

 BIEN GRANDIR!



ELENGE MOBALI

Livre sur la puberté





USAID
DU PEUPLE AMERICAIN

BILL & MELINDA
GATES *foundation*

Ce support, Bien Grandir !, et le projet Passages sont rendus possibles grâce au soutien généreux du peuple américain par l'intermédiaire de l'USAID dans le cadre de l'Accord de coopération n° AID-OAA-A-15-00042 et de la Fondation Bill & Melinda Gates. Le contenu est la responsabilité du projet Passages et ne reflète pas nécessairement les points de vues de l'Université de Georgetown ni de l'USAID ni de la Fondation Bill & Melinda Gates.



ELENGE MOBALI

Livre sur la puberté





1 BRÈVE INTRODUCTION

Les garçons et les filles passent par des changements physiques, psychosociaux et émotionnels pendant la puberté. Les comportements des adolescents et leurs intérêts changent également au cours de cette période. Tous ces changements sont normaux. Cependant les adolescents peuvent avoir des difficultés à les vivre s'ils n'ont pas assez d'informations et l'encadrement suffisants et corrects pour les gérer.

Les adultes ont de ce fait le devoir d'aider les adolescents en leur apportant les informations correctes sur la puberté. D'où la nécessité de développer les supports d'information et de communication sur la puberté qui peuvent être des outils éducatifs pouvant aider les adolescents à avoir de bonnes informations et adopter des comportements à moindre risque.

Cette brochure « ELENGE MOBALI » est destinée à tous les garçons âgés de 10 à 14 ans, mais les filles de la même tranche d'âge peuvent aussi la lire. Elle donne des réponses à certaines des questions que se posent souvent les garçons de cette tranche d'âge sur la santé sexuelle et reproductive ; et aborde également certaines questions de la dimension Genre.



MES RÊVES

Tout le monde a des espoirs et des rêves pour sa vie.

Quels sont tes espoirs et tes rêves ?

Qu'est-ce que tu voudrais devenir dans la vie ?

Dessines une image ou écris quelques mots sur tes espoirs et tes rêves. Partages-cesti avec un ami ou une personne qui est très spéciale pour toi ; et qui peut t'aider à réaliser tes espoirs et tes rêves.



2 LA PUBERTÉ

Fermes un peu les yeux et essayes d'imaginer dans ta tête, quand on parle de la puberté, ce mot te fait penser à quoi ? Écris tout ce qui te passe par la tête : les mots, les phrases et même les images. Mets-les tous dans la case ci-dessous.

...tu penses à quoi ?



C'est quoi la Puberté ?

Tout le monde passe par différentes phases de la vie. Au cours de notre croissance de 9 à 20 ans, beaucoup de changements se produisent dans notre corps, nous éprouvons de nouveaux sentiments et des émotions.

L'ensemble de tous ces changements est appelé « **Puberté** », et ils sont tous normaux. Tout le monde passe par ces changements, mais certains garçons voient ces changements avant d'autres.

C'est quoi l'Adolescence ?

C'est une période de passage de l'enfance à l'âge adulte, marquée par des changements physiques, psychologiques et sociaux.

Qui est adolescent(e) ?

Un(e) adolescent(e) est une personne qui est en pleine puberté et qui n'est pas encore devenue adulte. Elle passe par une période appelée « adolescence ». Cela commence entre 9 et 10 ans, et se poursuit jusqu'à 18 à 20 ans.

Pendant la puberté, tu verras les changements suivants dans ton corps :

- Le corps se développe ;
- Les poils apparaissent sous les aisselles et sur la poitrine ;
- L'apparition d'une barbe et d'une moustache ;
- Les poils du pubis apparaissent ;
- Le pénis devient plus gros ;
- La voix devient grave ;
- Les épaules deviennent larges ;
- La production du sperme et l'éjaculation débutent surtout la nuit pendant tes rêves (pollution nocturne) ;
- La peau et les cheveux peuvent devenir gras ;
- L'apparition des boutons sur le visage ;
- La transpiration devient abondante et peut avoir une mauvaise odeur.

