

ANNEXE A

Cartes d'activités (5)

Cartes d'histoire - Appui (7)

Cartes d'histoire - Choix (7)



Comment utiliser les Fiches d'activité



POURQUOI FAIRE LES ACTIVITÉS ?

- Pour aider votre famille ou des amis à parler des méthodes modernes de la planification familiale ou des moyens d'espacer les naissances.
- Pour enseigner certains faits sur la planification familiale et aider les personnes à partager ce qu'elles ont appris.
- Ces activités sont amusantes à faire !

QUAND FAIRE LES ACTIVITÉS ?

Vous pouvez faire les activités:

- Au début ou à la fin d'une réunion ordinaire.
- Au cours d'une réunion spéciale, uniquement pour ces activités.
- Avec vos amis et votre famille.

OÙ FAIRE LES ACTIVITÉS ?

Vous pouvez faire ces activités dans tous les endroits où les gens se réunissent:

- Dans un lieu public, comme une église ou un endroit communautaire.
- Dans un lieu privé, comme la maison ou la concession de quelqu'un.
- En plein air, comme un terrain de foot ou sous un arbre.
- Dans n'importe quel endroit où 2 ou 3 personnes veulent parler ensemble de planning familial.

COMMENT UTILISER LES ACTIVITÉS ?

Chaque fiche a 5 parties:

- **LES OBJECTIFS:** Cette partie explique le but de l'activité.
- **LES PRÉPARATIONS:** Cette partie explique ce que tu dois faire avant de commencer l'activité.
- **LES CONSEILS:** Cette partie te donne des conseils sur comment mener l'activité.
- **LES DIRECTIVES:** Cette partie te donne des instructions pour mener l'activité.
- **APPEL À L'ACTION:** Cette partie te donne un message à lire à la fin de l'activité.

COMMENT BIEN MENER LES ACTIVITÉS ?

Lisez les instructions attentivement avant de commencer l'activité.

Avant de commencer l'activité, annoncez au groupe certaines règles de base :

- Tout le monde doit avoir le droit de parler.
- Respectez les avis des autres personnes. Tout le monde doit se sentir à l'aise et ne pas être jugé pour quelque chose qu'ils ont dit.
- Tout ce qui a été dit pendant l'activité doit rester privé sauf si celui ou celle qui a parlé vous dit que vous pouvez en parler avec d'autres personnes.



MONTREZ



DEMANDEZ



ORGANISEZ



DISCUTEZ



LISEZ ou
DIRIGEZ



Mieux vous connaître

Activité 1: Discussions en petits groupes



LES OBJECTIFS

- Mieux vous connaître.
- Partager des informations sur la planification familiale (moyens pour avoir le nombre d'enfants qu'on veut quand on les veut).
- Discuter de comment les gens parlent entre eux de la planification familiale.
- Ecouter les personnes qui ne sont pas habituées à parler en public.



LES CONSEILS

- Parlez fort (à voix haute) pour que tout le monde entende bien.
- Demandez aux participants s'ils ont compris ce que vous avez lu. S'ils n'ont pas compris expliquez-leur encore une fois.
- Vérifiez bien que tout le monde a parlé et inviter ceux qui n'ont rien dit à donner leur avis.



LES PRÉPARATIONS

Lisez la fiche en entier avant de commencer l'activité.

DIRECTIVES POUR L'ACTIVITÉ

PARTIE 1: Activité en petits groupes

- 👁️ **Montrez** l'image aux participants.
- 👂 **Demandez-leur** de dire ce qu'ils voient.

📄 **Organisez l'activité.** Demandez aux participants de se regrouper en petits groupes de 3 personnes. **Expliquez** que chaque petit groupe peut s'éloigner un peu pour que les autres ne les entendent pas parler.

🗣️ **Lisez fort ce texte :**

Aujourd'hui nous parlerons de nos familles et de comment aider chaque famille pour qu'elle puisse avoir le nombre d'enfants qu'elle veut quand elle le veut. Je vais vous lire trois questions. Dans chaque petit groupe, discutez entre vous.

