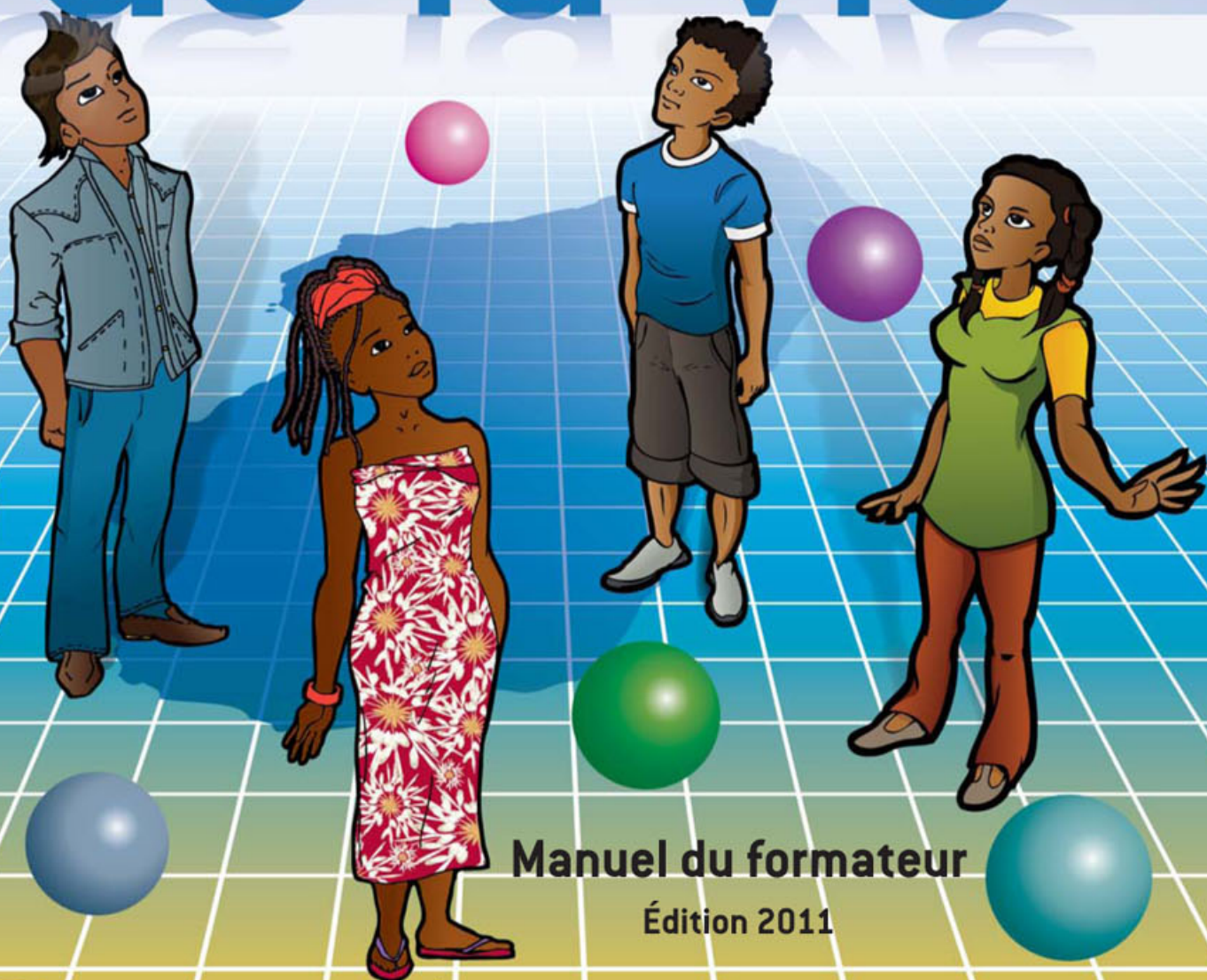




Compétences de la vie



Manuel du formateur

Édition 2011



MSIS
Multi-Sector Information Service
Member of Pan-Madagascar Networks



unicef 

Sommaire

Sigles et abréviations

8

Introduction

Session 1. Introduction au Life Skills

14

Activité 1. Life Skills dans la vie des jeunes

14

Activité 2. L'approche Compétences de la Vie

15

Santé des Jeunes

Session 1. Introduction générale

20

Activité 1. Qu'est-ce que la santé ?

