurs droits.

- Veillez à ne pas utiliser de langage qui renforce la stigmatisation ou la discrimination à l'égard des mères adolescentes et à corriger toute fille qui utilise une telle langue. Il est important pour les filles de comprendre la valeur de retarder la grossesse, mais aussi de comprendre que les raisons de la grossesse chez les adolescentes sont complexes et que les filles enceintes et les mères adolescentes doivent être soutenues - pas isolées et stigmatisées. Un exemple de stigmatisation du langage décrit la grossesse chez les adolescentes comme le résultat de « être mauvais » ou « être stupide ».

- Aussi sur le sujet de la langue, dans cette activité nous utilisons le mot « adolescent » et « Adolescente » pour désigner toutes les adolescentes parce que ce langage est plus amical que « Adolescent ». Toutefois, si ces mots ne sont pas couramment utilisés dans votre cadre, s'il vous plaît utiliser la terminologie appropriée à la place.

- Prenez le temps d'examiner les mythes concernant la reproduction et d'éviter les grossesses non désirées qui prévalent dans les communautés où vivent les filles. Par exemple, dans un atelier pilote, un animateur a expliqué que dans sa communauté, les hommes versent du sperme dans l'eau pour déterminer s'ils peuvent obtenir une femme enceinte ou une femme enceinte : si elle flotte, elle pense qu'elle est féconde et si elle coule, Peut avoir des rapports sexuels en toute sécurité sans grossesse. Il est très important pour les filles d'avoir l'espace pour faire ressortir les idées fausses semblables qu'elles auraient pu apprendre, et de les remplacer par des faits.



AVANT DE COMMENCER

- Recherchez les méthodes contraceptives disponibles dans la communauté et apportez quelques exemples avec vous à la réunion pour les présenter à l'étape 19. Utilisez la feuille de facilitation BIH4 pour vous aider à décrire ces méthodes et d'autres méthodes disponibles.

- Remplir le document BIH-B avec au moins deux croyances communes sur la contraception et la reproduction qui ne sont pas vraies avant de faire des copies pour les filles. N'hésitez pas à ajouter autant que ce qui est pertinent pour les filles dans le groupe. Veillez partager les mythes locaux que vous identifiez avec l'équipe des champions mondiaux du changement.

- Copiez chacun des Messages clés sur des feuilles de tableau mobiles séparées. Gardez ces feuilles couvertes jusqu'à ce que vous soyez prêt à les utiliser.

ÉTAPES À SUIVRE :

En séance plénière : Introduction (10 minutes)

1. Accueillir les filles et leur rappeler que dans la dernière activité, elles ont appris les systèmes de reproduction des femmes et des hommes. Expliquez que dans cette activité, nous examinerons de plus près la grossesse et pourquoi il est préférable de la retarder.
2. Commencez par demander : Pouvez-vous expliquer comment une fille ou une femme tombe enceinte ? Inviter quelques filles à expliquer dans leurs propres mots. Si nécessaire, vous pouvez ajouter à leur explication afin qu'il soit en ligne avec ce que les filles ont appris dans la dernière activité.
3. Dites aux filles qu'elles ont déjà pris un premier pas important vers le contrôle de leur propre corps, qui est de comprendre ce que sont leurs corps à l'intérieur, et comment leur corps fonctionne.
4. Ensuite, demandez : Toutes les grossesses sont-elles planifiées et souhaitées ? Prenez le temps de décompresser cette question. Assurez-vous qu'elles comprennent que juste parce qu'une fille ou une femme veut avoir des rapports sexuels, ou parce qu'elle a les organes de reproduction nécessaires pour la grossesse, ne signifie pas qu'elle veut nécessairement devenir enceinte.

ÉTAPES À SUIVRE :

5. Expliquez que dans l'activité d'aujourd'hui, nous parlerons des raisons et des moyens de prévenir les grossesses non désirées.

Expliquez que ce sujet est important parce que nous avons tous le droit de tomber enceinte par choix, pas par hasard ou obligation. En fait, nous avons tous deux droits importants :

- **Le droit d'avoir des relations sexuelles sans vouloir avoir d'enfants.**
- **Le droit de décider librement si, quand et combien d'enfants doivent avoir**

Expliquez qu'aujourd'hui, nous nous concentrerons sur la prévention des grossesses non désirées chez les adolescentes.

En groupes et en plénière : Pourquoi éviter les grossesses non désirées chez les adolescentes ? (30 minutes)

6. Diriger une brève conversation autour des questions suivantes :

- **Une fois que le corps d'une jeune fille est capable de tomber enceinte, cela signifie-t-il qu'elle est prête à avoir des enfants ?**
- **Cela signifie-t-il que son corps ne sera pas lésé par une grossesse ?**

Passez du temps avec ces questions, en soutenant les filles dans l'identification de certaines des raisons pour retarder la grossesse. Écrivez quelques-unes des raisons clés qu'ils mentionnent sur un tableau à feuilles mobiles.

7. Demandez à un bénévole de lire le premier message clé de l'activité :

- **Avoir la capacité de tomber enceinte ne signifie pas que les adolescentes sont physiquement ou émotionnellement prêtes à avoir des enfants. Il y a plusieurs raisons de retarder les grossesses et une variété de méthodes contraceptives pour le faire.**

8. Demandez aux filles de former quatre groupes et d'assigner l'un des sujets suivants à chaque groupe. Expliquez qu'ils disposeront de 5 minutes pour discuter de la raison pour laquelle un adolescent pourrait ne pas être prêt ou vouloir devenir enceinte et devenir mère, en lien avec le sujet qui lui a été assigné :

- **Son éducation**
- **Son corps et sa santé**
- **Son développement émotionnel**
- **Sa situation sociale et financière**

9. Lorsque le temps est écoulé, demandez à chaque groupe de créer une « image figée » qui représente sa discussion



Créer une « image gelée » est comme créer une scène dramatique dans un sketch, mais sans mouvement ou de parler. Les filles utiliseront leurs corps et leurs expressions pour dépeindre une image, comme si quelqu'un avait pris une photo et « congelé » cette image.



ÉTAPES À SUIVRE :

10. Rapprochez les filles et demandez à chaque groupe de présenter son image gelée. Demandez aux filles dans l'auditoire de décrire ce qu'elles voient avant elles, et permettez au groupe présentateur de clarifier ce qu'elles essaient de décrire.

11. Après chaque exposé et chaque discussion, distribuer le document BIH-C et passer en revue avec les filles pour s'assurer que le groupe couvre toutes les questions qui y sont incluses. Discutez des éléments qui ont été oubliés avec les filles.

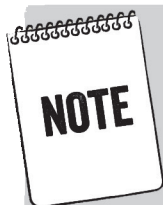
12. Invitez une des filles à lire le deuxième message clé de l'activité :

• **Nous avons toutes le droit de tomber enceinte par choix, pas par hasard ou obligation. En fait, chaque personne a deux droits importants : le droit d'avoir des relations sexuelles sans vouloir avoir d'enfants ; Et le droit de décider librement si, quand et combien d'enfants.**

En plénière : Penser aux mères adolescentes (15 min)

13. Avant d'avancer, conduisez une brève discussion autour des questions suivantes :

- **Connaissez-vous des filles de votre âge qui sont enceintes ou qui ont déjà un enfant ?**
- **Pensez-vous que ces filles ont choisi de devenir enceintes ? Pourquoi ?**
- **Comment traiter une fille de votre âge qui est enceinte ou qui a un enfant ?**
- **Est-ce que tout le monde dans vos communautés traite ces filles bien ? Que leur arrive-t-il ?**



Si vous avez des mères adolescentes ou des filles enceintes dans votre groupe, assurez-vous qu'elles se sentent incluses dans cette conversation sans être jugées par eux-mêmes ou par les autres filles. Vous voudrez peut-être leur parler avant l'activité pour expliquer le contenu et les encourager à partager ne veulent que se sentir à l'aise de partager, et de s'assurer de défendre leurs droits. Assurez-vous de ne pas utiliser un langage qui renforce la stigmatisation ou la discrimination à l'encontre des mères adolescentes, et de corriger toute fille qui utilise une telle langue.

14. Tout au long de cette conversation, assurez-vous d'appuyer les filles dans la compréhension que les choix des filles autour de la grossesse sont souvent limités, et que les droits de ces filles doivent également être défendus.

15. Complétez la conversation en présentant le troisième message clé de l'activité et demandez à une fille de le lire à haute voix :

• **Les mères adolescentes ont aussi des droits ! Être une mère adolescente crée de nombreux obstacles pour les filles, mais il ne doit jamais l'isoler ou l'empêcher d'atteindre son potentiel. Il est important pour toutes les filles d'avoir une attitude positive à l'égard de tous ses pairs, y compris les filles qui sont enceintes ou sont déjà des mères.**

ASTUCE! Pensez à avoir une pause d'au moins dix minutes à ce stade pour permettre aux filles de recentrer leur attention !