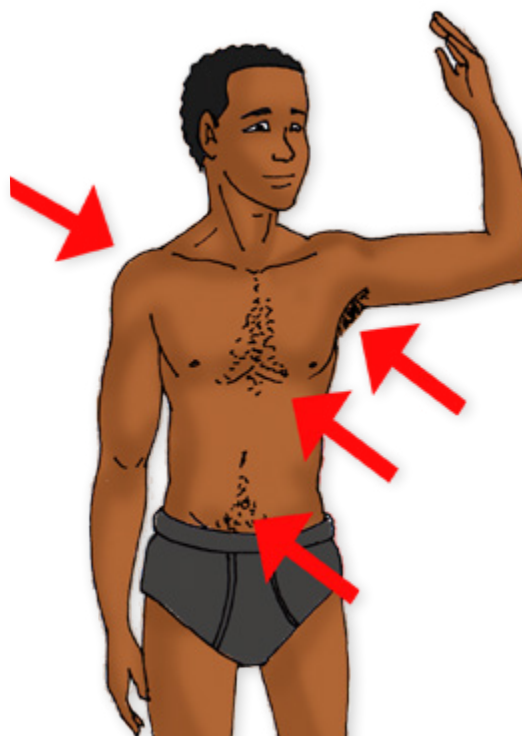
Mis à part ces changements du corps que tu vas observer, tu peux rencontrer d'autres changements émotionnels. Tu peux te sentir heureux un jour, puis triste le lendemain, content de sortir avec des amis un jour, puis timide le jour suivant. Ces changements émotionnels sont normaux et arrivent à tous les garçons.

Mais tous ces changements physiques et émotionnels n'arrivent pas au même âge, ni au même moment chez tous les garçons. Les corps des garçons changent à des périodes et rythmes différents d'un garçon à un autre.

Tous ces changements émotionnels peuvent conduire à de nouveaux désirs chez les garçons, par exemple :

- Le désir de plaire aux autres et de ne pas se sentir différents de ses copains ;
- Le désir de former son propre cercle d'amis garçons seulement ;
- Le désir que les autres comprennent ses sentiments ;
- Le désir de réussir à l'école et de se sentir en compétition avec ses camarades ;
- Le désir sexuel ;
- Le désir d'indépendance ;
- Les soucis sur son apparence ;
- La sensibilité aux commentaires.

En plus de cela, certains garçons deviennent grossiers et agressifs mais il faut apprendre à se contrôler.



HISTOIRE DE JUNIOR

J'avais 14 ans. Tous mes amis étaient grands de taille ; pendant que moi j'étais court et maigre. Ils avaient des barbes et des moustaches sur leurs visages et étaient très fiers de leurs changements physiques. Moi j'étais différent d'eux. Je n'avais ni barbe, ni moustache comme eux. Mes amis montaient des plans pour taquiner les filles. Ils racontaient des histoires déshonorantes sur elles et se moquaient des filles en disant : « celle-là a de très gros seins et l'autre-là a de petits ».

Je n'aimais pas entendre ces commentaires et je me sentais gêné. Mes amis me taquinaient en disant que j'étais comme une fille ou que j'étais encore un enfant. Quand je me retrouvais seul, je me demandais si j'étais vraiment comme une fille ou un enfant comme disaient mes amis.

Pourquoi mon corps ne changeais pas comme mes copains ? Pourquoi je n'avais ni barbe ni moustache sur mon visage, ni poils sur mon corps ? Je savais que j'étais différent de mes amis et je me demandais ce que je devais faire pour être comme eux. J'étais inquiet au sujet de mon apparence mais je ne pouvais compter sur personne pour partager mes pensées et cela m'inquiétait.

Maintenant que j'ai 17 ans, tous ces soucis ont disparu parce que mon corps avait changé rapidement lorsque j'ai eu 15 ans et je suis maintenant comme les autres garçons. Je me suis rendu compte que les changements physiques surviennent à un rythme différent selon les personnes.



QUESTIONS

1. Quelles sont les questions que Junior se posait sur son corps ?

2. Est-ce que tu te poses aussi les mêmes questions que Junior ?
Y'en-a-t'il d'autres que tu te poses ? Si oui, prière de les écrire.

2. Qu'as-tu appris de cette histoire de Junior ?





Mon conseil à mes jeunes frères : le corps change à un rythme différent selon les personnes et que les filles se développent plus vite que les garçons. Je leur dirais aussi que taguiner les filles n'est pas bien, ce n'est pas honorant et que les vrais hommes traitent les filles avec respect.



Dois-je m'inquiéter si je n'ai pas encore atteint la puberté ?

Il ne faut pas s'inquiéter. La puberté est comme un long voyage qui part de l'enfance à l'âge adulte. Pendant ce voyage, ton corps et ton psychique passent par beaucoup de changements. L'âge de début de ces changements varie d'un garçon à un autre.