20

Activité 2. Rester en santé

22

Activité 3. Une communauté en santé

24

Activité 4. Notre santé est entre nos mains

25

Session 2. Santé sexuelle et reproductive

28

Activité 1. Comprendre la santé sexuelle
et reproductive

28

28

Activité 2. L'appareil génital masculin et féminin

30

Activité 3. La puberté

34

Activité 4. Le cycle menstruel

35

Session 3. Sexualité des jeunes

37

Activité 1. Introduction à la sexualité

37

Activité 2. Influences sur la sexualité

41

Activité 3. La sexualité : images liées à la sexualité

42

Activité 4. La sexualité : ce que l'on aime et ce que l'on n'aime pas

45

Activité 5. Sexe...Homme... Femme...

47

Activité 6. La sexualité : identité et orientation sexuelle

49

Session 4. Grossesse précoce, grossesse non désirée et avortement

52

Activité 1. Rapport sexuel précoce

52

Activité 2. Grossesse

53

Session 14. Manger pour vivre...	122
Activité 1. Rester en santé	122
Activité 2. Manger pour sa santé	124
Activité 3. L'hygiène alimentaire	126
Session 15. La pratique de l'exercice physique	128
Activité 1. Compétitions (jeu)	128
Activité 2. Activité physique	130

Se préparer à être parents

Session 1. De la rencontre au mariage	132
Activité 1. La ligne du temps ?	132
Activité 2. Qu'est-ce qui nous attire ?	134
Activité 3. Être amoureux	136
Activité 4. L'amour ! toujours l'amour !	137
Activité 5. Avant / après	138
Activité 6. Le mariage	140
Session 2. Être parent	141
Activité 1. Grossesse	141
Activité 2. Élever un enfant à deux	143
Activité 3. Rumeurs à propos de la planification familiale	145
Session 3. Défis liés au mariage	147
Activité 1. Les débuts des conflits	147
Activité 2. Conflits maritaux	149
Activité 3. Négociations !	151
Activité 4. Des décisions difficiles	153
Session 4. Gestion financière	154
Activité 1. Budget domestique	154
Activité 2. Trouver des solutions	155

Éducation à la paix et à la citoyenneté

Session 1. Introduction générale	158
Activité 1. Qu'est-ce-que la paix ?	158
Activité 2. La paix intérieure	160
Activité 3. Quel est votre avis ?	161

Session 10. Être citoyen actif	199
Activité 1. Que faire si ... ?	199
Activité 2. Quand une enfant est obligée de travailler	200
Activité 3. Bouclier	201
Activité 4. Piétons et bicyclette	202
Activité 5. Mariage cauchemardesque	203
Activité 6. Témoignage de Krisy	204
Activité 7. Cartes postales	206
Activité 8. Cohabitation	207
Activité 9. La vie en démocratie	208
Activité 10. Vivre avec les lois	209
Activité 11. Campagne anti-vandalisme	214

Environnement

Session 1. Les interactions entre les êtres vivants et leur milieu	216
Activité 1. La nature que j'admire	216
Activité 2. La chaîne alimentaire	218
Session 2. L'homme et les ressources naturelles	219
Activité 1. Les ressources naturelles	219
Activité 2. L'eau : Le chemin de la contamination	220
Activité 3. Le bouclier	224
Session 3. Préservation et protection de l'environnement	225
Activité 1. Quel héritage pour nos descendants ?	225
Activité 2. L'île rouge	227
Activité 3. Agir ensemble	229