En plénière : Mythes et faits sur la prévention de la grossesse (40 min)

16. Commencez cette section de l'activité en demandant : Qu'est-ce que vous avez entendu parler de certaines façons de prévenir la grossesse ? Encouragez-les à évoquer toutes les façons dont ils ont entendu, même s'ils pensent que c'est stupide ou savent que c'est faux. Notez chaque « méthode » mentionnée par les filles sur un tableau à feuilles mobiles.

17. Ensuite, expliquez que vous allez maintenant regarder cette liste pour séparer les mythes des faits sur la contraception, ou les moyens de prévenir la grossesse. Descendez la liste, et avec un marqueur d'une couleur différente, écrivez « M » pour le mythe ou « F » pour le fait. Demandez aux filles de vous aider si elles savent si quelque chose est un mythe ou un fait. Assurez-vous que seules les méthodes décrites dans la feuille de facilitation BIH4 sont marquées comme des faits.

ÉTAPES À SUIVRE :

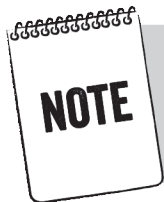


ASTUCE! Assurez-vous de ne pas ridiculiser toute méthode évoquée par une fille, si farfelue qu'elle puisse paraître. Rappelez-vous que cela pourrait prendre du temps pour les filles d'accepter que certaines croyances profondément enracinées dans leur communauté ne sont pas vraies

18. Distribuez le document BIH4 afin de démystifier certains des mythes que les filles évoquent et couvrent le reste de la feuille.

ASTUCE! Reportez-vous à la section Définition de la scène pour savoir pourquoi il est si important de distinguer les mythes des faits et expliquer cela aux filles.

19. Ensuite, expliquez qu'il existe de nombreuses méthodes différentes pour prévenir la grossesse. Certains sont plus efficaces et plus sûrs que d'autres. Apportez les exemples que vous avez apportés des méthodes contraceptives disponibles dans votre communauté pour que les filles puissent les voir et les toucher, et utilisez la feuille de facilitation BIH4 pour vous aider à décrire les différentes méthodes. Si vous avez invité un orateur invité à discuter des méthodes contraceptives avec les filles, demandez-lui d'expliquer les différentes méthodes.



Il est important que les filles comprennent que les méthodes discutées aujourd'hui concernent la prévention de la grossesse – et que seuls les préservatifs peuvent prévenir les grossesses et protéger contre le VIH ou les IST! Faites-leur savoir que nous allons en apprendre davantage sur la prévention du VIH et des IST dans la prochaine activité.

20. Demandez aux filles si elles ont d'autres questions sur la prévention des grossesses non désirées, et faites de votre mieux pour y répondre.

En plénière : Résumer et conclure ! (10 minutes)

21. Passez en revue les questions du questionnaire secret qui se rapportent à cette activité. Après chacun, demandez si une des filles peut répondre à la question. Si elles ne peuvent pas, fournissez la réponse vous-même.

22. Enfin, utilisez le tableau à feuilles mobiles que vous avez préparé à l'avance pour présenter la tâche à emporter de l'activité.

23. Prévoyez un peu de temps supplémentaire pour que les filles ajoutent des questions à la boîte des questions secrètes avant leur départ.



Écrivez-le ! Dans vos journaux, écrivez une lettre à une mère adolescente qui pourrait connaître des choses dont nous avons discuté dans cette activité, y compris sentiment isolé de ses pairs ou inquiets de son avenir. Que pourrais-tu dire pour qu'elle se sente mieux et sache qu'elle est soutenue par les filles de ton club ?

DOCUMENT BIH-B : MYTHES ET VÉRITÉS SUR LA REPRODUCTION ET LA CONTRACEPTION¹³



Mythes et vérités sur la reproduction et la contraception sont réelles, réelles et peuvent être prouvées. Par exemple, si vous lancez une balle dans l'air, elle descendra. Les « mythes » sont des idées, des croyances ou des croyances que les gens créent, mais sont trompeuses et peuvent conduire les filles à faire du mal.

MYTHE : SI UN GARÇON N'ÉJACULE PAS PENDANT LES RAPPORTS SEXUELS OU NE SE RETIRE AVANT L'ÉJACULATION, UNE FILLE NE TOMBE PAS ENCEINTE

VÉRITÉ : Une petite quantité de liquide sort du pénis bien avant l'éjaculation. Ce liquide contient toujours du sperme, qui transporte le sperme et pourrait entraîner une grossesse.

MYTH : VOUS NE POUVEZ PAS TOMBER ENCEINTE LA PREMIÈRE FOIS QUE VOUS AVEZ DES RAPPORTS SEXUELS.

VÉRITÉ : Si une fille a commencé son cycle menstruel, elle peut devenir enceinte, si c'est sa première fois avoir des rapports sexuels ou non. En fait, les filles peuvent tomber enceinte, même si elles n'ont pas encore vu leur sang menstruel, car elles vont ovuler avant d'avoir leur première période.

MYTHE : UNE FILLE NE PEUT PAS TOMBER ENCEINTE SI ELLE A DES RAPPORTS SEXUELS PENDANT QU'ELLE A SES RÈGLES.

VÉRITÉ : Le sperme peut vivre jusqu'à cinq jours à l'intérieur du col, et les cycles des filles ne sont pas toujours réguliers. Par conséquent, avoir des rapports sexuels pendant sa période n'est pas un moyen sûr d'éviter la grossesse.

MYTHE : LE LAVAGE DU VAGIN APRÈS LES RAPPORTS SEXUELS EMPÊCHERA UNE GROSSESSE.

VÉRITÉ : Le sperme peut se déplacer très rapidement vers les trompes de Fallope et fertiliser l'œuf. Bien qu'il soit important de laver la vulve externe régulièrement, le lavage à l'intérieur du vagin peut être nocif pour les tissus vaginaux sensibles.

MYTHE : SI UNE FILLE NE VEUT PAS VRAIMENT DEVENIR ENCEINTE, ELLE NE LE DEVIENDRA PAS.

VÉRITÉ : Espérer éviter la grossesse ne fonctionne pas. Les filles et leurs partenaires doivent prendre des mesures réelles pour éviter les grossesses non désirées. Actuellement, les seules méthodes efficaces pour éviter la grossesse sont les méthodes de barrière, comme les condoms masculins et féminins ; Les méthodes hormonales ou chimiques, telles que la pilule ou les DIU; Et des méthodes permanentes, comme la vasectomie ou la stérilisation féminine.

MYTHE LOCAL : _____

VÉRITÉ : _____

MYTHE LOCAL : _____

13. Adapté du programme des garçons et des filles d'AMOR

DOCUMENT DE TRAVAIL BIH-C : POURQUOI PRÉVENIR LES GROSSESSES CHEZ LES ADOLESCENTES ?¹⁴



SON ÉDUCATION :

- Beaucoup de filles qui tombent enceintes doivent abandonner l'école, soit en raison de la pression sociale, de la honte et de la stigmatisation, soit parce que ses parents, les administrateurs de l'école ou le père du bébé l'obligent à quitter l'école.
- Il est très rare et difficile pour une fille de retourner à l'école après avoir eu un enfant, car elle est maintenant responsable de prendre soin de l'enfant. Même si sa famille est capable de l'aider à prendre soin de l'enfant, on peut s'attendre à ce qu'elle obtienne un emploi pour contribuer à soutenir financièrement l'enfant.



SON CORPS ET SA SANTÉ :

- Être physiquement capable de tomber enceinte ne signifie pas que le corps d'une adolescente est prêt à avoir un enfant. Son corps est encore en développement pour être prêt à passer par une grossesse. La grossesse à un jeune âge peut avoir des effets très nocifs pour la mère et l'enfant pendant la grossesse et pendant le travail.
- Les filles qui accouchent avant l'âge de 15 ans sont 5 fois plus susceptibles de mourir lors de l'accouchement que les femmes au début de la vingtaine. Leurs enfants sont moins susceptibles de vivre au-delà de leur premier anniversaire.
- Les filles qui n'ont pas terminé leurs études sont moins en mesure de prendre soin de leur propre santé et de celle de leurs enfants.



SON DÉVELOPPEMENT ÉMOTIONNEL :

- La plupart des adolescentes ne sont pas émotionnellement prêtes à être mère. C'est une énorme responsabilité de prendre soin d'un enfant, et il peut aussi être un lourd fardeau alors qu'une fille est encore dans une phase d'apprentissage et de développement elle-même.
- Lorsqu'une adolescente a une grossesse non désirée, elle peut avoir peur ou paniquer, ce qui peut conduire à des comportements dangereux et risqués, tels que des avortements auto-induits ou un suicide.



SA SITUATION SOCIALE ET FINANCIÈRE :

- La plupart des adolescentes ne sont pas socialement prêtes à être mère. Par exemple, elles veulent encore finir leur école, passer du temps avec leurs amies et poursuivre d'autres objectifs.
- Les adolescentes continuent de compter sur leurs parents et leurs soignants sur le plan émotionnel et financier, de sorte qu'elles ne sont pas en mesure de subvenir à leurs besoins. Cela signifie que la grossesse de l'adolescente est une question familiale – plutôt qu'un individu – ce qui limite les choix individuels des filles quant à la façon de traiter la grossesse et son avenir.