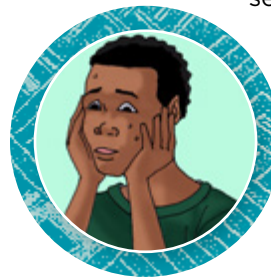
Y'a-t'il un âge spécifique pour atteindre la puberté ?

Non, il n'y a pas d'âge spécifique pour commencer la puberté. Le corps de tout un chacun est différent. L'âge de début de ces changements varie d'un(e) adolescent(e) à l'autre. La puberté est un processus. On sait qu'on a commencé la puberté quand on observe certains changements corporels comme par exemple l'apparition de la barbe, des moustaches, des poils sur le pubis, le changement de voix, etc.

Pourquoi les boutons apparaissent sur le visage pendant la puberté ?

L'apparition des boutons est aussi l'un des signes de la puberté. Le corps produit plus des graisses et cela peut conduire à la production des boutons sur ton visage. Si tu es inquiet au sujet des boutons, tu dois te laver le visage le matin, le soir et rester propre tous les jours.

Il ne faut pas presser les boutons avec tes doigts. Tu dois toujours garder ton visage sec et propre pour prévenir les boutons, même s'il y en aura toujours un peu. C'est normal pendant la puberté.



HISTOIRE DE TRÉSOR

J'ai remarqué beaucoup de changements dans mon corps depuis un certain moment. Ma voix est devenue rauque, j'ai grandi, j'ai des poils au niveau du pubis, mon pénis, mes testicules et scrotum ont grossi, et j'ai des boutons sur mon visage.

J'ai des sauts d'humeur ; parfois je me sens très content, d'autres fois tristes et la plupart du temps nerveux. J'ai aussi des sentiments sexuels et des pollutions nocturnes. Aujourd'hui encore les boutons sur mon visage me rendent mal à l'aise quand je me regarde dans le miroir. Je suis aussi effrayé par mon pénis qui est devenu plus gros et que pour moi cela signifie que je dois me marier bientôt. J'avais honte de parler de cela à quelqu'un, ça me gênait.

J'ai finalement eu le courage de demander à mon grand frère. Il m'a dit que tous ces changements sont tout à fait normaux et que tous les garçons passent nécessairement par là pour devenir grands. Il m'a également dit à propos de l'élargissement du pénis que quand une personne grandit tous les organes du corps se développent également.



QUESTIONS

1. Quels changements Trésor avait remarqué dans son corps quand il grandissait ?

2. A qui Trésor a demandé conseils quand il avait remarqué tous ces changements ?

3. Qu'est-ce que Trésor a fait de mieux ?

4. Qu'as-tu appris de cette histoire ?



HISTOIRE DE TONTON

J'avais 13 ans quand j'ai commencé à avoir les sentiments sexuels. Une nuit, alors que je dormais, j'ai fait un rêve où je voyais une très jolie fille de notre quartier et j'ai eu ma première pollution nocturne. Ma culotte était mouillée comme si j'avais fait pipi dans les habits. Je ne savais pas ce qui m'arrivait, j'étais étonné. C'est à l'école où j'ai reçu des conseils, on m'a demandé d'éviter les rapports sexuels précoces et aussi d'être propre.



QUESTIONS

1. Qu'a fait Tonton pour avoir une émission nocturne pour la première fois ?

2. Quels ont été les sentiments de Tonton quand il a remarqué que sa culotte était mouillée ?

3. Qu'as-tu appris de cette histoire ?



Je me réveille parfois avec une tache collante et humide sur mes sous-vêtements ou ma culotte, ce n'est pas de l'urine, alors c'est quoi ?

C'est ce qu'on appelle une pollution nocturne. La pollution nocturne, c'est quand un garçon évacue le sperme (le liquide contenant du spermatozoïde) par le pénis lors de l'éjaculation pendant qu'il dort. Souvent, la pollution nocturne se produit au cours des rêves pendant lesquels le garçon voit une jeune fille ou il rêve qu'il a des rapports sexuels avec une fille. Et à son réveil, le garçon remarque que son sous-vêtements, sa culotte ou son pantalon est mouillé.



La pollution nocturne commence pendant la puberté chez le garçon, quand le corps commence à produire la Testostérone, la principale hormone chez les hommes. Beaucoup de garçons sont gênés, embarrassés ou confus au sujet de ça mais c'est tout à fait normal. Cela arrive à tous les garçons pendant la puberté et même à certains hommes adultes.

Est-ce mauvais d'avoir une pollution nocturne ?

C'est normal chez un garçon.

