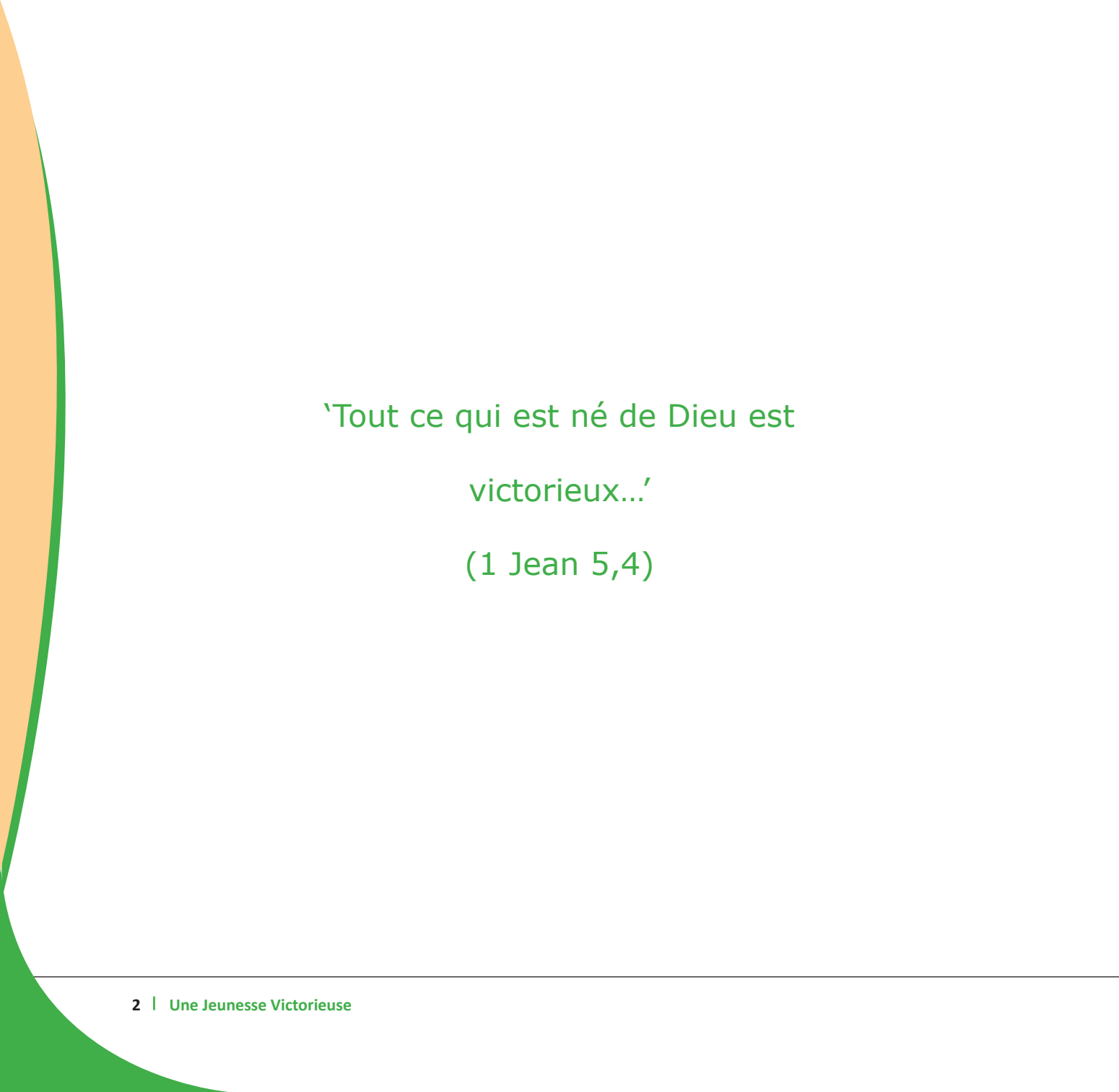


# Une Jeunesse Victorieuse

Guide d'Éducation sur la Santé Sexuelle et Droits liés à la Procréation



Une Jeunesse Victorieuse



'Tout ce qui est né de Dieu est  
victorieux...'  
(1 Jean 5,4)