Chaque membre de votre groupe doit parler. Nous parlerons de choses secrètes. Personne n'a le droit de raconter ce qui a été dit sauf si la personne qui a parlé vous a autorisé à le faire.

- 🗣️ **Lisez fort les questions suivantes.** Laissez un peu de temps après chaque question pour que les membres des groupes puissent en discuter.

Est-ce que les maris et leurs femmes parlent souvent de la planification familiale ensemble ? Pourquoi ou pourquoi pas ?

Que pensez-vous des maris et des femmes qui parlent de la planification familiale ensemble ?

Comment le fait de parler de la planification familiale peut changer les rapports entre un mari et une femme ?

PARTIE 2: Activité en grand groupe

- 🗣️ **Réunissez** les participants en un seul groupe, lisez à haute voix les questions suivantes et échangez vos points de vue. Demandez à 2 ou 3 personnes de répondre à chaque question qui suit :

Quels sont les avantages si un mari et sa femme parlent ensemble de la planification familiale ?

Pourquoi il peut être difficile de parler de ces choses ?

Qu'est-ce qui peut aider un mari et sa femme à parler ensemble de la planification familiale ?

- 👁️ **Montrez** une dernière fois l'image à tout le monde.
- 👂 **Demandez-leur** ce qu'ils voient maintenant.

🗣️ **Lisez fort ce texte :**

Les maris et leurs femmes doivent discuter de combien d'enfants ils veulent, de quand ils le veulent, du nombre d'années à laisser entre les enfants et aussi comment éviter les grossesses non désirées pour le bien de leur famille. Le couple vit très heureux quand le mari et sa femme parlent ensemble de tout ce qui concerne leur famille.

PARTIE 3: Appel à l'action!

- 🗣️ **Parlez fort en lisant ce qui suit:**

Cette semaine, essayez de parler avec femme ou votre mari de la Planification Familiale. A la prochaine fois que le groupe se réunira, vous pouvez raconter ce qui s'est passé



Avoir des enfants

Activité 2: D'accord ou pas d'accord



L'OBJECTIF

Parler de nos différentes valeurs et préférences pour les naissances et la planification familiale.



LES CONSEILS

- Pour cet exercice, la participation doit être volontaire.
- Encouragez les participants à écouter sans donner d'orientation.
- L'appui d'un agent de santé serait un avantage. Au cas contraire encouragez les gens à aller s'informer au Centre de Santé.
- Les catalyseurs ne doivent pas donner d'information sur la PF.



LES PRÉPARATIONS

- Lisez la fiche en entier avant de commencer l'activité.
- Vous pouvez aussi demander à un autre catalyseur de vous aider à mener l'activité
- Il est préférable de n'avoir pas plus de 20 personnes pour cette activité.
- Si possible, séparez les femmes et les hommes ; dès que la confiance s'installe, ils discuteront de ces choses ensemble.

DIRECTIVES POUR L'ACTIVITÉ

PARTIE 1: Activité



Demandez au groupe d'échanger pendant quelques minutes sur des actions personnelles entreprises depuis la dernière réunion.



Montrez l'image aux participants.



Demandez-leur de dire ce qu'ils voient.



Organisez l'activité en lisant fort ce texte:

Aujourd'hui nous parlerons de la communication entre couples et les valeurs autour de la fertilité. Je vais lire un texte. Ceux qui sont d'accord avec le texte, iront à 3m sur ma droite, c'est le coté «d'accord». Ceux qui ne sont pas d'accord, iront à 3m sur ma gauche, c'est le coté « pas d'accord ». Ceux qui n'ont ne sont ni d'accord ni pas d'accord resteront au milieu. Ensuite d'expliquer pourquoi vous nous direz pourquoi vous êtes d'accord ou pas d'accord avec le texte.

Respectez le choix de chacun. L'objectif n'est pas de convaincre, mais d'écouter ce que pensent les autres et partager les idées.



Demandez aux participants s'ils ont compris. Si non, expliquez-leur encore une fois.



Dirigez l'activité. Choisissez 2 –3 énoncés de la liste ci-dessous. Lisez et répétez chaque énoncé pour être sûr que tout le monde à bien compris.