Ce n'est pas une possession démoniaque ou le fait d'avoir « une femme de nuit ». Cela arrive à la plupart des garçons pendant la puberté même si certains ne l'admettent pas ; et on ne peut pas le contrôler. Ce n'est pas une maladie et les garçons ne doivent pas s'en inquiéter.



Mon conseil aux jeunes garçons est que ; quand ils voient des changements dans leurs corps, ils doivent en parler à leurs papas, leurs oncles, leurs grands frères, ou aux aînés de confiance. Je vous assure aussi que tous ces changements sont normaux mais que cela ne signifie pas qu'il faut se marier bientôt ou qu'on est prêt pour le mariage.



POUR TON INFORMATION

Quels problèmes rencontrent un garçon quand il a atteint la puberté ?

Les garçons rencontrent différents problèmes quand ils atteignent la puberté. Certains garçons ont peur des changements qu'ils traversent. La plupart des garçons n'ont pas l'information sur le développement de leurs corps et ils ne savent pas à qui en parler.

Certains garçons éprouvent des sauts d'humeur qui peuvent les amener à se sentir heureux un moment et tristes le lendemain. Certains se sentent isolés ou retirés ; et d'autres subissent la pression des pairs qui les poussent à des désirs et pratiques tels que la toxicomanie (fumer du chanvre, prendre de la drogue, boire de l'alcool, de la bière, et d'autres boissons communément appelées « zododo », « supu na tolo »), l'école buissonnière, la grossièreté, le désir d'indépendance, le souci de l'apparence, la curiosité d'en savoir plus sur le sexe et commencer à avoir des relations sexuelles. L'une des choses la plus difficile, mais la plus importante à apprendre à faire pendant la puberté est la résistance à la pression de ses amis.

Que faire quand j'atteins la puberté ?

Il est bon de dire à ton père, ton grand frère, ton oncle ou à un autre adulte qui se trouve à côté de toi et en qui tu as confiance. Tu peux aussi parler avec un membre des clubs des adolescents ou des jeunes, les pairs éducateurs, les relais communautaires, les prestataires des soins dans les hôpitaux.

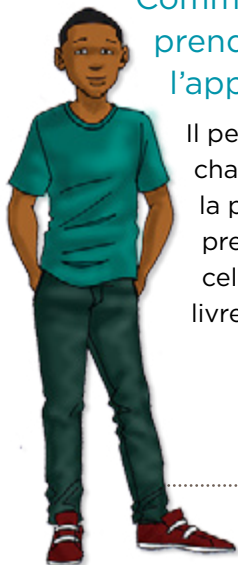
Si tu es à l'école, dis à ton enseignant ou ton directeur, et il te dira ce qu'il faut faire ou ne pas faire.

Est-il conseillé de se marier quand on atteint la puberté ?

Il n'est pas conseillé de se marier quand on atteint la puberté. Le corps passe par la puberté pour atteindre la maturité. Pendant la puberté, on n'est pas prêt pour assumer les responsabilités du mariage et être parent. Il faut d'abord terminer ses études pour espérer réaliser ses rêves et ses espoirs. On se marie quand on devient grand, indépendant et qu'on est capable de prendre soin de soi et de sa famille.

Quand quelqu'un atteint la puberté, ça veut dire qu'il doit quitter l'école ?

Non, il y a beaucoup de raisons pour lesquelles les garçons et les filles quittent l'école. Le début de la puberté ne doit pas être une de ces raisons. Quel est ton plan pour rester à l'école ?



Comment un garçon peut prendre soin de lui à l'approche de la puberté ?

Il peut apprendre plus sur les changements de corps pendant la puberté et se préparer à prendre soin de lui quand cela va arriver et ne pas se livrer à des rapports sexuels.

Qu'est-ce que les parents devraient dire à leurs enfants quand ils atteignent la puberté ?

Certains parents parlent à leurs enfants de tous les changements du corps pendant la puberté, mais d'autres parents ne se sentent pas à l'aise de discuter de ce sujet avec leurs enfants. Il est bon de chercher des informations auprès d'autres adultes comme les oncles, les enseignants ou les prestataires de santé. Tu peux même essayer de poser des questions à tes parents ou à d'autres adultes de confiance.

HISTOIRE DE DIDO

Un jour, mes amis fumaient dans un coin derrière les salles de classe. Ils m'ont aussi donné une cigarette. J'ai d'abord hésité et puis je me suis dit que si je ne le fais pas, ils vont se moquer de moi et je vais perdre mes amis. J'ai commencé à fumer avec eux. Au début, ce n'était pas bon, mais après j'ai commencé à aimer le goût. Les amis avaient de considération pour moi mais pour ma famille, c'est comme si je leur manquais du respect.