# SOMMAIRE

AVANT-PROPOS .....	6
A PROPOS DE CE GUIDE.....	7
INDICATIONS UTILES .....	9
QUESTIONNAIRE SUR LES CONNAISSANCES DES JEUNES EN MATIERE DE LA SANTE SEXUELLE ET DROITS LIES A LA PROCREATION .....	10
I. INFORMATIONS SUR LA SANTÉ SEXUELLE ET DROITS LIÉS À LA PROCRÉATION.....	11
Introduction.....	11
Brise-glace .....	11
Explication des concepts nouveaux .....	11
Questions aux animateurs/formateurs.....	13
Paroles de sagesse .....	13
Journal de réflexion .....	13
II. EN SON IMAGE, IL LES CREA.....	14
Introduction.....	14
Brise-glace .....	14
Activités.....	14
Activité 1 : Exposé sur les concepts .....	14
Activité 2 : Exercices en groupe – Lire ce texte et répondre à la question posée.....	16
Paroles de sagesse .....	17
Journal de réflexion .....	17
III. AIMEZ-VOUS LES UNS LES AUTRES.....	18
Introduction.....	18
Brise-glace .....	18
Objectifs .....	18

Activités .....	19
Activité 1 : Exposé sur le concept d'Amour et la Sexualité .....	19
Activité 2 : Jeu de rôles .....	20
Paroles de sagesse .....	20
Journal de Réflexion.....	20
IV. 'TOI, TU DOMINES...'	21
Introduction.....	21
Brise-glace .....	21
Activités.....	21
Activité 1 : Explication des termes .....	21
Activité 2 : Discussions en groupes .....	25
Paroles de sagesse .....	25
Journal de Réflexion.....	25
V. 'REMP LISSEZ LE MONDE...' OU PAS...	26
Introduction.....	26
Brise-glace .....	26
Activités.....	26
Activité 1 : Exposé sur les méthodes naturelles .....	26
Activité 2 : Comprendre les méthodes modernes .....	28
Activité 3 : Pourquoi certaines confessions religieuses condamnent-t-elles les méthodes modernes ? 30	
Paroles de sagesse .....	31
Journal de Réflexion : .....	31
VI. FAITES AUX AUTRES... : VIOLENCE SEXUELLE, PHYSIQUE OU EMOTIONNELLE .....	32
Introduction.....	32
Brise-glace .....	32

Activités .....	32
Activité 1 : Exposé sur les violences, la discrimination et la stigmatisation.....	32
Activité 2 : Questions Vrai ou Faux.....	35
Paroles de sagesse .....	35
Journal de Réflexion.....	35
INDEXES .....	36
I. FICHES PEDAGOGIQUES.....	36
Fiche 1 : Information sur la santé sexuelle et droits liés à la procréation .....	36
Fiche 2.1 : En son image il les créa .....	37
Fiche 2.2 : En son image il les créa (suite).....	38
Fiche 2.3 Table ronde.....	39
Fiche 3.1 : Aimez-vous les uns les autres.....	40
Fiche 3.2 : Aimez-vous les uns les autres (suite) .....	41
Fiche 4.1 : Toi tu domines.....	43
Fiche 4.2 : Toi tu domines (suite) .....	44
Fiche 5.1 : Remplissez le monde ou pas.....	45
Fiche 5.2 : Remplissez le monde ou pas (suite) .....	46
Fiche 5.3 : Remplissez le monde ou pas (fin).....	46
Fiche 6.1 : Faîtes aux autres... : Violence sexuelle, physique ou émotionnelle.....	47
Fiche 6.2 : Faîtes aux autres... : Violence sexuelle, physique ou émotionnelle (suite) .....	48
II. DEFIS COURANTS CHEZ LES JEUNES.....	50
III. GLOSSAIRE.....	51

## AVANT-PROPOS

Le Burundi est confronté à une forte croissance démographique. La population a doublé en 29 ans, passant de 4028420 à 8053574 habitants entre 1979 et 2008<sup>1</sup>. D'où un taux d'accroissement global moyen de 2,4% par an. En faisant une projection basée sur ce taux, on dirait qu'aujourd'hui, la population totale serait plus de 10 millions. Il est constaté que 56% de la population globale ont moins de 20 ans. Cette croissance rapide de la population, avec un taux élevé des jeunes dans les régions rurales, pose des problèmes sur la santé, l'éducation, et dans d'autres domaines socio-économiques. Dans ce contexte, si une attention spéciale est prêtée aux questions de la santé sexuelle et reproductive, le Burundi ne sera pas à mesure d'atteindre les objectifs proposés qu'il s'est assigné dans sa politique démographique.