Culture / média / technologie

Session 1. Introduction générale	232
Activité 1. Qui suis-je ?	232
Activité 2. Qu'est-ce que la culture ?	233
Activité 3. Oh, mes aïeux!	234
Activité 4. Saint-Valentin	235
Session 2. Les femmes au sein d'une société patriarcale	236
Activité 1. Mariage arrangé : à qui appartient le choix ?	236
Activité 2. Vie quotidienne	237
Session 3. Les jeunes dans une société d'adultes	239



Activité 1. L'histoire de Boto	239
Activité 2. Papa gâteau	241
Activité 3. Face aux changements	242
Session 4. Les jeunes et le patrimoine culturel	243
Activité 1. Avy mangataka	243
Activité 2. Protégeons nos patrimoines	245
Session 5. Les jeunes et la langue maternelle	246
Activité 1. Radio trottoir	246
Session 6. Les jeunes face à la culture moderne	247
Activité 1. Les attributs de la culture moderne	247
Activité 2. Exploitation des arts et techniques modernes	248
Session 7. Evolution des jeunes dans un monde de média et de technologie	249
Activité 1. Analyse et utilisation de l'information	249
Activité 2. Annonces publicitaires	251
Activité 3. La participation des jeunes	252

Guide sur le mécanisme de suivi des activités des JPE

Introduction	255
I. Être JPE	256
II. Mécanisme de rapportage	263
III. Indicateurs clés pour le suivi des activités des JPE	264
IV. Outils de travail	265
 Bibliographie	 273

Ce guide vient répondre aux besoins d'outils permettant de développer les compétences des jeunes dans des domaines aussi importants et sensibles que les relations, la communication, l'amour, la sexualité etc. et leur rapport au VIH/SIDA dans un environnement en perpétuelle évolution.

Au-delà de sa portée informationnelle, il est un outil efficace pour inculquer des aptitudes à partir des incitations et des provocations à la réflexion et des pratiques. Il donne des alternatives pour aborder les sujets difficiles ou tabous sans froisser les sentiments des uns et des autres et sans faire atteinte à la moralité.

Ce guide n'est pas recommandé pour des ateliers de grands publics. En effet, si nous voulons développer la capacité d'écoute et de communication des jeunes, il faut donner à chacun l'occasion de s'exprimer et de réagir aux idées émises par les autres. Dans ce sens, les discussions en petits groupes constituent une occasion de se respecter et de s'écouter mutuellement sans pour autant devoir trouver des accords.

Composé de séries d'exercices ordonnés et appropriés pour inculquer aux jeunes des connaissances et compétences utiles à leur développement, ce guide traite 6 principaux thèmes :

- « santé des jeunes » qui invite les jeunes à approfondir leurs connaissances sur leur santé et leur permet d'acquérir les compétences nécessaires à l'acquisition de comportements sains ;
- « se préparer à être parents » qui est une occasion offerte aux jeunes de réfléchir aux enjeux et implications de l'engagement dans la vie familiale ;
- « éducation à la paix et à la citoyenneté » qui les initie à l'appropriation de la culture de la paix et leur permet de prendre conscience de leurs droits et responsabilités en tant que citoyens ;
- « environnement » qui porte sur les comportements qui veillent à la protection de l'environnement ;
- « culture, média, technologies » qui les amène à réfléchir et à discuter des influences des médias et des nouvelles technologies sur leur développement et à mieux appréhender leurs façons de les exploiter ;
- « guide des mécanismes de suivi des activités des JPE » qui fournit les outils qui leur sont nécessaires pour documenter la réalisation de leurs activités et suivre/évaluer l'atteinte des objectifs fixés.