- Dans certains cas, une jeune fille est obligée par sa famille d'épouser le père du bébé, ce qui restreint encore sa capacité à choisir un avenir pour elle-même.
- Une jeune fille ayant peu ou pas d'éducation a moins de compétences et de possibilités de trouver un emploi.
- Si le père est jeune lui-même, il sera également incapable de prendre la responsabilité sociale, émotionnelle et financière pour le bébé. Si le père est plus âgé, il peut ne pas être conscient ou prêt à répondre aux besoins des adolescentes.

14. Certaines informations pour le document ont été adaptées du site Web de l'Organisation mondiale de la Santé : goo.gl/FmDVjt et Girls Not Brides website : goo.gl/WM7d0t

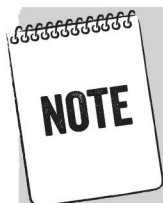
FIGE DE FACILITATION BIH4-B : MÉTHODES CONTRACEPTIVES¹⁵



MÉTHODE	QU'EST-CE QUE C'EST ET COMMENT ÇA MARCHE?	AUTRES CARACTÉRISTIQUES
MÉTHODES DE BARRIÈRE		
PRÉSERVATIF MASCULIN	Une mince gaine de latex roulé sur le pénis érection avant les rapports sexuels qui empêche le sperme d'entrer dans le vagin.	<ul style="list-style-type: none"> C'est l'une des deux méthodes qui offrent une double protection, contre la grossesse et l'infection, ainsi peut également protéger contre l'infertilité et le cancer du col de l'utérus. Elle permet aux hommes et aux garçons de se protéger et de protéger leurs partenaires. Il est facilement disponible. Il doit être mis sur pendant l'activité sexuelle avant le rapport sexuel. Certaines personnes trouvent qu'il réduit la sensation. Il peut se briser ou fuir, surtout s'il est utilisé de façon incorrecte.
PRÉSERVATIF FÉMININ	Gaine en plastique lubrifié avec deux anneaux. L'un reste à l'extérieur du vagin, couvrant une partie des lèvres, et l'autre est placé dans le vagin, couvrant le col. Il forme une poche qui recueille le sperme.	<ul style="list-style-type: none"> C'est l'une des deux méthodes qui offrent une double protection, contre la grossesse et l'infection, ainsi peut également protéger contre l'infertilité et le cancer du col de l'utérus. Il peut être inséré des heures avant le début de l'activité sexuelle. Elle permet aux femmes et aux filles de se protéger et de protéger leurs partenaires. Elle est perceptible pendant les rapports sexuels, et l'insertion peut nécessiter une pratique. Il est cher par rapport au préservatif masculin.
DIAPHRAGME	Une tasse de caoutchouc souple et peu profonde qui est remplie de Spermicide et insérée dans le vagin avant les rapports sexuels. Il couvre le col de l'utérus pour empêcher l'entrée des spermatozoïdes et le spermicide tue les spermatozoïdes.	<ul style="list-style-type: none"> Il peut être inséré avant le début de l'activité sexuelle. Il n'est pas largement disponible. Il peut être délogé pendant les rapports sexuels. Il doit être installé par un fournisseur de soins de santé. N'offre pas de protection contre les IST / VIH.
CAPSULE CERVICALE	Une coupelle en latex qui est insérée dans le vagin, ajustée sur le col de l'utérus et maintenue en place par aspiration pour bloquer le sperme. Il doit être utilisé avec un spermicide.	<ul style="list-style-type: none"> Il peut être inséré avant le début de l'activité sexuelle. Il n'est pas largement disponible. Il peut être délogé pendant les rapports sexuels. Il doit être équipé par un professionnel de la santé N'offre pas de protection contre les IST / VIH.
SPERMICIDES	Mousses, crèmes, gelées, films ou suppositoires chimiques insérés dans le vagin avant les rapports sexuels, créant une barrière et tuant le sperme. Un spermicide peut être utilisé seul ou avec une méthode de barrière, comme un préservatif, pour augmenter son efficacité.	<ul style="list-style-type: none"> L'utilisation répétée de spermicides nonoxynol-9 (N-9) peut entraîner des lésions génitales, ce qui peut augmenter le risque de transmission du VIH. Ils ne doivent pas être utilisés par des filles ou des femmes à haut risque d'infection par le VIH. Certains sont désordonnés. N'offre pas de protection contre les IST / VIH.
MÉTHODES QUI CHANGENT LES HORMONES OU D'AUTRES RÉACTIONS CHIMIQUES CHEZ LES FILLES ET LES FEMMES		
CONTRACEPTIFS ORAUX (LA PILULE)	Petites pilules contenant des hormones synthétiques (œstrogène et progestatif, ou seulement progestatif) qui empêchent l'ovulation et interfèrent dans la migration des spermatozoïdes en épaississant le mucus cervical. Ils sont pris tous les jours par la femme ou la fille pendant 21 ou 28 jours, selon la marque et le type.	<ul style="list-style-type: none"> Il n'exige pas que les filles ou les femmes insèrent ou appliquent quoi que ce soit au moment des relations sexuelles. Il peut réduire les crampes menstruelles et le risque de certains types de cancer, d'anémie, de problèmes de sein et de maladie inflammatoire pelvienne. La femme ou la jeune fille doit se rappeler de prendre la pilule régulièrement. En règle générale, la fertilité reprend rapidement après que la femme ou la fille cesse de prendre la pilule ou manque une pilule. N'offre pas de protection contre les IST / VIH.

15. Adapté de : Population Council (2011) It's All One Curriculum : Directives et activités pour une approche unifiée de la sexualité, du genre, du VIH et de l'éducation aux droits de la personne.

MÉTHODE	QU'EST-CE QUE C'EST ET COMMENT ÇA MARCHE?	AUTRES CARACTÉRISTIQUES
INJECTABLES	Injectable à intervalles réguliers, généralement tous les trois ou trois mois, contenant du progestatif, hormone synthétique qui empêche l'ovulation et épaissit le mucus cervical.	<p>La méthode peut être utilisée sans la connaissance des autres.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Il n'impose pas à la femme ou à la fille d'insérer ou d'appliquer quoi que ce soit au moment des relations sexuelles. • Il peut diminuer le risque de certains types de cancer. • La fertilité reprend quelques mois après l'arrêt de l'utilisation. • N'offre pas de protection contre les IST / VIH.
ANNEAU VAGINAL	Anneau mince, souple et flexible inséré dans le vagin par la fille ou la femme. Il libère lentement l'œstrogène et le progestatif, stoppant l'ovulation et épaississant le mucus cervical.	<p>Il n'impose pas à la femme ou à la fille d'insérer ou d'appliquer quoi que ce soit au moment des relations sexuelles.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Après que la fille ou la femme cesse de l'utiliser, la fertilité revient immédiatement. • N'offre pas de protection contre les IST / VIH.
PATCH CONTRACEPTIF	Un petit patch adhésif appliqué sur la peau qui libère lentement progestatif et œstrogène à travers la peau pour prévenir l'ovulation et épaissir le mucus cervical.	<ul style="list-style-type: none"> • Il n'impose pas à la femme ou à la fille d'insérer ou d'appliquer quoi que ce soit au moment des relations sexuelles. • Il est moins efficace pour les femmes ou les filles pesant plus de 90 kilos (198 lb.). • Après que la femme ou la fille cesse de l'utiliser, la fertilité revient rapidement. • N'offre pas de protection contre les IST / VIH.
IMPLANTS	Un ou deux petits bâtonnets souples implantés dans le bras de la jeune fille ou de la femme qui libèrent une faible dose stable de progestatif sur une période de trois à cinq ans. Épaissit le mucus cervical et inhibe l'ovulation.	<p>Les implants peuvent être enlevés à tout moment, mais ils doivent être insérés et enlevés par un fournisseur qualifié.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Il n'impose pas à la femme ou à la fille d'insérer ou d'appliquer quoi que ce soit au moment des relations sexuelles. • La fertilité reprend immédiatement après le retrait. • N'offre pas de protection contre les IST / VIH.
DISPOSITIFS INTRA-UTÉRINS (DIU)	Petits appareils, généralement en forme de T, qui sont placés dans l'utérus par un fournisseur de soins de santé. Certains DIU libèrent du progestatif (une hormone), tandis que d'autres contiennent du cuivre, ce qui a des effets anti fertilité. Ils empêchent le sperme d'atteindre l'œuf. Certains types de DIU peuvent fonctionner aussi longtemps que dix ans.	<ul style="list-style-type: none"> • Il n'impose pas à la femme ou à la fille d'insérer ou d'appliquer quoi que ce soit au moment des relations sexuelles. • Si une infection est présente pendant l'insertion ou si les conditions d'insertion ne sont pas stériles, l'insertion peut entraîner une infection pelvienne et un risque accru d'infertilité. • Le corps expulse parfois le DIU. • Il doit être inséré et retiré par un fournisseur qualifié. • N'offre pas de protection contre les IST / VIH.
MÉTHODES PERMANENTES		
VASECTOMIE / STÉRILISATION MALE	Opération simple et ambulatoire dans laquelle le canal déférent est coupé et lié. Le sperme est alors inoffensivement réabsorbé dans le corps de l'homme, plutôt que d'entrer dans le sperme.	<ul style="list-style-type: none"> • Il ne change pas la capacité d'un homme d'avoir des relations sexuelles, de ressentir un plaisir sexuel ou d'éjaculer. • La vasectomie n'est efficace que trois mois après la chirurgie. • C'est une méthode permanente. • N'offre pas de protection contre les IST / VIH.
STÉRILISATION FEMININE / STÉRILISATION TUBAIRE	Une procédure chirurgicale pour couper et attacher (ligature des trompes) ou bloquer, les trompes de Fallope, empêchant le sperme et l'œuf de se rencontrer.	<ul style="list-style-type: none"> • Elle ne change pas la capacité d'une femme à avoir des rapports sexuels ou à ressentir le plaisir sexuel. • C'est une méthode permanente. • N'offre pas de protection contre les IST / VIH. • Les femmes ne devraient jamais être forcées ou contraintes d'utiliser cette méthode permanente.