Au Burundi, comme dans la plupart des pays africains, les jeunes font face aux défis considérables en ce qui concerne la santé sexuelle et reproductive. Les sujets en rapport avec la sexualité et la vie reproductive des adolescents sont souvent laissés de côté comme un sujet interdit moralement. En plus, les services de la santé reproductive ne sont pas équipés suffisamment pour répondre aux besoins des jeunes.

Les jeunes sont à une étape où ils se recherchent et cherchent à confirmer leur identité dans la société. Ils ont besoin de développer les connaissances qui les préparent à être des adultes responsables. A cause d'une population toujours grandissante, la pauvreté et l'inefficacité de l'encadrement de la jeunesse, certains jeunes n'ont pas la chance de développer les connaissances nécessaires. Ainsi, certains s'engagent dans des pratiques à risque avec des conséquences néfastes. C'est dans cette perspective que ce guide a été pensé. L'objectif, en élaborant ce guide, est de fournir l'information et les ressources qui aideront les jeunes à faire des choix éclairés et de décisions saines à propos de leur santé sexuelle et liée à la procréation.



---

1 Les données statistiques ont été recueillies de la présentation de Mr Kayiro Pierre Claver, démographe (Déclaration de la Politique Démographique au Burundi).

## A PROPOS DE CE GUIDE

### ***Qui peut utiliser ce guide ?***

Ce guide est conçu pour être utilisé par des leaders religieux préalablement formés au contenu des thèmes qu'il développe en vue de vulgariser la santé sexuelle et les droits liés à la procréationaux jeunes de leurs confessions religieuses. Il s'agit d'un outil de sensibilisation, d'animation de groupe et de Counseling (entretien individuel face à face) proposé à toute personne relais préalablement formée, pouvant faire la promotion de la santé sexuelle et droits liés à la procréationauprès des jeunes de différentes confessions religieuses, dans différents milieux.

### ***A qui s'adresse la sensibilisation ?***

Le matériel de ce guide et les messages qu'il véhicule prennent compte des besoins des jeunes relatifs à la santé sexuelle et droits liés à la procréation. Les messages clés qu'il comporte ciblent ces groupes à savoir garçons, filles et jeunes mariés âgés de 10 à 14 ans, 15 à 19 ans, 20 à 24 ans selon leurs spécificités. Il est recommandé que le nombre de participants dans une séance ne dépasse pas 30 personnes.

### ***Comment choisir les thèmes ?***

Pour être efficaces, les activités de sensibilisation doivent porter sur des thèmes qui revêtent une grande importance pour les communautés. Dans le cadre de la détermination des problèmes et de leur hiérarchisation, du choix des thèmes à traiter et de la chronologie d'intervention, il est recommandé aux leaders religieux de se mettre en accord avec les membres de la communauté et de se faire assister par des agents de santé reconnus pour leur intégrité morale.

Le thème retenu doit s'adapter aux besoins réels du groupe-cible. Il faut éviter de traiter plusieurs thèmes à la fois lors d'une même séance. Traiter un seul thème par séance permet d'économiser le temps et d'éviter les confusions aussi bien au niveau de l'animateur que du groupe cible. Bien que les thèmes soient suffisamment indépendants, il est recommandé que le passage à un autre thème pour le même groupe cible soit précédé d'une évaluation de la maîtrise du thème traité antérieurement.

### ***Quelques techniques d'animation de groupe***

#### ***1. Le Philips 6x6***

Cette technique consiste à fractionner un grand groupe en petits groupes (6 personnes environ) pour permettre des échanges rapides pendant un temps assez bref (6 min environ). Chaque phase d'échanges en petits groupes est suivie d'une séance plénière de mise en commun.

## **2. Le Brainstorming**

C'est une technique de recherche collective d'idées. Le public cible énonce le plus rapidement possible, sans critique, les idées que leur suggère le thème. L'animateur fait une synthèse avec le public cible pour ne retenir que les réponses justes.