Introduction au Life Skills

Activité 1. Life Skills dans la vie des jeunes



OBJECTIFS

- ▶ Prétester les connaissances des participants en matière de compétences de la vie
- ▶ Introduction à la notion de compétences de la vie

MATÉRIELS

- ▶ Flip chart, marqueur

DURÉE

60 minutes

Étapes

1. Demander à chaque participant de dessiner sur un emballage, une scène de leur vie où ils étaient dans une situation à risque et les afficher.
2. Demander ensuite à tous les participants d'afficher leur dessin. Tous les participants vont raconter tour à tour leur histoire.
3. Les répartir en plusieurs groupes de 5 ou 6 pour qu'ils puissent monter et présenter un mini drame à partir d'une situation de leur choix.
4. Après les représentations, leur demander de répondre aux questions suivantes :

Note au facilitateur

Cet exercice permet au facilitateur de se renseigner sur les connaissances et les perceptions que les participants ont des compétences de la vie, afin d'orienter ses prochaines interventions.

- a. Citez 3 compétences personnelles (*life skills*) qu'ils ont utilisé pour faire face à la situation.
- b. Citez-en 3 autres qui leur ont manqué.
- c. Citez les 3 compétences les plus importantes aux jeunes malgaches pour faire face aux différentes situations de leur vie quotidienne.

Les compétences de la vie (Lifeskills)

1. Définition de « Compétences de la vie » selon l'OMS

Capacités d'avoir des comportements adaptés et positifs qui permettent aux individus de répondre effectivement aux demandes et défis de la vie quotidienne.

2. Les différents aspects des compétences de la vie :

- Il s'agit de parler de la vie : comment vivre bien dans des environnements pleins de risques.
- Il n'y a pas de théorie à apprendre en compétences de la vie. Leurs acquisitions reposent sur l'expérience, les pratiques interactives telles les discussions, les jeux, les études de cas, etc. Ces pratiques donnent effectivement aux jeunes l'occasion de réfléchir et de discuter dans un cadre et une ambiance qui favorisent l'expression.
- L'approche compétences de la vie ne donne pas de leçons de morale aux jeunes : elle leur permet de les approprier d'une manière implicite à partir de différentes activités de réflexions.
- Les compétences permettent aux jeunes de prendre des décisions éclairées.

3. Concept connaissance / attitude / compétence / comportement

Méthode participative :

Susciter des réflexions et des discussions à partir d'activités interpellantes et interactives

<=> Les idées viennent des jeunes eux-mêmes

Connaissances

- *Acquérir des connaissances détaillées et approfondies.*
- *Connaître des moyens de s'informer*

Attitudes

- *Adopter des attitudes positives dans une situation, face à un problème ou un défi.*

Compétences de la vie

- *Exploiter et mettre en action les connaissances acquises.*

Comportement :

Prendre des décisions et adopter des comportements favorables à leur santé et à leur développement





Santé des jeunes

Session 1.

Introduction générale 20

Session 2.

Santé sexuelle et reproductive 28

Session 3.

Sexualité des jeunes 37

Session 4.

Grossesse précoce, grossesse non désirée et avortement 52

Session 5.

Infections Sexuellement Transmissibles (IST) 64

Session 6.

VIH / SIDA 69

Session 7.

Les risques 76

Session 8.

La vulnérabilité au VIH 80

Session 9.

Lutte contre la vulnérabilité 86

Session 10.

Se protéger des IST et du VIH 88

Session 11.

Le VIH/SIDA : la stigmatisation et discrimination 102

Session 12.

La toxicomanie 105

Session 13.

La violence 116

Session 14.

Manger pour vivre... 122

Session 15.

La pratique de l'exercice physique 128

Objectifs de la session :

- Améliorer les connaissances des participants en matière de santé en général et de santé de la reproduction en particulier ;
- Susciter des réflexions personnelles et des discussions pour les amener à adopter des comportements à moindre risque pour leur santé.

Session 1. Introduction générale

Activité 1. Qu'est-ce que la santé ?