- Après chaque énoncé, accordez une minute aux participants pour qu'ils choisissent leur coté.
- Demandez à 2 ou 3 personnes de chaque cote d'expliquer leur choix.

Énoncé 1: *Une femme qui a donné naissance à un enfant garçon a plus de valeur.*

Énoncé 2: *Si une femme utilise des méthodes de planification familiale en secret, c'est qu'elle se prostitue.*

Énoncé 3: *C'est seulement l'homme qui peut décider quand faire ou arrêter la planification familiale.*

Énoncé 4: *Un homme est respecté même s'il a peu d'enfants.*

Énoncé 5: *Une femme peut refuser de faire l'amour avec son mari.*

PARTIE 2: Discussion



Parlez maintenant de ce que le groupe a appris de cette activité.



Discutez des questions suivantes. Demandez à 2 ou 3 personnes de répondre à chaque question qui suit :

Pourquoi certaines personnes pensent qu'il faut avoir beaucoup d'enfants pour être respecté ?

Est-il facile ou difficile pour une femme de parler de planning familial ou des rapports sexuels avec son mari ? Expliquez. Et pour le mari ?



Montrez une dernière fois l'image à tout le monde.



Demandez-leur ce qu'ils voient maintenant.



Lisez fort ce texte:

Pour la planification familiale, les gens n'ont pas la même vision quand il s'agit du nombre d'enfants et de quand ils veulent les avoir.

Beaucoup de naissances font prendre conscience aux femmes et aux hommes. Les gens ne voient pas de la même manière la femme et l'homme qui a peu ou pas d'enfants.

Quand le mari et la femme se font confiance, ils peuvent prendre ensemble la meilleure décision sur la planification de leur famille sans tailler d'importance à ce que les autres disent.

PARTIE 3: Appel à l'action!



Parlez fort en lisant ce qui suit:

Cette semaine, parlez avec les membres d'autres groupes, vos amis ou votre famille. Vous pouvez aussi parler avec d'autres personnes au sujet de la planification familiale. La prochaine fois que le groupe se réunira, vous pourrez dire aux autres ce qui s'est passé.



La planification familiale

Activité 3: Vrai ou faux



L'OBJECTIF

Aider à connaître la vérité sur la planification familiale.



LES CONSEILS

- Parlez fort (à voix haute) pour que tout le monde entende bien.
- Faites parler tout le monde, mêmes les gens timides.
- L'appui d'un agent de santé serait un avantage. Au cas contraire encouragez les gens à aller s'informer au Centre de Santé.
- On n'attend pas que les catalyseurs soient des experts PF.



LES PRÉPARATIONS

- Lisez la fiche en entier avant de commencer l'activité.
- Pour cette activité, demandez l'aide d'un relais ou d'un autre agent de la santé qui connaît la planification familiale.
- Étudiez les énoncés avec le relais pour vérifier que tu connais la bonne réponse.

DIRECTIVES POUR L'ACTIVITÉ

PARTIE 1: Activité

- 🗨️ **Parlez** de ce qui s'est passé depuis la dernière réunion.
- 🗣️ **Demandez** au groupe d'échanger pendant quelques minutes sur des actions personnelles entreprises depuis la dernière réunion.
- 👁️ **Montrez** l'image aux participants.
- 🗣️ **Demandez-leur** de dire ce qu'ils voient.
- 🗣️ **Lisez fort ce texte:**
Aujourd'hui nous discuterons pour améliorer nos connaissances sur la planification familiale qui est moyen pour contrôler et gérer les naissances. Je vais vous lire quelques énoncés et vous me direz selon vous si c'est Vrai ou Faux.
- 🗣️ **Demandez** aux participants s'ils ont compris. Si non, expliquez-leur encore une fois.
- 🗣️ **Dirigez** l'activité en choisissant 3 - 4 énoncés parmi la liste ci-dessous. Lisez chaque énoncé et demandez aux participants de vous dire si c'est Vrai ou Faux. Laissez les groupes exprimer quelques idées. Reprenez la question et lisez la bonne réponse. S'il y a encore de questions, dirigez les vers les agents de santé. Faites la même chose pour chaque énoncé.