Maintenant, je me suis rendu compte que les garçons et les filles peuvent facilement céder à la pression de leurs amis et que ce n'est pas toujours facile de résister à la pression des pairs. Je conseille à mes jeunes frères que si des amis leur font pression pour fumer par exemple, de leur dire ceci : « Fumer n'est pas bon pour ma santé, mais je peux m'amuser avec vous sans pour autant fumer ». Si vos amis continuent à vous mettre la pression, il faut se demander si ce sont de bons amis ou pas. Parlez de cela à votre grand frère, votre grande sœur ou à votre enseignant. Ils peuvent vous aider à prendre une bonne décision.

99

Est-ce que c'est bon d'obtenir des informations sur la puberté auprès de tes camarades ?

Les amis peuvent avoir certaines informations, parce qu'ils voient les mêmes changements dans leurs corps. Mais c'est préférable d'obtenir des conseils auprès des adultes de confiance parce qu'ils vont nous donner des informations plus correctes.

Pourquoi les garçons deviennent forts quand ils atteignent la puberté ?

La puberté entraîne aussi des changements dans le corps des adolescents, leurs muscles se développent et ils deviennent plus forts.



A quel âge peut-on commencer une relation sexuelle entre une fille et un garçon ?

On peut commencer à avoir une relation sexuelle entre un garçon et une fille quand on est physiquement et mentalement mature. Il faut connaître les conséquences d'une relation sexuelle. Cela peut conduire à une grossesse et avoir un enfant est une grande responsabilité. Elle peut aussi conduire à la transmission des Infections Sexuellement Transmissibles comme le VIH/SIDA.

Qu'est ce qui arrive quand quelqu'un se marie très jeune ?

Quand quelqu'un se marie trop jeune, il peut arrêter ses études et manquer de réaliser ses espoirs et ses rêves. Il va avoir des enfants avant de devenir un adulte et de savoir prendre en charge ses enfants. C'est mieux de se marier lorsqu'on a terminé ses études et quand on est devenu adulte et autonome.

Pourquoi certains adultes forcent les enfants à avoir des rapports sexuels avec eux ?

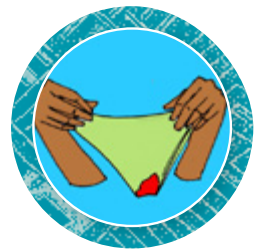
Certains adultes profitent des enfants parce qu'ils sont faibles d'esprit et peuvent être manipulés facilement. Ils donnent aux enfants de petits cadeaux comme des bonbons, des biscuits pour avoir des relations sexuelles avec eux. C'est ce qu'on appelle « abus sexuels ». Si cela t'arrive, il faut le signaler à un adulte de confiance.

Qu'est-ce que les filles expérimentent pendant la puberté ?

Pendant la puberté les filles éprouvent aussi un grand nombre des changements semblables à ceux des garçons :

- Le corps se développe, elles deviennent plus grandes ;
- Les seins se développent, deviennent plus gros et plus sensibles ;
- Les poils poussent aux aisselles ;
- Les poils poussent sur le pubis ;
- L'ovulation et les règles (menstruations) débutent ;
- Le bassin s'élargit ;
- La peau et les cheveux peuvent devenir gras ;
- Les sécrétions vaginales commencent ;
- L'apparition des boutons sur le visage ;
- La voix change ;
- La transpiration devient abondante et peut avoir une mauvaise odeur.

*Les changements
du corps de la fille...*



HISTOIRE DE NANA

Quand je grandissais, j'ai remarqué des changements sur mon corps : des poils sur mes parties intimes, mes seins sont devenus plus gros, de la graisse sur mon visage, ma voix a changé. Je pensais que j'avais mangé quelque chose qui était à l'origine de ces changements, et j'ai eu peur. Un jour quand je suis allée me laver, j'ai vu du sang sur mon sous vêtement. Je n'avais jamais entendu parler de ça et j'avais très peur. Après, ma robe était tachée de sang et maman l'a remarqué. Elle m'a posé la question de savoir si j'avais vu mes règles, mais j'ai nié car j'avais peur de lui dire. Elle a tellement insisté que j'ai fini par accepter. Ma mère, m'a dit de ne pas avoir peur, que ce n'était pas une maladie mais que ces changements arrivent quand une jeune fille grandit.