OBJECTIFS

- ▶ Les participants acquièrent une notion commune de la santé et sont capables d'analyser les différents facteurs qui peuvent affecter leur santé

MATÉRIELS

- ▶ Papiers emballage ou flip chart, stylos feutres /markers, cartes VIPP

DURÉE

30 minutes

Étapes

1. Répartir les participants en différents groupes selon leur nombre.
2. Demander aux participants de réfléchir sur les questions suivantes
 - a. Que signifie « être en santé » pour vous ?
 - b. Qu'est ce qui peut affecter cette santé d'une manière positive ou négative ?
3. Discuter sur l'ensemble des moyens de rester en bonne santé . Écrivez toutes les réponses au tableau. Rappelez-leur que la santé ne concerne pas seulement notre corps et incitez-les à ajouter d'autres aspects importants qui auraient été oubliés.
4. Distribuer 20 cartes VIPP à chaque groupe. Expliquez-leur qu'ils vont choisir dix déterminants de la santé qu'ils vont

Note au facilitateur

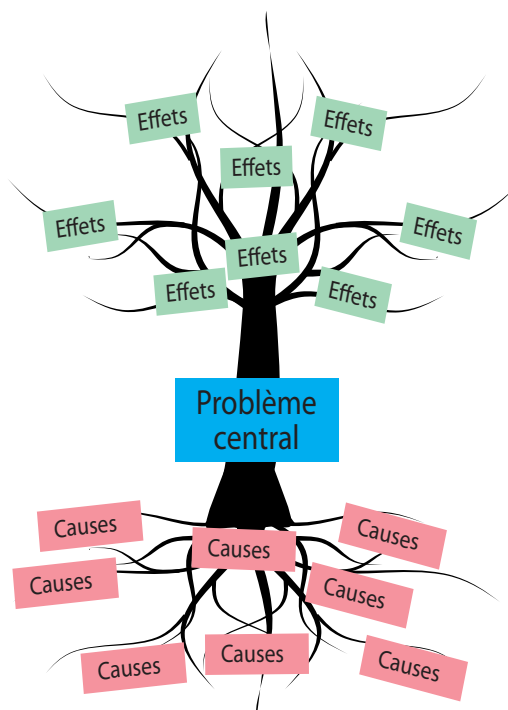
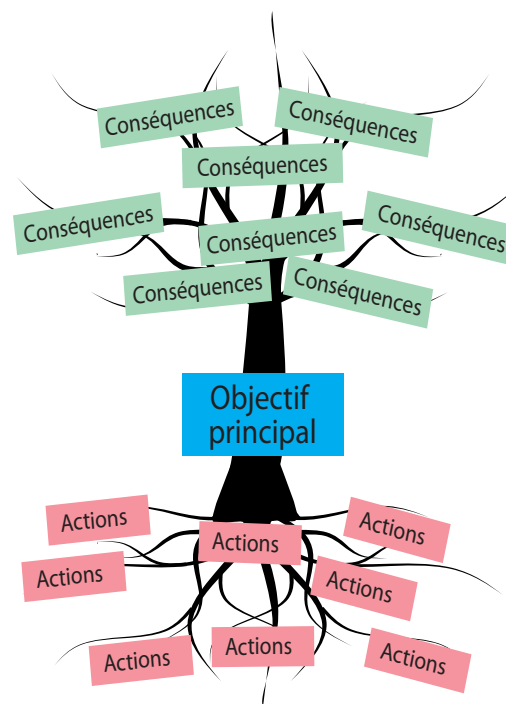
La question « que signifie être en santé pour vous ? » incite les participants à identifier diverses dimensions du concept de santé. Ces aspects peuvent être classifiés comme suit :

- santé physique : elle concerne le fonctionnement mécanique du corps.
- Santé mentale : c'est la capacité à penser clairement et avec cohérence. Il s'agit de nous connaître, nos forces et nos faiblesses ainsi que notre capacité à penser avec créativité et d'une manière critique dans toutes les situations .
- Santé émotive : c'est la capacité à reconnaître des émotions comme la crainte, la joie, le chagrin et la colère et les exprimer d'une manière appropriée. C'est aussi la capacité à gérer le stress, la tension, la dépression et l'anxiété. La santé émotive est ainsi exprimée dans les relations saines.