Énoncé 1: *Pratiquer la planification familiale amène la femme à ne plus avoir d'enfants ou accoucher des enfants malformés.*

Réponse: *Faux. Les méthodes de planification familiale sont sans danger pour la mère et les futurs bébés. Si elle le veut, la femme peut tomber enceinte après avoir arrêté la planification familiale.*

Énoncé 2: *Une femme ne peut pas tomber enceinte tant que son bébé est tout petit et tète le lait.*

Réponse: *Faux. Une femme qui allaite peut tomber enceinte, si elle fait l'amour sans se protéger.*

Énoncé 3: *Les femmes que les pilules et les injections rendent malades peuvent utiliser le stérilet comme moyen pour ne pas tomber enceinte.*

Réponse: *Vrai. Le stérilet n'a pas de produits chimiques. Les femmes qui utilisent le stérilet ont parfois des règles plus lourdes.*

Énoncé 4: *Une femme peut utiliser le Collier du Cycle pour empêcher une grossesse sans que son mari le sache.*

Réponse: *Faux. Parce qu'elle doit s'entendre avec son mari pour ne pas avoir de relations pendant la période de fécondité sans préservatif.*

Énoncé 5: *Les changements de règles qu'on observe quand on prend la forme injectable, la pilule ou l'implant peuvent empêcher la fertilité dans l'avenir.*

Réponse: *Faux. Les changements de règles sont normaux et n'ont aucune influence sur la fertilité après qu'on laisse le PF.*

PARTIE 2: Discussion

- 🗣️ **Lisez fort ce texte :**
Parlons maintenant de ce que nous avons appris de cette activité.
- 🗨️ **Demandez** à 2 ou 3 personnes de répondre à chaque question qui suit :
Avez-vous été surprise de quelque chose que vous avez appris sur la planification familiale ? Quoi ?
Pourquoi est-il important que les gens connaissent la vérité sur la planification familiale ?
Comment pouvez-vous avoir plus d'information sur la planification familiale ?
- 👁️ **Montrez** une dernière fois l'image à tout le monde.
- 🗣️ **Demandez-leur** ce qu'ils voient maintenant.
- 🗣️ **Lisez fort ce texte:**
Il est bon de savoir la vérité sur la planification familiale car elle est sans danger pour la mère et l'enfant. Elle nous permet d'organiser les naissances en prenant les bonnes décisions. En cas de doute demandez conseil auprès d'un agent de santé ou d'un pharmacien. Dans votre lieu de vie, enseignez la vérité sur la planification familiale si vous entendez dire du faux.

PARTIE 3: Appel à l'action!

- 🗣️ **Parlez fort en lisant ce qui suit:**
Choisissez une personne ou un groupe avec qui vous aimeriez parler de ce que vous avez appris. Vous pouvez aussi obtenir des informations supplémentaires auprès du centre de santé de votre localité. La prochaine fois que le groupe se réunira, vous pourrez raconter aux autres ce qui s'est passé.



Ma chère tante

Activité 4: Discussions en petits groupes



L'OBJECTIF

Apprendre à donner des conseils aux femmes sur comment parler de la planification familiale avec leurs maris.



LES CONSEILS

- Parlez fort (à voix haute) pour que tout le monde entende bien.
- Demandez aux participants s'ils ont compris ce que vous avez lu. S'ils n'ont pas compris expliquez-leur encore une fois.
- Vérifiez bien que tout le monde a parlé, y compris les gens timides, les femmes et les filles.



LES PRÉPARATIONS

- Lisez la fiche en entier avant de commencer l'activité.
- Vous pouvez aussi demander à un autre catalyseur de vous aider à animer l'activité.
- Il est préférable de n'avoir pas plus de 20 personnes pour cette activité.
- Il est préférable de dérouler cette activité en séparant les femmes et les hommes, afin qu'ils ou elles se sentent à l'aise pour parler de ces choses.

DIRECTIVES POUR L'ACTIVITÉ

PARTIE 1: Activité

Parlez de ce qui s'est passé depuis la dernière réunion.