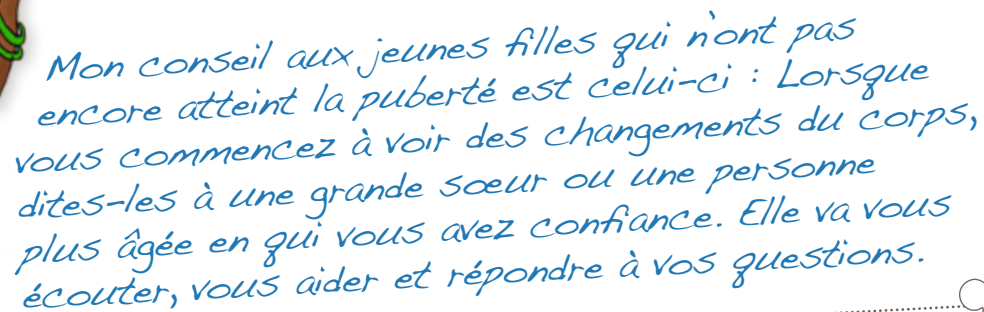
QUESTIONS

1. Nana a remarqué quels changements sur son corps quand elle grandissait ?

2. A qui Nana a raconté ses changements ? Est-ce que cette personne l'a aidé ?

3. Qu'as-tu appris de cette histoire de Nana ?





Tout comme les garçons ont des pollutions nocturnes, les filles voient les règles tous les mois. La menstruation ou les règles, c'est l'écoulement de sang à travers le vagin chez une fille ou une femme pendant trois à cinq jours. Quand une fille voit les règles, cela veut dire que son corps a grandi et se prépare à avoir des enfants dans l'avenir. Cela signifie également qu'elle peut tomber enceinte. Cependant elle n'est pas encore prête à prendre soin de ses enfants. Cela ne signifie pas qu'elle a déjà connu les rapports sexuels, ce que cela ne signifie pas non plus qu'elle doit être discriminée ou stigmatisée. Beaucoup de filles ont peur quand elles voient leurs règles pour la première fois parce qu'elles ne savent pas ce que c'est. Pire encore, beaucoup de filles craignent que les garçons se moquent d'elles à l'école pendant la menstruation. Comme des fils, frères, des futurs maris et futurs pères, c'est important que les garçons soient informés sur la menstruation.

A partir de la première menstruation, les règles s'observent à peu près chaque mois, même si au début cela n'est pas régulier chez toutes les filles. Pour cela on note les dates sur un calendrier pour ne pas être surprise le mois suivant. Pour garder une trace de la date de menstruation, les filles peuvent faire un calendrier de menstruation. Voici un exemple d'un calendrier qu'une fille peut dessiner et utiliser lorsqu'elle a sa menstruation. Le premier jour de ses règles, elle encercle comme le montre le calendrier en bas, et puis elle met un « X » tous les jours quand le sang va continuer à couler. Les règles suivantes vont apparaître plus ou moins 28 jours après la date qui a été encerclée.

A circular inset illustration with a teal border featuring a white geometric pattern. Inside, a woman with short dark hair, wearing a light blue top, is shown in profile. She is holding a yellow mobile phone to her ear with her right hand and gesturing with her left hand towards a small, yellow, wall-mounted device that resembles a mobile phone or a small screen.

QUESTIONS DE CONNAISSANCE SUR LA PUBERTÉ

Encerclés la bonne réponse

	VRAI	FAUX
<input type="radio"/> Les changements du corps et des émotions sont normaux et arrivent chez tous les garçons à partir d'un certain âge	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="radio"/> Quand un garçon atteint la puberté cela signifie qu'il peut se marier	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="radio"/> L'émission ou la pollution nocturne est un phénomène anormal et pour arrêter cela, le jeune garçon doit se marier ou avoir des rapports sexuels avec une fille	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="radio"/> J'ai 12 ans et je n'ai pas encore de barbes comme pour mes amis. Je ne dois pas m'inquiéter pour cela, car chaque garçon se développe à son rythme	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="radio"/> Seules les filles passent par la puberté et pas les garçons	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>

Voir les réponses correctes à la page 23

Écris dans les lignes qui suivent avec qui tu vas partager ce que tu as appris sur la puberté.



3 LES RÔLES DU GENRE

As-tu déjà entendu parler du mot GENRE ?

Coches la bonne réponse

OUI



NON



Si tu as dit oui, écris dans les lignes ci-dessous ce que le mot « GENRE » signifie selon-toi ?

Les filles et les garçons, doivent aller à l'école.