4. Former 3 groupes de participants et Distribuer à chaque groupe 8 cartes de 2 couleurs différentes. Expliquer que la 1ère couleur va servir à inscrire les causes du problèmes et la 2nde les effets. Leur demander de bien creuser pour ne pas s'arrêter sur les causes et effets primaires.

5. Demander à un volontaire de dessiner un arbre avec des racines et des branches bien visibles sur le flip chart.

6. Les rapporteurs des groupes vont passer pour coller leurs cartes sur l'arbre. Les causes sont placées à la racine et les effets sur les branches. Les idées similaires sont superposées et pourront être reformulées à la fin des discussions.



7. Lorsque chaque groupe aura terminé, demander à un autre volontaire de dessiner un autre arbre. Expliquer que cette fois-ci, ils vont transformer le problème en objectif à atteindre.

- Définir l'objectif principal, en transformant le problème central en une situation positive que l'on veut atteindre.
- Transformer chaque cause en action qui va contribuer à l'atteinte de l'objectif principal. Expliquer que ce sont ces moyens qu'ils vont réaliser.
- Déterminer ensuite les conséquences possibles des réalisations des actions.

8. Il reste maintenant à déterminer des échéanciers pour atteindre l'objectif principal et pour chaque action à entreprendre. Dessiner la matrice suivante et demander aux participants de la remplir.

4. Déposer chaque carte représentant chaque produit sur chaque table et demander aux jeunes de commencer le jeu en respectant la consigne. Les groupes démarreront le jeu simultanément, ce qui évitera aux plus réservés d'avoir à «jouer» devant tout le monde.

5. Après 4 ou 5 minutes de négociations, demander aux participants de se regrouper tous ensemble pour se raconter mutuellement ce qui s'est passé au sein du groupe.

6. Les observateurs restituent la scène, les échanges qui ont eu lieu, et les arguments utilisés.

7. Ensuite, classer les arguments au tableau dans deux colonnes : arguments pour convaincre (*de prendre le produit*) et arguments pour résister (*à la pression du groupe*).

8. Demander aux participants qui ont joué les différents rôles :

- a. Comment ils les ont ressentis, et en particulier à ceux qui devaient résister à la pression du groupe s'ils ont «craqué», et pourquoi.
- b. Quels sont les arguments qui vous ont les plus touchés ? Pourquoi ?

9. Pour terminer, leur demander de créer un slogan pour chaque type de substance :

- cigarettes ;
- alcool ;
- drogue.





Activité 5. Avant / après



OBJECTIFS

- ▶ Les participants discutent des éventuels signes de danger chez un partenaire



MATÉRIELS

- ▶ 2 copies des histoires de Landy et de Haja



DURÉE

30 minutes

Étapes

1. Demander à deux groupes de volontaires de venir jouer deux mini-drames :

- Le premier groupe sera composé d'une fille et de trois garçons.
- Le second groupe sera composé d'une fille et d'un garçon.

2. Distribuer les cartes d'histoires d'une manière aléatoire entre les deux groupes:

HISTOIRE 1 :

Avant le mariage

Landy attend Lova, son nouveau petit copain à la sortie de l'école. Un ami d'enfance qu'elle n'a pas vu depuis longtemps passe.

Patrick : Salut, que fais-tu là ?

Landy : J'attends mon petit copain. Ça fait longtemps !

Patrick : La dernière fois qu'on s'est vus, on jouait à cache-cache et tu étais bloquée sur un arbre !

Landy : Je m'en souviens très bien, c'était vraiment marrant !

Note au facilitateur

Lors des discussions, faire en sorte que les participants réfléchissent au fait que l'amour devrait contribuer au développement et à l'épanouissement, ainsi qu'à la réalisation des projets de vie de toute personne.