## **3. Le jeu de rôle**

Le jeu de rôle consiste à faire jouer une situation de la vie courante par un ou plusieurs jeunes (public cible), la scène servant ensuite de support à une discussion avec l'ensemble du groupe.

## **4. Le théâtre forum**

Le théâtre forum est un genre de représentation qui implique la participation active du public cible. Dans un premier temps, les acteurs jouent la pièce. Ensuite ils reprennent quelques séquences négatives de la pièce. Des éléments du public sont invités à remplacer les mauvais personnages et à rejouer la pièce en s'efforçant de transformer positivement les situations révoltantes. Le reste du public apprécie ces propositions ou les rejette. Enfin, des spécialistes (médecins, sages-femmes, éducateurs) répondent aux questions du public cible et apportent des informations complémentaires.

## **5. L'invité**

C'est un procédé par lequel une personne-ressource vient apporter au public cible les informations dont ils ont besoin. Après la rencontre avec l'invité, l'animateur exploite les informations avec les jeunes de manière à atteindre ses objectifs.

## **6. L'étude des cas**

C'est une technique qui consiste à décrire en détail un problème réel, une situation problématique concrète et réaliste, un incident significatif dont l'étude doit déboucher sur un diagnostique ou sur une décision. Lors d'un atelier, elle propose une matière à réflexion permettant aux participants de :

- Appréhender des problèmes de la réalité de façon conceptuelle ;
- Evoquer des situations que le cas leur rappelle, se poser des questions pour les comprendre ;
- Chercher les réponses possibles et les confronter.

## INDICATIONS UTILES

### **Les fiches pédagogiques**

A la fin de ce guide, vous trouverez des fiches pédagogiques.

### **Le matériel didactique pour toutes les séances**

Un ordinateur portable, un rétroprojecteur et si nécessaire un tissu qui sert d'écran de projection. Dans des endroits où les matériels déjà mentionnés ne sont pas disponibles, l'organisateur de la séance peut se prémunir du papier feutre et un marqueur, des papiers A4 et des stylos. Une Bible et des posters lui sont toujours nécessaires pour un débat éclairé par la parole de Dieu. Non seulement ces posters contiennent des informations et opinions importantes (de l'Eglise par exemple) sur l'asanté sexuelle et droits liés à la procréation, mais aussi ils permettent de créer une certaine ambiance dans la salle où se déroule la formation. Ces informations et opinions à figurer sur les posters se retrouvent dans le texte, sous forme d'encadrés. Aussi, on aura besoin de post-it, des feutres et un tableau.

### **Le journal de réflexion**

A la fin de chaque séance, l'animateur demandera aux jeunes de remplir un journal personnel de réflexion. Comment remplir ce carnet : à 10 minutes de la fin de chaque séance, l'animateur projette une parole de sagesse accompagnée d'une question de réflexion. L'animateur distribue aussi une feuille de papier qui comporte le même texte. Cette feuille de papier doit avoir un en-tête qui indique le thème de la séance et sous le texte, une série de ligne où le jeune rédigera ses réflexions. Si les jeunes sont d'accords, ils peuvent coller sur un mur ou un tableau leur réflexion personnelle pour les partager avec les autres.

## QUESTIONNAIRE SUR LES CONNAISSANCES DES JEUNES EN MATIÈRE DE LA SANTÉ SEXUELLE ET DROITS LIÉS À LA PROCREATION

(Répondez par 'oui' ou 'non' aux questions suivantes)