Coches la bonne réponse

OUI



NON



Les filles et les garçons peuvent faire la vaisselle, la lessive et la cuisine à la maison.

OUI



NON



Que signifie le mot Genre :

66 *Ce sont les rôles, les attitudes, les comportements, les métiers que la communauté ou la société donnent ou attribuent aux hommes et aux femmes, aux filles et aux garçons.*

C'est différent du mot Sexe qui est la différence biologique qui distingue les hommes des femmes, cette différence est déterminée par les gènes de la personne. Par exemple, seuls les hommes produisent le sperme et seules les femmes produisent des ovules et peuvent être enceintes.

Dans notre communauté, il y a différentes croyances sur la façon dont les garçons et les filles doivent se comporter. Toutes ces croyances sont-elles vraies ?





Questions sur les rôles des **filles** et des **garçons**

Notre société accorde souvent certains rôles et différentes responsabilités aux personnes selon qu'elles sont hommes ou femmes ; garçons ou filles.



Penses-tu que dans notre communauté, les rôles et les responsabilités entre les filles et les garçons sont repartis de manière équitable ?

À présent, nous t'invitons à réfléchir sur ce que les gens pensent ou disent :

1. Les garçons ne doivent pas réaliser les tâches ménagères parce que...

- ☐ Ce n'est pas leur travail
- ☐ Ils ne savent pas comment réaliser les tâches ménagères
- ☐ Ils doivent étudier
- ☐ On va se moquer d'eux
- ☐ Autre :

Est-il vrai que c'est seulement aux filles de réaliser les tâches ménagères ? Qu'est-ce qui se passerait si toi ou ton père, vous aidez tes sœurs ou ta mère à faire la vaisselle ? Que peux-tu dire pour les encourager à te demander de les aider dans les tâches ménagères ?

À savoir

Bien que selon certaines croyances, les tâches ménagères sont réservées aux filles uniquement, les garçons ainsi que les papas peuvent les aider aussi dans ces tâches. Dans notre société, il y a par exemple des hommes qui travaillent dans des restaurants et cela ne change pas leur état ou condition d'homme.

Penses-tu que c'est plus facile pour les garçons de réaliser leurs espoirs et rêves que pour les filles ?

À savoir

Les filles et les garçons ont les mêmes capacités et les mêmes aptitudes pour réaliser leurs rêves et leurs espoirs. Les filles ne sont pas inférieures aux garçons. Elles peuvent aussi aller au-delà des études secondaires et devenir celles qu'elles souhaitent être dans la vie.



2. Avoir une relation sexuelle avec une fille signifie que...

- Le garçon est maintenant un homme et est prêt à avoir une relation sexuelle
- Le garçon peut forcer une fille à avoir une relation sexuelle
- Le garçon doit respecter sa copine et s'abstenir de rapports sexuels
- L'abstinence n'est pas possible
- Autre :

À savoir

Les filles et les garçons ont les mêmes droits. Un garçon ne peut pas forcer une fille à avoir des rapports sexuels avec lui si elle n'est pas d'accord. Et l'abstinence est le meilleur moyen de se préserver d'une grossesse et des infections sexuellement transmissibles y compris le VIH/SIDA pour les garçons et les filles.

3. Comparativement aux garçons, les filles abandonnent l'école parce que...

- L'éducation des filles n'est pas si importante que celle des garçons
- Elles ne sont pas censées faire des études secondaires
- Les filles sont faites seulement pour les tâches ménagères
- Les filles ne sont pas aussi intelligentes que les garçons
- Autre :



À savoir

Les filles sont aussi importantes que les garçons, et leur éducation est aussi importante. Elles ne doivent donc pas abandonner leurs études et croire qu'elles sont faites seulement pour les tâches ménagères comme pensent certaines sociétés.

4. Les garçons ne s'occupent pas des enfants parce que...

- Ils ne sont pas nés avec les compétences nécessaires pour prendre soin des enfants
- Les voisins vont se moquer d'eux
- Ce n'est pas une responsabilité d'hommes
- Ils sont préparés pour devenir chefs des familles
- Leurs mamans le leur interdit
- Autre :

À savoir

Les hommes peuvent aussi s'occuper des enfants et aider leurs sœurs et mères à la maison.



5. Les garçons sont battus à l'école par les enseignants parce que ...

- Ils sont plus difficiles et les méritent
- Les filles se comportent mieux
- Ils doivent apprendre la discipline
- Les enseignants détestent les garçons
- Autre :

À savoir

Les garçons et les filles ont droit au même traitement de la part de leurs apprenants. Et la violence n'est pas un bon moyen de discipline.