Demandez au groupe d'échanger pendant quelques minutes sur des actions personnelles entreprises depuis la dernière réunion.

Montrez l'image aux participants.

Demandez-leur de dire ce qu'ils voient.

Organisez l'activité. Demandez aux participants de se regrouper en petits groupes de 3 personnes. **Expliquez** que chaque petit groupe peut s'éloigner un peu pour que les autres ne les entendent pas parler.

Lisez fort ce texte :
Je vais vous lire l'histoire de Claudine qui demande conseil à sa tante.

Claudine va voir sa tante : « Tantie, comme tu le sais j'ai trois enfants que j'adore et je veux pouvoir bien les garder mais j'ai peur de tomber enceinte maintenant car nous n'aurons pas assez de quoi les nourrir, les soigner, les vêtir et les instruire.

J'évite d'avoir les rapports sexuels les jours où je pense que je peux tomber enceinte. Des fois, je fais semblant d'être malade, ou alors je pars rester un peu chez ma sœur, j'utilise aussi la méthode traditionnelle de la ceinture. L'autre fois j'avais fais la même chose mais je suis tombée enceinte quand même.

L'agent de santé du dispensaire m'a conseillé plusieurs méthodes de planification familiale : la pilule, l'injection, le stérilet et même le Collier de Cycle qui permet de savoir les jours où je peux tomber enceinte.

J'ai besoin de ton aide car je ne peux rien faire sans en avoir parlé avec Charles mon mari. Je voudrais parler à

Charles de toutes ces différentes méthodes sans le fâcher pour qu'on puisse choisir ensemble une méthode. Mais nous ne parlons jamais de ces choses-là. »

Demandez aux participants s'ils ont des questions et répondez à leurs questions.

Lisez fort l'histoire encore une fois.

PARTIE 2: Discussion

Lisez fort ce texte :

Dans votre petit groupe, vous avez 10 minutes pour discuter des conseils que vous donneriez à Claudine.

1. Parlez de comment elle pourrait expliquer que la planification familiale est une bonne chose pour sa famille.
2. Parlez aussi de comment Charles pourrait réagir et de comment Claudine pourrait faire face à sa réaction.

Réunissez les participants en un seul groupe. Lisez à haute voix les questions suivantes, et échangez vos points de vue. Demandez à 2 ou 3 personnes de répondre à chaque question qui suit. Encouragez les membres du groupe à répondre aux questions des autres.

Quels sont les conseils que vous donneriez à Claudine sur la manière de commencer la discussion avec son mari sur la planification familiale ?

Pourquoi certains hommes sont-ils contre la planification familiale ?

Qu'est-ce qui pourrait-vous empêcher de donner des conseils à Claudine ? Pourquoi ?

Montrez une dernière fois l'image à tout le monde.

Demandez-leur ce qu'ils voient maintenant.

PARTIE 3: Appel à l'action!

Parlez fort en lisant ce qui suit:

Il est parfois difficile de parler avec votre mari ou votre femme des choses comme la planification familiale. Vous pouvez commencer à parler de la planification familiale en parlant de comment faire pour mieux nourrir, habiller et payer les frais de scolarité des enfants. Ce genre de discussion peut renforcer les rapports du couple. D'autres femmes, et même des hommes du village ont peut-être besoin de conseils comme ceux que vous avez donnés à Claudine. Essayez de parler à une personne de ce que nous avons dit pendant cette activité. La prochaine fois que le groupe se réunira, vous pourrez raconter aux autres ce qui s'est passé.



Qui peut nous appuyer?

Activité 5: Jeu de rôle



L'OBJECTIF

Identifier des personnes qui peuvent nous aider à utiliser la planification familiale et s'entraîner à leur parler.



LES CONSEILS

- Parlez fort (à voix haute) pour que tout le monde entende bien.
- Vérifiez bien que tout le monde a parlé, y compris les gens timides, les femmes et les filles.



LES PRÉPARATIONS

- Lisez la fiche en entier avant de commencer l'activité.
- Vous pouvez demander à un autre catalyseur de vous aider avec le jeu de rôle, de préférence une personne du sexe opposé.
- Préparez-vous à jouer le rôle des jeunes courageux et de personnes plus âgées qui veulent parler de parler de la planification familiale.