- (a) Les jeunes n'ont pas besoin d'éducation en matière de santé sexuelle \_\_\_\_\_
- (b) Si une personne est circoncise, elle n'a pas besoin de se protéger contre le SIDA et les IST \_\_\_\_\_
- (c) Refuser les rapports sexuels avec son ami signifie que tu ne l'aimes pas \_\_\_\_\_
- (d) Les hommes aussi souffrent des violences basées sur le genre \_\_\_\_\_
- (e) Si une personne apparaît bien portante, ceci signifie qu'elle n'a pas de VIH \_\_\_\_\_
- (f) Les garçons ou les hommes ont besoin d'avoir de rapports sexuels, sinon ils tombent malades \_\_\_\_\_
- (g) Les adolescents sont plus disposés à céder à la pression exercée par les pairs, leur exposant au risque d'attraper le VIH, les IST et les grossesses non-désirées \_\_\_\_\_
- (h) Les jeunes gens qui sont infirmes n'ont pas besoin d'éducation sexuelle car ils ne sont pas sexuellement actifs \_\_\_\_\_
- (i) Quand une fille tombe enceinte, c'est pleinement sa faute \_\_\_\_\_
- (j) Tu ne peux pas tomber enceinte la première fois que tu as de rapports sexuels \_\_\_\_\_
- (k) Les jeunes et adolescents n'ont pas droit d'accès aux méthodes contraceptives \_\_\_\_\_
- (l) Etiqueter une personne (appeler une personne stupide ou bon à rien) est une forme d'abus \_\_\_\_\_
- (m) Les jeunes qui prient beaucoup n'attrapent pas les IST, le VIH et les grossesses non désirées \_\_\_\_\_
- (n) Nos prêtres ou pasteurs n'ont pas à nous dire ce que nous devons faire en matière de santé sexuelle et reproductive \_\_\_\_\_
- (o) Toute personne qui a le SIDA ou les IST n'est pas aimée de Dieu \_\_\_\_\_
- (p) Il n'est pas nécessaire d'avoir une initiation sexuelle \_\_\_\_\_
- (q) Les jeunes gens trouveront les informations concernant leurs SDSR eux-mêmes \_\_\_\_\_
- (r) Parler de santé sexuelle et reproductive incitera les jeunes à avoir des relations sexuelles \_\_\_\_\_
- (s) Certaines personnes confondent l'acte sexuel et l'amour \_\_\_\_\_
- (t) Avoir des besoins de contraception non satisfaits est une réalité \_\_\_\_\_

## I. INFORMATIONS SUR LA SANTÉ SEXUELLE ET DROITS LIÉS À LA PROCRÉATION

### Introduction

*Toute personne humaine a droit à l'information. Elle a droit d'être informée, elle a droit d'avoir accès à l'information dont elle a besoin pour son épanouissement. Cette information recouvre différents domaines tant de la vie publique que privée. L'information sur la santé sexuelle et droits liés à la procréation, fait partie de ces informations auxquelles toute personne humaine a droit. Priver une personne de l'information ou la laisser volontairement dans l'ignorance, c'est violer un de ses droits.*

### Brise-glace

Réfléchissons ensemble à cette situation : un jeune homme qui n'a jamais appris à conduire une moto, voyant que son père va faire la sieste et qu'il a laissé la clé à la table de la salle à manger, décide de prendre la moto. Il décide de parcourir une distance de 2 km, ce qui n'est pas une grande distance, pour aller montrer à ses amis qu'il sait conduire une moto. Quels risques encourt ce jeune homme ? Imaginons tous les cas possibles ? Et une aventure non éclairée dans l'univers sexuel, que présente-t-elle comme risques ?

### Explication des concepts nouveaux

#### 1. Santé Sexuelle

Au sein des confessions religieuses, il peut y avoir une préférence pour l'usage du terme de «l'éducation à la vie et à la sexualité humaine ». Etant donné que la notion de Santé sexuelle et droits liés à la procréation cible beaucoup plus notre sujet par rapport à l'éducation à la vie et à la sexualité humaine, elle sera utilisée tout au long de ce guide.

Quand on parle de la santé sexuelle, on fait référence à toute condition qui, surpassant toute maladie, est orientée vers l'épanouissement de l'être humain. La sexualité humaine englobe toute forme de connaissance sur la vie et sa transmission selon le dessein de Dieu qui a créé l'homme à son image et à sa ressemblance (Gen. 1, 27). En d'autres mots, toute sensibilisation sur la santé sexuelle permet à la personne de jouir d'une façon libre, responsable et appropriée à la santé sexuelle sans risque (de procréer librement, d'être protégé contre les IST, l'excision et les grossesses non-désirées) ; à la santé maternelle (la consultation prénatale, l'accouchement assisté par un personnel qualifié et à la consultation postnatale); à un choix à la parenté responsable et aux autres.