Il existe d'autres méthodes, connues sous le nom de « méthodes naturelles » qui incluent la méthode de la lactation, le retrait, le calendrier / rythme, ou la sensibilisation à la fertilité, qui exigent des comportements spécifiques et une compréhension de son corps. Ces méthodes ne sont pas incluses dans ce tableau en raison de leur efficacité très limitée. Il serait trompeur et inefficace d'encourager les filles à se fier à de telles méthodes pour éviter les grossesses non désirées.

ACTIVITÉ 4 :

PRÉVENIR LES IST

Les filles travaillent en groupes pour préparer des affiches sur les infections sexuellement transmissibles, y compris le VIH / sida, et sur la façon de les prévenir. Ensuite, elles partagent cette information avec le reste du groupe en présentant leurs affiches et en répondant aux questions. En tant que tâche à emporter, les filles sont invitées à réfléchir à l'information qu'elles ont apprises dans ce module et à la façon dont elles peuvent l'utiliser.



**POUR LES
FILLES PLUS
ÂGÉES**



**1
HEURE**

DE QUOI A-T-ON BESOIN

- Tableaux à feuilles mobiles
- Des feutres
- Boîte à questions secrètes
- Document BIH-D : Données de base sur les ITS courantes (une copie par fille)
- Document BIH-E : Comment prévenir les ITS (une copie par fille)
- Document BIH-F : Faits sur le VIH / SIDA (un exemplaire par fille)



LIENS VERS KAP

- Connaît les faits de base sur les IST et le VIH / SIDA.
- Comprendre comment les IST et le VIH / SIDA peuvent être évités.



MESSAGES CLÉS

- Les filles ont le droit de se protéger contre les IST. Il est très important pour les filles de savoir comment se protéger et protéger leurs partenaires contre les IST. Être conscient des différentes infections que vous pouvez obtenir à partir de contacts sexuels non protégés ou dangereux est également important.



CONSEILS AUX FACILITATEURS

- Noter que la complexité des informations couvertes par cette activité est plus adaptée aux filles plus âgées. Si vous travaillez avec des jeunes filles, discutez de la façon d'adapter cette activité avec le conseiller de Plan et de santé, ainsi qu'avec le personnel des centres de santé locaux.
- Rechercher des brochures ou d'autres informations sur la prévention des IST au centre de santé local. Distribuer ces brochures ou d'autres informations aux filles pour les soutenir dans leur travail de groupe.
- Pensez à inviter une femme du centre de santé local à cette séance pour vous aider à faciliter l'activité. Si possible dans votre contexte, cette personne pourrait également faire une démonstration de l'utilisation correcte du préservatif. Si les préservatifs féminins sont facilement accessibles pour les filles du groupe, demandez à l'agent de santé de discuter de leur utilisation correcte.
- L'enseignement sur le VIH et le sida requiert une grande sensibilité, en particulier dans les milieux où la prévalence de l'infection est élevée. Assurez-vous que rien de ce que vous dites ne pourrait être interprété par les filles comme un jugement sur les personnes vivant avec le VIH / SIDA.
- Veillez à ce que les filles disent que cela peut refléter la stigmatisation envers les personnes vivant avec le VIH / sida et prenez le temps de décompresser ce qui se cache sous ces croyances. Est-ce une double norme sur la sexualité masculine et féminine ? Est-ce l'homophobie ? Est-ce une mauvaise information sur la façon dont les IST sont contractées ?
- Essayez d'éviter des mots comme « naturels » ou « normaux » pour décrire tous les aspects de la sexualité. Tout ce qui est considéré comme « normal » par une société est en fait une convention ou norme qui a été adopté par les membres de cette société, et varie selon les cultures et les communautés. Pour assurer les pratiques les plus sûres, les filles doivent se sentir à l'aise d'évoquer leurs questions sans se soucier qu'elles ne sont pas « normales ».



AVANT DE COMMENCER

- Passez en revue les questions de la boîte des questions secrètes que les filles ont fournies. Si elles sont pertinentes pour les IST ou le VIH / sida, les mettre de côté pour la fin de cette activité. Assurez-vous de pouvoir répondre à chaque question.
- Copiez les définitions et les explications des « MST » et du « VIH / sida » inclus dans les étapes 3 et 4 sur des tableaux à feuilles séparés.
- Copiez le message-clé de l'activité sur un tableau à feuilles mobiles. Vous l'examinerez dans la fin de cette activité.
- Copier l'travail à faire chez soi de l'activité sur un tableau à feuilles mobiles.
- Gardez toutes ces feuilles de tableau de conférence couvertes jusqu'à ce que vous en ayez besoin.

ÉTAPES À SUIVRE :

En séance plénière : Introduction (5 min)

1. Commencez par accueillir les filles à cette session, et demandez-leur de commencer par partager quelques réflexions sur leur travail à faire chez soi. Demander:

- **Avez-vous pu écrire une lettre à une fille mariée ?**
- **Est-ce que vous voulez partager quelque chose sur ce que vous avez écrit, ou sur la façon dont vous vous êtes senti en faisant cette affectation ?**

2. Expliquez que l'activité d'aujourd'hui concerne la prévention des IST et du VIH / sida.

3. Commencez par demander aux filles : Qu'est-ce qu'une IST ? Permettez à quelques filles de partager leurs idées avant d'utiliser le tableau que vous avez préparé à l'avance pour expliquer que :

- **« IST » signifie Infection sexuellement transmissible. Ce sont les infections qui se propagent le plus souvent par contact sexuel.**
- **Ces infections peuvent entraîner des maladies plus graves.**

4. Ensuite, demandez aux filles : Qu'est-ce que le VIH ? Permettez à quelques filles de partager leurs idées avant d'utiliser le tableau que vous avez préparé à l'avance pour expliquer que :

- **« VIH » signifie virus de l'immunodéficience humaine**
- **Le VIH est une infection qui peut se développer dans la maladie appelée SIDA, qui affecte la capacité du corps à combattre toute autre infection ou maladie.**
- **Le VIH peut être transmis par des activités sexuelles, mais aussi d'autres façons dont nous discuterons plus tard dans cette activité.**

5. Dites aux filles qu'elles apprendront aujourd'hui plus de détails sur les IST et le VIH / sida, et comment les prévenir.



ÉTAPES À SUIVRE :

En groupe : Création de matériel didactique (30 min)

6. Expliquez aux filles qu'elles vont créer des affiches informatives pour enseigner au groupe sur le sujet qui leur est assigné.

7. Expliquez que chaque groupe lira et discutera d'un document avant de décider comment présenter ces informations à l'aide d'une affiche et de discuter de la façon dont elles vont le présenter au groupe. Ils devraient s'assurer de couvrir toutes les informations incluses dans le document. Expliquez que vous ne voulez pas simplement lire le document. Au lieu de cela, ils devraient penser à une façon amusante de présenter l'information. Cela peut aider à réfléchir à la manière dont ils souhaitent que ces informations leur soient expliquées.

8. Utiliser un moyen amusant de diviser les filles en trois groupes et attribuer un document différent à chaque groupe. Remettez toutes les copies du document attribué au groupe afin qu'elles puissent les distribuer au reste des filles pendant leur présentation.

9. Après dix minutes environ, une fois que les filles auront eu le temps de lire le document, distribuer un tableau à feuilles mobiles et des marqueurs à chaque groupe et leur demander de consacrer environ 20 minutes à créer leur affiche.

10. Marchez autour pour vérifier comment les filles font. Assurez-vous qu'ils comprennent toutes les informations qu'ils lisent, et les soutenir dans le choix de l'information la plus cruciale à inclure dans leur affiche. Prenez le temps de répondre à toutes les questions qu'ils peuvent avoir. Assurez-vous de visiter chaque groupe au moins deux fois qu'ils travaillent.