Comme dans l'activité précédente, si les discussions tendent à mettre les filles en position d'infériorité, il faut expliquer qu'elles jouissent des mêmes droits et dignités que les garçons.

Ils continuent à rigoler en se racontant d'autres anecdotes de leurs enfances.

A ce moment, Lova arrive, l'a prise violemment par le bras, et l'emmène de force.

3. Demander aux autres participants de :

- a. décrire ce qu'ils ont vu et ressenti ;
- b. deviner une suite pour chaque histoire : à court terme, à moyen terme et à long terme.



lui demande pourquoi il fait cela alors qu'il sera bientôt exécuté. Le condamné lui répond qu'il est en train de préparer l'héritage de ses enfants.

2. Leur montrer ensuite l'image avant/après de la page suivante et poser les questions suivantes :

- Que pensent-ils de l'histoire du prisonnier vietnamien ? De quel héritage parle-t-il ?
- Quels liens y-a-t-il entre l'histoire du prisonnier et l'image avant/après ?
- Qu'est-ce qui aurait pu se passer entre les 2 images ? Qui sont les responsables ?
- A votre avis, quel serait l'enjeu de laisser à nos héritiers un environnement sain ?

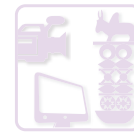
Les impacts de la désertification sur la population locale :

- pauvreté due à diminution des rendements agricoles pouvant aller jusqu'à la famine ;
- migration en masse vers les villes ;

Impacts sur l'environnement :

- raréfaction, voire disparition des espèces de plantes et d'animaux ;
- réchauffement du climat, diminution de la pluviosité.

3. Pour terminer, former 2 groupes de participants et leur demander d'écrire chacune une histoire à partir de chaque image puis la faire lire par un représentant.



Activité 4. Saint-Valentin



OBJECTIFS

- ▶ Aider les participants à avoir un esprit critique face à l'introduction de la culture moderne et de savoir choisir et respecter les valeurs qu'elles aient été apportées par les étrangers ou héritées de nos ancêtres

MATÉRIELS

- ▶ Carte VIPP, Marqueur, Flip chart, markers

DURÉE

30 minutes

Étapes

1. Demander aux participants s'ils connaissent la Saint-Valentin. Les séparer en deux groupes de ceux qui la fêtent et ceux qui ne la fêtent pas ou ne veulent pas la fêter.
2. Demander aux groupes de traiter les questions suivantes :
 - a. premier groupe : que font-ils ou qu'aimeraient-ils faire avec leurs petits amis ou petites amies le jour de la Saint Valentin ? Pourquoi ?
 - b. deuxième groupe : pourquoi ne veulent-ils pas fêter la Saint-Valentin ?
3. Expliquer l'origine de la Saint-Valentin et poser les questions suivantes :
 - a. Pouvez-vous citer d'autres événements qui sont venus d'ailleurs et que nous avons adoptés ou que nous commençons à adopter ? (*fêtes des mères et des pères, célébrations des journées mondiales*)
 - b. Et maintenant pouvez-vous citer d'autres cultures qui sont « importées » par les étrangers chez nous et que nous avons adoptées ?

Note au facilitateur

Veiller à ne pas centrer la discussion seulement sur les aspects superficiels et phénomène de mode. Inciter les participants à réfléchir sur les vraies valeurs qui se cachent derrière ces coutumes.

La Saint-Valentin est par exemple perçue à Madagascar comme la fête des amoureux alors que dans d'autres pays, c'est en même temps la fête des amoureux et la fête de l'amitié. Elle puise son origine d'une légende qui se serait déroulée au III^{ème} siècle :

Un empereur cruel qui avait du mal à recruter ses soldats interdisait les mariages car ils croyait que l'attachement des hommes à leurs femmes et familles les empêchaient de s'engager dans l'armée. Alors un prêtre nommé Valentin décida de marier clandestinement les couples. Il fut arrêté et décapité.