*'Convaincus que la plus grande richesse de l'Afrique est la jeunesse de sa population, et que par la participation pleine et active de celle-ci, les Africains peuvent surmonter les difficultés auxquels ils sont confrontés...'* (Charte Africaine de la Jeunesse, 2006)

Pour pouvoir bien comprendre la santé sexuelle et les droits liés à la procréation, considérons le tableau suivant (cfr. Ali Kouaouci, 'Santé sexuelle et reproductive') qui montre ses composantes :

FNUAP	IPPF	OMS
Planification familiale : Informations et Services ;	Relations dans le couple ;	Besoins non-satisfaits des couples en matière de planification familiale ;
Soins maternels ;	Grossesses non-désirées ;	Stérilité des couples
Avortements ;	Mortalité maternelle ;	Avortement à risque ;
Infections génitales ;	Infections sexuellement transmissibles (IST & SIDA) ;	Mortalité maternelle ;
Stérilité ;	Avortement à risque ;	Morbidité maternelle ;
Santé reproductive de la femme ;	Stérilité ;	Nouveaux nés avec poids insuffisants
Mutilations génitales féminines.	Violences basées sur le Genre ;	Mortalité infantile ;
	Jeunes/Pauvres/Marginaux ;	VIH/SIDA
	Autres.	Infections sexuellement transmissibles ;
		Mutilations Génitales Féminines.

## 2. Droits liés à la Procréation

Du point de vue des droits liés à la procréation, on énonce que toute personne a droit :

- à la vie, à la santé, à la vie privée et à la confidentialité, à la liberté, à l'égalité, à la liberté de pensée ;
- de décider librement à propos de contrôle de fertilité et autres aspects de la vie sexuelle, d'être traité avec dignité et respect, le droit de l'information et l'éducation
- d'être protégé contre des pratiques nocives, contre les maladies et la violence, contre l'abus, l'exploitation et la discrimination, contre la torture et le mauvais traitement ;
- aux soins de santé et à la protection de la santé, le droit à la participation, le droit à l'accès des services indépendamment de la race, genre, l'orientation sexuelle, l'état civil, l'âge, la croyance religieuse ou politique, l'appartenance ethnique ou l'invalidité, le droit d'être reconnu comme étant une personne devant la loi ;
- d'être accompagné de la conception jusqu'à l'âge de la responsabilité et de leur assurer de la dignité de la personne humaine.

## Questions aux animateurs/formateurs

- **Mythes et idées fausses** : Que pensez-vous de ces assertions ?

- i. Au cas où nous ne nous sentons pas à l'aise de parler des sujets de la santé sexuelle des jeunes (cas de certains pasteurs de différentes confessions, catholique ou protestante), il vaut mieux ne pas aborder le sujet ;
- ii. Les programmes en matière de la santé sexuelle et droits liés à la procréation sont contre l'abstinence ;
- iii. Rendre disponibles les méthodes contraceptives est contraire à la Volonté de Dieu ;
- iv. Pour les pasteurs et prêtres, parler de la SSR deviendra comme remplacer le rôle des parents.

## Paroles de sagesse

Genèse 1, 31 «Dieu vit tout ce qu'il avait fait: cela était très bon» ;

Osée 4, 6 «Mon peuple est détruit, parce qu'il lui manque la connaissance».

'Pas en notre nom qu'une mère devrait mourir en donnant naissance. Pas en notre nom qu'une fille, un garçon, une femme ou un homme devrait être abusé, violé, ou tué. Pas en notre nom qu'une fille devrait être privée de son éducation, se marier, subir de sévices ou de violences. Pas en notre nom qu'une personne devrait être refusée l'accès aux soins de santé de base, ni si un enfant ou un adolescent peut se voir refuser des connaissances et des soins à l'encontre du développement de son corps. Pas en notre nom qu'une personne peut se voir refuser ses droits humains' (**Appel à l'Action** des leaders religieux, New York, Septembre 2014).