En séance plénière : Présentations d'affiches (20 min)

11. Réunir le groupe et inviter les petits groupes à tour à tour présenter leurs affiches. Après chaque présentation, permettre au reste des filles de poser des questions sur le sujet qui a été présenté. Si le groupe ne peut pas répondre correctement, assurez-vous d'intervenir et de fournir des informations correctes, ou d'expliquer que vous recherchez la réponse si vous ne la connaissez pas. Avant de passer au groupe suivant, assurez-vous que toutes les informations ont été présentées et présentez toute information exceptionnelle pour que tout ce qui est dans le document soit couvert.

ASTUCE!

Gardez une copie de chaque document pour vous-même, afin que vous puissiez vous assurer que le groupe ait couvert toutes les informations cruciales et que les informations qu'ils présentent sont correctes.



En plénière : Résumer et conclure (5 min)

12. Prenez le temps de lire les questions du Questionnaire secret qui se rapportent à cette activité. Après chaque question, demandez si une des filles peut répondre à la question.

Si elles ne peuvent pas, fournir la réponse vous-même.

13. Apportez le feuillet à feuilles mobiles que vous avez préparé à l'avance avec le message clé de l'activité et demandez à un bénévole de le lire à haute voix.

14. Expliquez que la prochaine activité sera la dernière de ce module. Nous réfléchirons à tout ce que nous avons appris sur la santé sexuelle et reproductive, et comment les filles utiliseront cette information maintenant et à l'avenir.

15. Utilisez le tableau à feuilles mobiles que vous avez préparé à l'avance pour présenter les filles à la tâche à emporter :



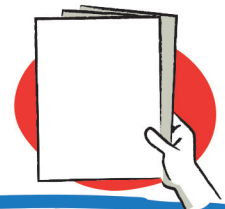
Écrivez-le ! Prenez le temps de réfléchir et d'écrire dans votre journal sur les principales choses que vous avez apprises dans ce module et comment vous pouvez utiliser cette connaissance dans votre vie. Par exemple, pensez à la façon dont cette information pourrait influencer vos choix personnels et aussi comment elle peut vous aider à soutenir vos pairs dans la prise de décisions éclairées.



STI	SYMPTÔMES POUR LES FILLES ET LES FEMMES	SYMPTÔMES CHEZ LES GARÇONS ET LES HOMMES	PEUT-IL ÊTRE GUÉRI ?	Y AT-IL UN VACCIN ?
CHANCRE	Les femmes et les filles ne présentent souvent pas de symptômes. Si elles le font, elles pourraient avoir des plaies douloureuses sur les organes génitaux et / ou gonflement des ganglions lymphatiques sur l'aîne.	Plaies douloureuses sur les organes génitaux; Gonflement des ganglions lymphatiques sur l'aîne.	oui	non
CHLAMYDIA	La plupart des femmes et des filles ne présentent aucun symptôme. En cas de symptômes, les constats suivants peuvent être faits : écoulement vaginal d'un pus ; sensation de brûlure ou de picotement en urinant	Les hommes et les garçons ne présentent souvent pas de symptômes. En cas de symptômes, les constats suivants peuvent être faits : Écoulement d'un pus ; Brûlure, Picotements au moment d'uriner	Oui. Non traité, il peut conduire à une maladie inflammatoire pelvienne (PID) chez les femmes et les filles. Ce qui peut conduire à l'infertilité. Les complications chez les hommes et les garçons sont assez rares.	non
GONORRHÉE	La plupart des femmes ne présentent aucun symptôme. Si elles le font, elles pourraient avoir un écoulement vaginal anormal ou une sensation de brûlure en urinant	Les hommes et les garçons éprouvent souvent une décharge ou une sensation de brûlure lorsqu'ils urinent	Oui. Non traité, il peut conduire à PID chez les femmes et les filles, et peut conduire à l'infertilité chez les femmes et les hommes.	Non
L'HÉPATITE B	Le malade peut présenter des symptômes grippaux, une jaunisse et une urine de couleur foncée. D'autres ne ressentent aucun symptôme	Le malade peut présenter des symptômes grippaux, une jaunisse et une urine de couleur foncée. D'autres ne ressentent aucun symptôme	Oui. Le malade peut présenter des symptômes grippaux, une jaunisse et une urine de couleur foncée. D'autres ne ressentent aucun symptôme	Oui
L'HERPÈS (VIRUS DE L'HERPÈS SIMPLEX)	Epidémies périodiques de plaies douloureuses sur les organes génitaux ou l'anus.	Epidémies périodiques de plaies douloureuses sur les organes génitaux ou l'anus.	Non, mais aucun symptôme ne peut être contrôlé par le traitement.	Non

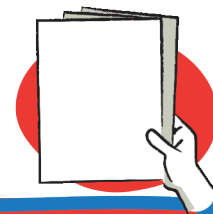
16. Population Council, (2009). Il s'agit d'un seul programme : Directives et activités pour une approche unifiée de la sexualité, du genre, du VIH et de l'éducation aux droits de la personne. P. 278

DOCUMENT BIH-D : FAITS DE BASE SUR LES IST LES PLUS COURANTES¹⁶



STI	SYMPTÔMES POUR LES FILLES ET LES FEMMES	SYMPTÔMES CHEZ LES GARÇONS ET LES HOMMES	PEUT-IL ÊTRE GUÉRI?	IS THERE A VACCINE?
VIH (VIRUS DE L'IMMUNODÉFICIENCE HUMAINE)	Le VIH n'a généralement aucun symptôme à ses débuts. Le VIH mène habituellement au sida. Les personnes atteintes du SIDA peuvent souffrir d'infections diverses, de cancers et d'autres maladies mortelles.	Le VIH n'a généralement aucun symptôme à ses débuts. Le VIH mène habituellement au sida. Les personnes atteintes du SIDA peuvent souffrir d'infections diverses, de cancers et d'autres maladies mortelles.	Non, le SIDA est une maladie chronique, finalement mortelle, mais le traitement (thérapie antirétrovirale) ralentit considérablement la progression de la maladie.	Non
HPV (VIRUS DU PAPILLOME HUMAIN)	Ne peut présenter aucun symptôme. Certaines souches causent des verrues génitales. D'autres provoquent le cancer. Cela inclut la tête, le cou, le cancer anal et le cancer du pénis.	Ne peut présenter aucun symptôme. Certaines souches causent des verrues génitales. D'autres provoquent le cancer. Cela inclut la tête, le cou, le cancer anal et le cancer du pénis.	Non, mais les symptômes peuvent être contrôlés par le traitement. Certains cancers secondaires au VPH sont traités.	Oui. Les vaccins contre le VPH peuvent protéger les mâles et les femmes contre de nombreuses souches du virus.
SYPHILIS	Commence par une ou plusieurs plaies indolores sur les organes génitaux, le rectum ou la bouche. La deuxième étape peut produire des éruptions cutanées, des lésions sur les membranes muqueuses, de la fièvre, et le malaise. La maladie s'aggrave quand ces symptômes disparaissent.	Commence par une ou plusieurs plaies indolores sur les organes génitaux, le rectum ou la bouche. La deuxième étape peut produire des éruptions cutanées, des lésions sur les membranes muqueuses, de la fièvre, et le malaise. La maladie s'aggrave quand ces symptômes disparaissent.	Oui, si traité Non à ses débuts. Sans traitement, l'infection reste dans le corps. Le stade tardif de la syphilis inclut les dommages aux organes internes et peut être mortel.	Non
TRICHOMONASE (TRICHOMONAS OU « TRICK »)	Les femmes et les filles peuvent éprouver des écoulements vaginaux mousseux, jaune-vert avec une forte odeur. Peut également causer des démangeaisons ou des malaises pendant les rapports sexuels et la miction.	Les hommes et les garçons ne présentent habituellement aucun symptôme ; Parfois une décharge légère ou légère brûlure avec la miction ou l'éjaculation.	Oui	Non

DOCUMENT DE TRAVAIL BIH-E : COMMENT PRÉVENIR LES IST¹⁷



QU'EST-CE QUE LES INFECTIONS SEXUELLEMENT TRANSMISSIBLES ?

Les infections sexuellement transmissibles (IST) sont des infections transmises principalement par le contact sexuel, y compris les relations vaginales, orales et anales. Une variété d'organismes différents peut provoquer une IST. Certains parasites tels que les poux du pubis et la gale peuvent également être transmis par contact sexuel. Les IST font partie d'un groupe plus large d'infections connues sous le nom d'infections du tractus génital, ou RTI.

LES INFECTIONS NE SONT-ELLES TRANSMISES QUE PAR LE SEXE ?

Certaines IST peuvent être transmises par contact cutané. Certains sont transmis par l'échange de fluides corporels tels que la salive ou le sperme ou le sang. Certains peuvent être transmis à un bébé avant qu'il soit né, pendant l'accouchement ou par l'allaitement.