6. Les garçons ne pleurent pas parce que ...

- Ils ne savent pas comment pleurer
- On leur dit de ne pas pleurer par leurs familles et la société
- Ils manquent d'émotions et ne se sentent jamais tristes ou blessés
- Autre :

À savoir

Les garçons ressentent aussi les mêmes émotions que les filles. Ils peuvent être aussi tristes, blessés et ils ont le droit d'exprimer leurs émotions même en pleurant.

7. Les filles ne devraient pas jouer au football parce que...

- Elles doivent passer leur temps libre en faisant des tâches ménagères
- Il n'est pas biologiquement possible pour elles de jouer au football
- Ce n'est pas le jeu des filles
- Ça va déformer leur corps pour ressembler au corps des garçons
- Autre :

Est-ce vrai que les filles ne peuvent pas faire du sport ? Est-il juste pour les garçons d'avoir du temps libre pour jouer, et non pour les filles ? Qu'est-ce que les familles peuvent faire pour rendre la vie plus juste et équitable pour les garçons et filles à la maison ?

À savoir

Les filles peuvent aussi faire du sport. Elles peuvent jouer au foot ou à tout autre jeu comme les garçons. Et même dans l'avenir, les filles peuvent devenir des sportifs professionnels.



VRAI ● **FAUX** ●



HISTOIRE DE PATOU

Patou habite à Tshangu. Il est en première année secondaire. Il habite dans une famille composée de six personnes dont son grand père, sa mère, son père, une sœur, un frère et lui-même. La maman de Patou est tout le temps occupée et fatiguée parce qu'elle fait tous les travaux



ménagers elle-même avec par moment de l'aide du frère et de la sœur de Patou. Patou va à l'école, et après l'école, il rentre à la maison, mange la nourriture préparée par sa mère et revois ses notes. Après cela il va jouer au football.

Si son frère et sa sœur lui demandent de l'aide, il refuse parce qu'il veut regarder la télévision quand il a fini à revoir ses notes. Patou se sent fier de lui-même en tant que fils aîné. Il estime également que c'est son droit de ne pas aider ni son frère ni sa sœur, parce qu'il doit étudier, finir ses études pour prendre en charge plus tard ses parents, son frère et sa sœur.

QUESTIONS

1. Que penses-tu du comportement de Patou ?

2. Pour toi, qu'est-ce que Patou fait de bien et qu'est-ce qu'il fait de mal ?

3. Quel conseil donneras-tu à Patou sur son comportement envers son frère, sa sœur et sa mère ?

Bien que nos sociétés aient créé certains rôles pour les hommes et les femmes, il existe dans la société des exemples d'hommes et de femmes qui vivent différemment, mais dans l'égalité. Cela prouve que toutes ces croyances ne sont pas universelles. Donc, au lieu de forcer les rôles et les responsabilités fondées sur le sexe, les garçons et les filles doivent avoir des chances égales dans le travail en fonction de leurs compétences. La vérité est que tout le monde peut apprendre à tout faire et réussir s'il ou elle en a la possibilité.

Penses-tu que les filles méritent d'être éduquées comme les garçons ?
Quels sortes des rêves et espoirs penses-tu que les filles ont ?





Les garçons et les filles sont différents mais pas inégaux. Toutes les personnes ont l'obligation d'agir de manière à aider à la fois les garçons et les filles à réaliser leurs espoirs et leurs rêves.



”

ACTION À PRENDRE

Peux-tu observer autour de toi, dans ta maison, dans ton entourage, certains comportements et attitudes que tu trouves ne pas être correctes face au comportement envers les filles et les garçons ? Notes-les et discutes de cela avec tes parents.

...autour de moi ...



4 ANNEXE : RÉPONSES AUX DIFFÉRENTES QUESTIONS

Réponses aux questions sur la puberté, page 16

	VRAI	FAUX
Les changements du corps et des émotions sont normaux et arrivent chez tous les garçons à partir d'un certain âge	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Quand un garçon atteint la puberté cela signifie qu'il peut se marier	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
L'émission ou la pollution nocturne est un phénomène anormal et pour arrêter cela, le jeune garçon doit se marier ou avoir des rapports sexuels avec une fille	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
J'ai 12 ans et je n'ai pas encore de barbes comme pour mes amis. Je ne dois pas m'inquiéter pour cela, car chaque garçon se développe à son rythme	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Seules les filles passent par la puberté et pas les garçons	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>





ELENGE MOBALI

Livre sur la puberté

 BIEN GRANDIR!