- c. Quels sont les valeurs véhiculées par ces cultures et quels avantages et inconvénients apportent-ils dans notre société ?
- d. Dans quelles mesures ces cultures contribuent-elles au développement des jeunes ou en constituent des entraves ?

Activité 2. Annonces publicitaires



OBJECTIFS

- ▶ Avoir l'esprit critique face à l'hypersexualisation des femmes par les médias

MATÉRIELS

- ▶ Marqueur, Flip chart

DURÉE

30 minutes

Étapes

1. Passer par tous les participants et Leur demander de dire ce qui est leur annonce favori et pourquoi. Dites que toutes annonces se servent de méthodes différentes afin de nous attirer a regarder/écouter et de nous faire acheter leur produit. Discuter lors d'un brainstorming des méthodes dont ils se servent.
2. Demander pourquoi dans la plupart des publicités on exploite la féminité ?

3. Travail de groupes : Donner des exemples de publicités avec des photos de femmes sexy. Après la restitution, discuter des effets de ces publicités sur les participants. Comment peuvent-elles influencer leurs choix et les pousser à acheter ou non.



- L'entrevue des candidats présélectionnés suivant un questionnaire préétabli basé sur les compétences. Chaque entrevue fera l'objet d'un PV
- La rédaction du rapport de recrutement mentionnant les candidats retenus
- La notification officielle des candidats retenus par voie d'affichage et à la radio
- L'archivage au niveau de l'autorité compétente des dossiers de candidature et de recrutement



Mission :

Engagement pour une durée de 2 ans au moins

**sensibiliser ses pairs
sur la santé et développement
des jeunes sans distinction
de sexe, de religion, d'ethnie
et d'origine sociale**

communiquer avec ses pairs
informer
sensibiliser
effectuer des counseling
orienter
effectuer des plaidoyers
référer ses pairs vers les
services/personnes adaptés

Sensibilisation et référence

- Mener des activités de sensibilisation et d'éducation par les pairs (*counseling, cause-rie, projection de films, animations, visites à domicile, distribution de supports IEC*) ;
- servir de relais entre les centres de jeunesse et de santé et les jeunes ;
- renforcer les structures d'encadrement des jeunes.

Activités à base communautaire

- Promouvoir l'abstinence sexuelle afin de retarder l'âge du premier rapport sexuel, et renforcer l'accès au préservatif chez les jeunes sexuellement actifs à titre de prévention ;
- participer aux événements organisés dans la communauté comme les SSME, la vaccination...

Plaidoyer et représentation

- Représenter ses pairs lors des réunions, forum, conseils à tous les niveaux ;
- effectuer des plaidoyers auprès des autorités locales, régionales, nationales et internationales en faveur des jeunes.

Principes clés qui guident les JPE

- Respect de soi-même et de ses pairs
- Confidentialité des informations reçues de ses pairs
- Attitude non discriminatoire
- Solidarité envers ses pairs
- Absence de jugements

Le Ministère de la Jeunesse et des Loisirs
remercie tous ceux qui ont contribué à l'élaboration de ce manuel

Unicef

UNFPA

Ministère de l'Education Nationale

Ministère de la Santé

Ministère des Sports

Association Tamasha - Tanzanie

Multi-Sector information Service

Sehatra Ivoaran'ny VEhivavy

Jeunes Pairs Educateurs

Police des Moeurs

PACT

WWF - Madagascar

Ligne Verte

FISA

SAMPATI

Photos : MJL - MSIS - JPE - Unicef



Contacts :

Ministère de la Jeunesse et des Loisirs
 Direction de la Promotion de la Jeunesse
 Bâtiment Ankorondrano (derrière Gymnase Couvert)
 Antananarivo
www.tanora.gov.mg

Fonds des Nations Unies pour l'Enfance
 Maison Commune des Nations Unies
 Zone Galaxy Andraharo
 BP 732 Antananarivo 101
www.unicef.org