QUELLES SONT LES CONSÉQUENCES DES IST ?

Les IST peuvent avoir des conséquences graves pour la santé des hommes et des femmes. Beaucoup d'IST courantes sont difficiles à détecter chez les femmes, cependant, et certaines ont des conséquences plus graves pour les femmes que pour les hommes. Par exemple, la propagation de la chlamydia ou de la gonorrhée aux organes reproducteurs supérieurs (utérus, trompes de Fallope et ovaires) est une cause fréquente d'infertilité chez les femmes. L'infection par certaines IST augmente la probabilité d'acquérir ou de transmettre une infection par le VIH. Certaines IST, mais pas toutes, sont guérissables. D'autres, comme le VIH, ne le sont pas. Le traitement précoce élimine ou réduit les conséquences de la plupart des IST.



Les tests précoces sont importants. Une personne diagnostiquée avec une IST peut obtenir un traitement et peut aider ses partenaires récents à être testé ainsi. Un couple ne devrait pas reprendre l'activité sexuelle tant que les deux partenaires n'ont pas été testés et n'ont pas suivi le traitement nécessaire. Étant donné que certaines ITS n'apparaissent pas immédiatement dans les résultats des tests, un test de répétition peut s'avérer nécessaire.

COMMENT LES PERSONNES PEUVENT-ELLES ÉVITER L'ACQUISITION OU LA TRANSMISSION D'IST ?

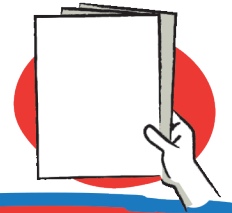
- Utiliser des préservatifs masculins ou féminins et éviter tout contact sexuel permettant la transmission d'une infection. Les préservatifs protègent contre la plupart des IST (y compris le VIH). Ils ne protègent pas contre toutes les IST.
- Découvrez si vous avez une IST en étant testé par un fournisseur de soins de santé.
- Si vous avez une IST, obtenez un traitement et informez tous vos partenaires sexuels récents afin qu'ils puissent également être testés.
- Découvrez si votre partenaire a une IST, et si oui, assurez-vous qu'il ou elle est testée et traitée.
- Discutez avec votre partenaire des façons d'être sexuellement intimes qui n'impliquent pas le risque de transmettre une infection.
- Obtenir une vaccination pour les IST qui peuvent être évitées. À l'heure actuelle, il existe un vaccin contre l'hépatite B et le virus du papillome humain (VPH).

QUAND UNE PERSONNE DOIT-ELLE SUBIR UN TEST D'IST ?

Une personne est à risque d'acquérir une IST et doit être testée si elle a un ou plusieurs des éléments suivants :

- Symptômes d'une IST
- Un partenaire sexuel qui a une ITS ou qui a des signes d'IST. Plus d'un partenaire sexuel. Un nouveau partenaire dans les trois derniers mois. Un partenaire qui a ou peut avoir d'autres partenaires sexuels. Un partenaire qui vit ailleurs ou voyage souvent et peut donc avoir d'autres partenaires sexuels.

17. Population Council. (2009). Il s'agit d'un seul programme : Directives et activités pour une approche unifiée de la sexualité, du genre, du VIH et de l'éducation aux droits de la personne. P. 277



LE VIH (VIRUS DE L'IMMUNODÉFICIENCE HUMAINE) ET LE SIDA (SYNDROME D'IMMUNODÉFICIENCE ACQUISE)

QUELLE EST LA DIFFÉRENCE ENTRE LE VIH ET LE SIDA ?

Le VIH (virus de l'immunodéficience humaine) est un virus qui attaque et détruit le système immunitaire d'une personne.

Lorsque le système immunitaire devient faible du VIH, le corps ne peut plus lutter contre la maladie et peut développer graves, souvent mortelles, les infections et les cancers. Cette affection est connue sous le nom de SIDA (syndrome d'immunodéficience acquise). Les personnes atteintes du VIH peuvent également être diagnostiquées avec le SIDA si leurs analyses de sang montrent que leurs cellules qui combattent les maladies sont tombées en dessous d'un certain nombre.

COMMENT LE VIH EST-IL TRANSMIS ?

Le VIH est présent dans les fluides corporels des personnes infectées par le virus. Une personne séropositive peut transmettre le virus à d'autres par le biais de :

- Le sperme (y compris le pré-éjaculat)
- sécrétions vaginales
- Lait maternel
- Sang

Avoir une autre infection sexuellement transmissible peut augmenter le risque de contracter ou de transmettre le VIH pendant les rapports sexuels.

COMMENT LE VIH NE SE TRANSMET PAS ?

Le VIH ne peut pas être transmis par :

- toucher, embrasser, éternuer, tousser
- partager des aliments, des boissons ou des ustensiles,
- le contact quotidien au travail, à l'école ou à la maison;
- Piscines
- Toilettes publiques
- Piqûres d'insectes
- Salive, larmes ou sueur
- L'urine et les selles (à moins qu'elles ne contiennent du sang)

COMMENT PRÉVENIR LE VIH ?

À ce jour, aucun vaccin ni aucune cure pour le VIH n'a été développé, donc la prévention est essentielle.

Transmission sexuelle:

• **Préservatifs** : La transmission sexuelle peut être évitée en s'abstenant de rapports sexuels non protégés ou en utilisant des préservatifs masculins ou féminins pour chaque relation sexuelle.

• **Monogamie** : Cette approche ne fonctionne que si les deux partenaires sont monogames et si les deux partenaires sont séropositifs. Malheureusement, beaucoup de gens ignorent qu'ils - ou leur partenaire - sont déjà infectés par le VIH. De plus, personne ne peut garantir que son partenaire n'aura jamais d'autre partenaire sexuel. Pour ces raisons, l'approche « être fidèle » comporte de nombreux risques.

Transmission par aiguille :

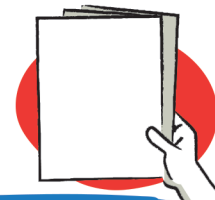
La transmission de l'aiguille par le partage d'une aiguille infectée peut également être évitée en n'utilisant que des aiguilles nouvelles ou stériles pour toutes les injections ou piercing de la peau.

Transmission de la mère à l'enfant :

Les femmes enceintes doivent toujours être testées pour le VIH. Les femmes enceintes séropositives peuvent prendre des médicaments préventifs pour réduire le risque que leur bébé soit infecté par le VIH pendant la grossesse et la naissance. La transmission du virus de la mère au bébé peut également se produire après l'accouchement par l'allaitement maternel. HIV-

Les mères positives doivent demander l'avis d'un fournisseur de soins de santé afin de prévenir la transmission de l'infection pendant la grossesse et l'accouchement, et aussi d'apprendre des options d'alimentation appropriées pour leur nouveau-né.

18. Information pour cette fiche d'information adaptée du Population Council. (2009). Il s'agit d'un seul programme : Directives et activités pour une approche unifiée de la sexualité, du genre, du VIH et de l'éducation aux droits de la personne; Et Population Council. (2013). Programme de compétences et de santé pour le Programme d'autonomisation des adolescentes (AGEP).



L'INFECTION PAR LE VIH PEUT-ELLE ÊTRE GUÉRIE OU TRAITÉE ?

L'infection par le VIH ne peut pas être guérie, mais elle peut être traitée. Le traitement actuel pour le VIH est appelé le traitement anti-rétroviral (ART). ART est une combinaison de médicaments qui réduit le niveau du virus VIH. Dans le sang et ralentit la destruction du système immunitaire. ART a amélioré la qualité et la durée de vie de nombreuses personnes atteintes du VIH. Ces médicaments réduisent également la maladie et la mort en raison du sida, le stade le plus avancé du VIH.

COMMENT UNE PERSONNE PEUT-ELLE SAVOIR SI ELLE – OU SON PARTENAIRE SEXUEL – A LE VIH ?

La seule façon de savoir si vous avez été infecté par le VIH est de passer un test de dépistage du VIH. La seule façon de savoir si votre partenaire sexuel est séropositif est si il ou elle passe un test de dépistage du VIH et partage le résultat avec vous. Des millions de personnes séropositives se sentent et ont l'air en bonne santé, n'ont aucun symptôme et n'ont aucune idée qu'elles transmettent le virus à d'autres. Une personne qui a subi un test de dépistage du VIH, mais qui soupçonne qu'il a récemment été exposé au virus, devrait le faire de nouveau dans quelques mois.

POURQUOI LES GENS DEVRAIENT-ILS ÊTRE TESTÉS POUR LE VIH ?

Être testé pour le VIH est important pour de nombreuses raisons.

- Obtenir un résultat de test négatif peut apporter un soulagement énorme à une personne. Il peut également encourager cette personne à pratiquer un comportement sexuel plus sûr à l'avenir.
- Les personnes séropositives peuvent commencer à chercher des soins et des traitements.
- Le traitement peut améliorer la qualité de vie et prolonger de façon significative la vie d'une personne séropositive.