*Pas en notre nom qu'une fille, un garçon, une femme ou un homme être abusé, violé, ou tué. Pas en notre nom qu'une fille devrait être privé de son éducation, se marier, subir de sévices ou de violences.*

## Journal de Réflexion

---

---

---

---

**Je m'informe  
J'informe les autres  
Je dis "non" à l'ignorance**

## II. EN SON IMAGE, IL LES CREA...

### Introduction

*L'homme a été créé pour être heureux, libre. Il a été créé pour qu'il s'épanouisse et participe au projet de Dieu : de rendre le monde encore plus beau. Chaque entreprise humaine est appelée à être une réponse à l'amour de Dieu, à la confiance que Dieu a mise en l'homme. Et toute aventure dans laquelle l'homme se dégrade, cache son visage ou renie sa divinité, est une aventure à évangéliser, à éclairer.*

### Brise-glace

Jacques est un jeune homme qui, bientôt, termine ses études secondaires. Il fait partie de la chorale de son église. Il travaille bien à l'école, aime ses amis. Il est apprécié par ses parents et les voisins. Comme tout jeune de son âge, Jacques a des interrogations sur la vie : quelle faculté embrasser à la fin de l'école secondaire, quelle carrière suivre ? Même s'il est choriste convaincu, il lui arrive aussi de douter. Il doute de la bonté des gens, il doute de la capacité des gens de pardonner. Il doute, parfois, de son désir d'être un bon choriste. Quand le doute l'emporte sur la bonne foi d'être un bon fils de Dieu, Jacques s'en prend souvent à ses parents et ses meilleurs amis. Cela est arrivé la première fois lorsqu'il a rencontré Catherine. Cette dernière est une jeune fille qui, elle-aussi, fait partie de cette même chorale. Mais contrairement à Jacques, Catherine est extravertie, plus ouverte, sportive, dégourdie. Elle est insaisissable, comme le dit bien Jacques. Jacques l'admire beaucoup, mais tout timide qu'il est, il n'ose pas aborder son amie pour lui dire ce qu'il éprouve pour elle. Et il se révolte. Par moments, il n'est plus maître de son corps. Il lui arrive de hurler, de désirer ardemment Catherine. Il y a quelques mois, ne sachant pas comment gérer l'angoisse qui l'habite, Jacques a commencé à boire et à fumer. Cela maintient son corps au chaud, dit-il. Mais, en tant que choriste, il sait que la Loi lui interdit certaines pensées. Mais pourquoi alors son corps ne fait-il pas tout simplement silence ? Pourquoi pense-t-il incessamment au corps de son amie ? Quand la « crise » passe, Jacques sourit. Il sait qu'il aime Catherine, il sait que l'alcool, au lieu de lui faire du bien, l'anéantit et l'empêche de bien se concentrer à l'école. Mais pourquoi donc son corps ne veut-il pas se taire ? Une chose est sûre pour Jacques, c'est chaque fois qu'il s'ouvre à l'autre : parents, ami et les rares fois qu'il a osé parler à Catherine, qu'il s'est senti le plus heureux.

### Activités

#### **Activité 1 : Exposé sur les concepts**

- **Corps et sa croissance**

Il existe deux types de croissance humaine. Premièrement, il ya la croissance physique qui comprend des changements dans la masse corporelle et le développement des os. Deuxièmement, la croissance mentale dénote les changements dans les croyances, les pensées et les comportements d'un individu.

La puberté est le stade où la fille ou le garçon atteint une certaine maturité biologique qui lui permet de se reproduire. Il existe des manifestations de la puberté autant chez le garçon que chez la fille. Chez le jeune garçon, d'une part, la puberté se manifeste sur le plan physique par les signes suivants :

- (a) l'accroissement du pénis et des testicules ;
- (b) l'apparition des poils pubiens, des aisselles et de la barbe ;
- (c) la mue de la voix ;
- (d) le développement du corps (muscle et taille) ;
- (e) la pulsion nocturne ;
- (f) l'apparition de boutons sur le visage chez certains. Les testicules fabriquent les spermatozoïdes qui peuvent féconder l'ovule.

D'autre part, chez la fille, les signes physiques qui caractérisent la puberté sont plus marquants. Il s'agit essentiellement de :

- (a) la poussée des seins ;
- (b) l'apparition des poils pubiens et des aisselles,
- (c) l'élargissement du bassin ;
- (d) l'augmentation rapide de la taille ;
- (e) les boutons au visage chez certaines filles ;
- (f) l'accroissement des lèvres et du clitoris au niveau des organes génitaux externes ;
- (g) l'apparition des règles. Chez la fille les ovaires qui étaient au repos depuis la naissance se mettent à fonctionner et produisent les ovules tous les mois.