DIRECTIVES POUR L'ACTIVITÉ

PARTIE 1: Jeu de rôle avec un partenaire

- 🗨️ **Parlez** de ce qui s'est passé depuis la dernière réunion.
- 👁️ **Demandez** au groupe d'échanger pendant quelques minutes sur des actions personnelles entreprises depuis la dernière réunion.
- 👁️ **Montrez** l'image aux participants.
- 👂 **Demandez-leur** de dire ce qu'ils voient.
- 🔊 **Lisez fort ce texte :**

Dans la vie, nous demandons conseil à des amis, des voisins, des aînés. Réfléchissons à la planification familiale et le choix d'avoir des enfants. Aimerez-vous parler à une personne?

Je vais lire l'histoire de Chère Tantie que nous connaissons et deux à deux nous allons jouer les rôles de cette histoire.

- 👂 **Demandez** aux participants s'ils ont compris. Si non, expliquez-leur encore une fois.

🔊 Dirigez l'activité

1. Mettre les participants par pair, c'est-à-dire par 2.
2. Lire Chère Tantie.

Claudine va voir sa tante : « Tantie, comme tu le sais j'ai trois enfants que j'adore et je veux pouvoir bien les garder mais j'ai peur de tomber enceinte maintenant car nous n'aurons pas assez de quoi les nourrir, les soigner, les vêtir et les instruire.

J'évite de faire l'amour les jours où je pense que je peux tomber enceinte. Des fois, je fais semblant d'être malade, ou alors je pars rester un peu chez ma sœur, j'utilise aussi la méthode traditionnelle de la ceinture. L'autre fois j'avais fais la même chose et je suis tombée enceinte quand même.

L'agent de santé du dispensaire m'a conseillé plusieurs méthodes de planification familiale : la pilule, l'injection, le

stérilet et même le Collier de Cycle qui permet de savoir les jours où je peux tomber enceinte.

J'ai besoin de ton aide car je ne peux rien faire sans en parler avec Charles mon mari. Je voudrais parler à Charles de toutes ces différentes méthodes sans le fâcher pour qu'on puisse choisir ensemble une méthode. Mais nous ne parlons jamais de ces choses-là. »

3. Discutez avec votre deuxième, l'un pour jouer le rôle de Claudine, l'autre celui de Tantie, le conseiller dans la vie réelle.
4. Comme Claudine et Tantie, pratiquer la demande de conseil autour de la communication avec le mari / la femme sur l'utilisation du planning familial.

PARTIE 2: Discussion

- 🔊 **Lisez fort ce texte :**
Parlons de ce que nous avons appris de cette activité.

- 🗨️ **Demandez** à 2 ou 3 personnes de répondre à chaque question qui suit :

Comment était votre expérience de demandeur de conseil ? Pour quoi c'était facile ou difficile ?

Est-ce qu'il est difficile pour vous de trouver quelqu'un auprès de qui prendre des conseils? Pourquoi ?

Qu'est-ce qui pourrait vous aider à parler de la planification familiale avec vos aînés ?

- 👁️ **Montrez** une dernière fois l'image à tout le monde.
- 👂 **Demandez-leur** ce qu'ils voient maintenant.

- 🔊 **Lisez fort ce texte.**

Dans la vie, notre famille, nos amis, et nos aînés plus sages nous donnent de bons conseils sur des sujets qu'ils maîtrisent mais aussi ils nous poussent à l'erreur quand ils n'ont pas la bonne information. Nous devons analyser et discuter des conseils avec plusieurs personnes car les bonnes décisions en santé améliorent la vie d'une communauté.

PARTIE 3: Appel à l'action!

- 🔊 **Parlez fort en lisant ce qui suit:**

Parlez de la planification familiale avec quelqu'un à qui vous pouvez vous confier. Faites attention à comment cette personne peut ou non vous faire changer d'avis sur la planification familiale. La prochaine fois que le groupe se réunira, vous pourrez dire aux autres ce qui s'est passé.