- Ceux qui sont testés peuvent également informer et protéger leurs partenaires sexuels.
- Pour une femme qui est – ou qui voudrait devenir – enceinte, il est important de connaître son statut sérologique pour qu'elle puisse prendre des mesures, si nécessaire, pour réduire le risque de transmission à son bébé.

QUEL SOUTIEN EST REQUIS POUR LES PERSONNES VIVANT AVEC LE VIH ET LE SIDA ?

Quand les gens découvrent qu'ils sont séropositifs, ils peuvent se sentir effrayés, confus et déprimés. Être infecté par le VIH est un changement de vie, et il faut du temps pour s'adapter à la connaissance.

- Les personnes vivant avec le VIH ont besoin d'un solide système de soutien affectif, qui peut comprendre les parents, leur conjoint ou leurs partenaires, d'autres membres de la famille, des amis, des conseillers, des travailleurs sociaux, d'autres personnes vivant avec le VIH et le sida ou des chefs religieux ou spirituels.
- Ils ont besoin de trouver un médecin qui se soucie, respectueux et bien informés sur le VIH et le SIDA, et d'avoir accès à un traitement médical quand ils en ont besoin.
- Ils doivent apprendre le plus possible au sujet du VIH et du sida et comment protéger leur propre santé et celle de leurs partenaires sexuels.
- Pour rester aussi en bonne santé que possible, ils doivent bien manger, faire régulièrement de l'exercice, se reposer adéquatement, éviter de fumer et boire trop d'alcool et éviter d'utiliser des drogues récréatives.
- Plus important encore, en pratiquant toujours des rapports sexuels protégés, ils peuvent se protéger contre d'autres infections sexuellement transmissibles et éviter d'infecter d'autres personnes infectées par le VIH.

ACTIVITÉ 5 : NOTRE SANTÉ, NOS VIES

Les filles réfléchissent à ce qu'elles ont appris dans ce module et créent des sketches pour montrer comment elles peuvent utiliser cette information pour prendre de bonnes décisions. Ensuite, ils passent en revue un document contenant des renseignements sur les services de santé sexuelle et génésique et sur les fournisseurs d'information qui leur sont offerts. L'activité se termine par une célébration pour compléter ce module !



TOUS ÂGES



1 HEURE
& 15 MINUTES

DE QUOI A-T-ON BESOIN

- Tableau à feuilles et marqueurs
- Vêtements et accessoires de fantaisie
- Boîte de questions secrètes
- Document BIH-G : Fournisseurs de services de santé sexuelle et génésique (un exemplaire par fille)
- Document BIH-H : Messages clés sur l'information sur la santé sexuelle et génésique (un exemplaire par fille)

LIENS VERS KAP

Peut prendre des décisions éclairées sur la santé sexuelle et reproductive. Sait quels fournisseurs de services de santé sexuelle et reproductive sont à sa disposition.



MESSAGES CLÉS

- Une information correcte sur la santé sexuelle et reproductive permet aux filles de prendre de meilleures décisions sur leur corps et leur santé. Suivre ces trois étapes peut nous aider à prendre de bonnes décisions : 1) arrêter et penser 2) connaître les faits 3) considérer les conséquences.
- Les filles ont droit à des services d'information et de santé sexuelle et génésique adaptés aux filles. Savoir où ils sont et quels services ils sont censés fournir peut aider les filles à réclamer ce droit.



CONSEILS AUX FACILITATEURS

- C'est la dernière activité de ce module. Assurez-vous de planifier une fête pour les filles à la fin !
- Au cours des activités, vous aurez répondu à la plupart des questions que les filles ont posées dans la boîte des questions secrètes. S'il reste des questions qui ne correspondent pas aux thèmes des activités précédentes, assurez-vous de les répondre ici.



AVANT DE COMMENCER

- Prendre le temps de rechercher quelles institutions fournissent des services et des informations sur la santé sexuelle et génésique aux filles dans les communautés où elles vivent ou à proximité. Recueillez ces informations et utilisez-les pour remplir le document BIH-G.
- Récupérez le tableau à feuilles mobiles avec l'assignation à la dernière activité ou copiez-le à nouveau sur un tableau à feuilles mobiles.
- Copier les trois étapes pour une bonne prise de décision sur un tableau à feuilles mobiles à utiliser à l'étape 6 : 1) Arrêter et réfléchir 2) Connaître les faits 3) Envisager les conséquences.
- Copiez les questions que vous allez utiliser à l'étape 8 sur un tableau à feuilles mobiles.
- Copiez les Messages clés de l'activité sur des feuilles de tableau mobiles séparées.
- Gardez toutes les feuilles couvertes jusqu'à ce que vous soyez prêt à les utiliser.

ÉTAPES À SUIVRE :

En séance plénière : Introduction (10 min)

1. Accueillir les filles à la dernière activité du module Renseignement sur la santé sexuelle et reproductive. Expliquez qu'aujourd'hui, ils discuteront de la façon dont ils peuvent utiliser l'information qu'ils ont appris sur leur santé sexuelle et reproductive.
2. Tout d'abord, demandez aux filles ce qui leur a été confié : Pouvez-vous réfléchir à la manière dont vous allez utiliser les informations que vous avez apprises tout au long de ce module ? Permettez à deux ou trois filles de partager leurs idées avant d'expliquer que nous allons examiner de plus près leur mission dans la prochaine étape.

En groupes et en plénière : Prendre des décisions concernant notre santé sexuelle et reproductive (35 min)

3. Ensuite, utilisez un moyen amusant de diviser les filles en groupes de quatre ou cinq.
4. Apportez le tableau à feuilles mobiles avec la tâche à emporter de la dernière activité. Demandez aux filles de prendre 10 minutes pour partager les réflexions qu'ils ont écrit dans leurs journaux pour leur travail à faire chez soi avec les autres filles dans leur groupe.
5. Quand le temps est écoulé, demandez aux groupes de penser à une situation liée à la santé sexuelle ou à la santé génésique dans laquelle une fille peut avoir besoin de prendre une décision. Expliquez que chaque groupe préparera un sketch de 3 minutes pour représenter cette situation, et de dépeindre une fille en passant par les trois étapes à la bonne prise de décision qu'ils ont appris avant : 1) Arrêter et réfléchir 2) Connaître les faits 3) Envisager les conséquences.
6. Une fois que chaque groupe choisit son scénario, utilisez le tableau que vous avez préparé à l'avance pour l'inviter à réfléchir sur les trois étapes de la bonne prise de décision qu'il a apprises dans l'activité BAS7 : Apprendre à prendre une décision à partir du module Assurance. Demandez-leur de considérer comment les nouvelles informations qu'ils ont appris dans ce module les aideront à passer par les étapes et à travailler l'information dans leurs sketches.
7. Donner aux filles 10 minutes pour mettre leur sketch ensemble et le pratiquer à quelques reprises.

8. Revenez ensemble en groupe et invitez chaque groupe à présenter son sketch. Après chaque présentation, demandez:
 - Quels renseignements sur la santé sexuelle et la santé génésique ont-ils utilisés dans ce sketch ?
 - Comment cette information a-t-elle influencé la ou les décisions prises ?
 - Y a-t-il d'autres informations de ce module qui pourraient être utilisées dans ce scénario ?



ÉTAPES À SUIVRE :

En plénière : Qui peut nous soutenir dans notre santé sexuelle et reproductive ? (15 min)

9. Apportez le tableau à feuilles mobiles avec le premier message clé et demandez à un bénévole de le lire à haute voix.

• Une information correcte sur la santé sexuelle et reproductive permet aux filles de prendre de meilleures décisions sur leur corps et leur santé. Suivre ces trois étapes peut nous aider à prendre de bonnes décisions : 1) arrêter et penser 2) connaître les faits 3) considérer les conséquences.

10. Commencez cette section de l'activité en demandant : Savez-vous où vous pouvez aller pour en savoir plus sur la santé sexuelle et reproductive ou pour obtenir de l'aide médicale pour de tels problèmes de santé ?

11. Notez les places et les personnes mentionnées par les filles sur un tableau à feuilles mobiles.

12. Distribuer le document BIH-G, et donner aux filles quelques minutes pour examiner les informations que vous avez recueillies.

13. Prenez le temps de comparer la liste des noms et des établissements proposés par les filles avec ceux énumérés dans le document, en soulignant les différences majeures.

14. Rappeler aux filles que toutes les institutions énumérées dans le document ont l'obligation de soutenir les filles ayant tous leurs besoins en matière de santé sexuelle et génésique. Toutefois, il se peut que les filles aient parfois de la difficulté à aller dans de tels endroits.

15. Conduire une conversation sur les différents obstacles auxquels les filles peuvent faire face en essayant d'accéder à l'information et aux services de santé sexuelle et reproductive en utilisant ces questions :

- Avez-vous, ou toute autre jeune fille que vous connaissez, éprouvé un manque de satisfaction à l'un de ces endroits ?
- Qu'est-il arrivé ?

ASTUCE!

Voici quelques exemples de barrières : le mauvais traitement ou le jugement des prestataires de santé à ces endroits ; Se voir refuser des services ou des renseignements ; Se sentir embarrassé d'être vu entrer dans ces lieux par d'autres dans leur communauté ; n'ayant pas accès à un transport sécuritaire, etc.



• Quelles autres choses peuvent vous empêcher d'aller à l'un de ces endroits ?

16. Aider les filles à conclure que les institutions peuvent tenir des croyances restrictives à l'égard des besoins en matière de santé sexuelle et génésique des filles, mais que cela ne devrait pas les empêcher de revendiquer leurs droits et de demander de l'aide quand elles en ont besoin.

17. Encouragez-les à identifier un adulte en qui ils peuvent avoir confiance et qui peut les aider à accéder aux services et à l'information dont ils ont besoin.

18. Apportez le tableau à feuilles mobiles avec le deuxième message-clé et demandez à un bénévole de le lire à haute voix. Les filles ont droit à des services de santé et d'information sexuelle et génésique adaptés aux filles. Savoir où ils sont et quels services ils sont censés fournir peut aider les filles à réclamer ce droit.

19. Encouragez les filles à tenir le document BIH-G dans leurs revues et à le partager avec leurs pairs qui auront peut-être besoin d'accéder à ces informations.

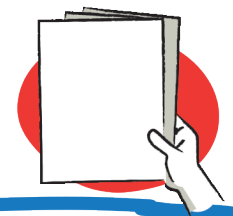
En plénière : Résumer et conclure (15 min)

20. Répondez aux questions restantes du Questionnaire secret. Demandez si quelqu'un a d'autres questions sur la santé sexuelle ou génésique et prenez le temps de répondre à toute question qui se pose.

21. Dites aux filles que le prochain module mettra davantage l'accent sur leurs droits sexuels et reproductifs, de sorte qu'elles auront plus de possibilités de poser d'autres questions.

22. Remerciez les filles de leur engagement et de leur ouverture d'apprendre ensemble sur la sexualité et reproduction ensemble. Distribuez le document BIH-H : Messages clés sur l'information sur la santé sexuelle et génésique et encouragez les filles à les coller dans leurs revues afin qu'elles puissent s'y habituer.

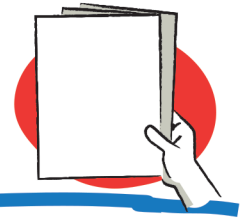
DOCUMENT BIH-G : SERVICES DE SANTÉ SEXUELLE ET GÉNÉSIQUE ET FOURNISSEURS D'INFORMATION



Facilitateurs : Assurez-vous de rechercher et de préparer un tableau en suivant cet exemple avec tous les endroits où les filles peuvent aller pour recevoir des services et des informations sur la santé sexuelle et reproductive dans leur communauté ou à proximité

NOM DE L'INSTITUTION OU DE L'ORGANISATION	ADRESSE	NUMÉRO DE TÉLÉPHONE	QUEL TYPE DE SERVICES ET D'INFORMATIONS PUIS-JE OBTENIR?	DOIS-JE ÊTRE ACCOMPAGNÉE D'UN ADULTE?

DOCUMENT BIH-H : MESSAGES CLÉS SUR L'INFORMATION SUR LA SANTÉ SEXUELLE ET GÉNÉTIQUE



• **Toutes les filles ont droit à une information et à une éducation précises sur la reproduction, le sexe et la sexualité.** Les filles ont besoin de cette information pour prendre des décisions éclairées sur leur santé sexuelle et reproductive.

• **Il est important de parler de la reproduction, du sexe et de la sexualité avec confiance et en utilisant les termes appropriés.** Il y a souvent des règles contre le fait de parler de ces sujets, qui amène les gens à utiliser des mots différents pour parler de certaines parties de leur corps ou sur le sexe. Cependant, ces autres mots sont souvent considérés comme négatifs ou même comme des insultes, il est donc très important pour les filles à apprendre à utiliser les termes corrects.

• **L'adolescence est le moment dans la vie de chacun quand ils changent d'être un enfant à un adulte.** L'adolescence survient à peu près entre 13 et 20 ans et implique les filles et les garçons de quitter les attitudes et les comportements attendus des enfants et d'apprendre à assumer les rôles attendus des adultes.

• **Ce processus de changement physique et émotionnel pendant l'adolescence est appelé « puberté ».** Chaque individu vit ces changements d'une manière différente et à un rythme différent. Ces différences sont normales. La puberté peut sembler différente pour les garçons et les filles, mais les changements qu'ils connaissent ont beaucoup en commun.

• **Les femmes et les hommes ont différents organes reproducteurs qui permettent aux humains de se reproduire. Beaucoup de changements corporels que les filles et les garçons passent à la puberté préparent ces organes pour la reproduction.**

• **La connaissance d'informations précises sur leur propre corps renforce la conscience de soi et l'estime de soi des filles.** Les filles informées sont mieux en mesure de comprendre ce que leur corps est capable de faire, et de rejeter les mythes et les idées fausses qui peuvent les conduire à nuire.

• **Avoir la capacité de tomber enceinte ne signifie pas que les adolescentes sont physiquement ou émotionnellement prêtes à avoir des enfants.** Il y a plusieurs raisons de retarder les grossesses et une variété de méthodes contraceptives pour le faire.

• **Nous avons tous le droit de tomber enceinte par choix, pas par hasard ou obligation. En fait, chaque personne a deux droits importants :** le droit d'avoir des relations sexuelles sans vouloir avoir d'enfants ; Et le droit de décider librement si, quand et combien d'enfants.

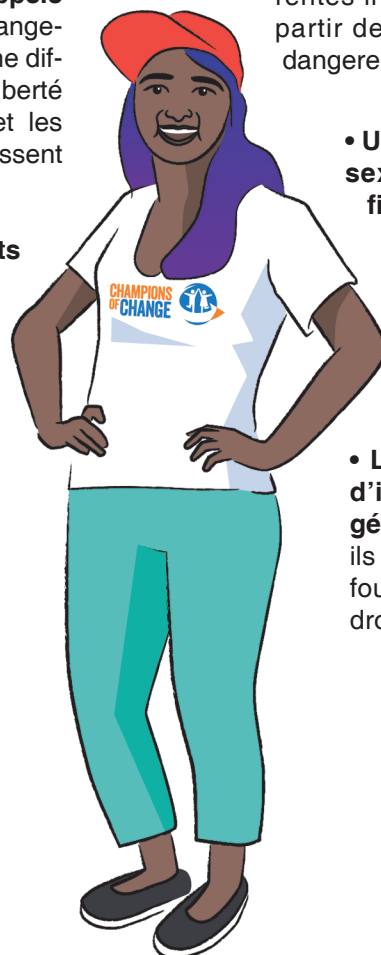
• **Les mères adolescentes ont aussi des droits ! Être une mère adolescente crée de nombreux obstacles pour les filles, mais il ne doit jamais l'isoler ou l'empêcher d'atteindre son potentiel.** Il est important pour toutes les filles d'avoir une attitude positive à l'égard de tous ses pairs, y compris les filles qui sont enceintes ou sont déjà des mères.

• **Les filles ont le droit de se protéger contre les IST. Il est très important pour les filles de savoir comment se protéger et protéger leurs partenaires contre les IST.** Être conscient des différentes infections que vous pouvez obtenir à partir de contacts sexuels non protégés ou dangereux est également important.

• **Une information correcte sur la santé sexuelle et reproductive permet aux filles de prendre de meilleures décisions sur leur corps et leur santé.**

Suivre ces trois étapes peut nous aider à prendre de bonnes décisions : 1) arrêter et penser 2) connaître les faits 3) considérer les conséquences.

• **Les filles ont droit à des services d'information et de santé sexuelle et génésique adaptés aux filles.** Savoir où ils sont et quels services ils sont censés fournir peut aider les filles à réclamer ce droit.



CONCLUSION

Chères adolescentes, après ce voyage à travers les fondamentaux sur la santé sexuelle et reproductive, nous espérons que ce programme vous a permis d'acquérir de nouvelles connaissances, attitudes et compétences pouvant faire de vous de véritables championnes du changement dans vos milieux respectifs, en vue de la réduction des inégalités de genre.

L'engagement des garçons, des hommes et autres garants de droits primaires et moraux constitue un appui important pour une lutte harmonieuse contre les barrières auxquelles vous êtes confrontées.

Etre un champion de changement n'est pas une fin en soi mais une quête permanente de solutions adaptées aux problèmes de sa génération face aux mutations de la société.

PLAN INTERNATIONAL

Plan International Siège.
Dukes Court, bloc A, rueDuke,
Woking, Surrey. GU21 5BH.
Royaume-Uni.

Tél : (+44) 1483 755 155

Fax : (+44) 1483 756 505

www.plan-international.org



Adaptation avec l'appui de l'équipe de Plan International Bénin et les ONG associées (CERD-BENIN, FODDEB et CeRADIS) grâce au projet de renforcement de la société civile pour la réalisation des droits de l'enfant au Bénin sur financement SIDA/SNO.