Au cours de l'évolution du jeune, on note des modifications psychologiques très importantes. Les plus fréquentes sont la pudeur, la coquetterie, le désir de plaire (maquillage chez la fille), le comportement batailleur chez le garçon, l'intérêt pour le sexe opposé, affectivité, désir d'attraction, la fierté, l'estime de soi, la manifestation d'indépendance, le besoin d'affirmation de soi, l'attachement aux pairs, le désir de faire comme l'adulte, et la masturbation occasionnelle.

Il est important de constater que, chez le garçon et la fille, l'apparition de ces changements et/ou leur absence par comparaison aux autres jeunes peuvent être source d'anxiété et entraîner des tensions qui se manifestent dans les communications interpersonnelles avec la famille, les autres adultes et les autres jeunes.

### • Age de consentement

Dans sa croissance mentale, la personne humaine traverse plusieurs périodes. L'une de ces périodes est l'âge de consentement, aussi appelé l'âge de protection. Cet âge fait référence à l'âge où une jeune personne peut légalement et moralement donner son consentement à des activités sexuelles. Selon le droit civil<sup>2</sup>, l'absence de consentement, peu importe l'âge, constitue une offense criminelle. Mais, **il faut que tout jeune appartenant à une confession religieuse se rappelle du commandement interdisant la fornication ou l'adultère**<sup>3</sup>. Ceci en est de même pour la prostitution ou autre quelconque acte déshonorant la dignité de la personne humaine.

<sup>2</sup> L'article 19 de la Constitution de la République du Burundi stipule: 'les droits et les devoirs proclamés et garantis entre autre par la déclaration universelle des droits de l'homme, la charte africaine des droits de l'homme et des peuples, la convention sur l'élimination de toute forme de discrimination à l'égard des femmes et la convention relative aux droits de l'enfant font partie intégrante de la Constitution du Burundi'. Pour plus d'information dans le droit positif, l'on peut se référer aux articles 554-562 du Code pénal de la République du Burundi.

<sup>3</sup> Lev. 20,10; Heb 13, 4; 1 Cor 6, 13.

- **Les actes contre la dignité de cette image de Dieu (Gen 1, 26-27)**

Dans notre croissance, il y a des actes qui peuvent constituer un frein au développement normal de la personne. Et ces actes sont des signes d'une sexualité désordonnée. Parmi ces actes, l'on trouve les actes contre la dignité de l'amour humain. Et ces actes sont *la fornication, la masturbation, la pornographie et la prostitution*. Par exemple, la fornication est souvent perçue comme un assouvissement d'un simple besoin biologique avec la finalité de se procurer du plaisir. **Tout comme la fornication, ces autres pratiques s'inscrivent dans l'ordre d'une recherche de plaisir égoïste**, en d'autres mots à un usage du sexe sans amour et à une dégradation de la sexualité à une simple consommation basée sur un rapport de convoitise et de plaisir charnel.

- **Les actes contre la dignité de l'institution matrimoniale**

Par ailleurs, il existe aussi des actes contre la dignité de l'institution matrimoniale (Lev. 18, 7-20 ; Mt 5,31-32 ; Luc 16, 18 ; 1 Cor. 7, 10-11). *L'union libre, l'homosexualité, l'adultère, la polygamie et le divorce* portent préjudice contre l'union sacrée de l'homme et de la femme. **Ces pratiques, par exemple l'union libre, constituent de véritables freins à l'amour conjugal**. En parlant de l'union libre, elle exprime la volonté de deux personnes d'être ensemble, de sortir ensemble et de créer une relation intime privilégiée qui dure tant qu'existe la volonté de la prolonger.

### **Activité 2 : Exercices en groupe – Lire ce texte et répondre à la question posée**

#### **Texte : 'Simples propos sur le corps'(Carlo Maria Cardinal Martini)**

L'esprit est le souffle, la vie du corps ; il est ce qui fait vivre le corps et le fait vivre d'une certaine façon. C'est l'esprit qui fait qu'un corps est ce qu'il est, ce qui le marque et le différencie. Si, en naissant, j'ai un certain visage que j'ai reçu comme héritage, une fois adulte j'ai le visage que j'ai cherché à me constituer. Car le visage est la sédimentation de mes expériences douloureuses et joyeuses, d'esclavage et de liberté, d'égoïsme et d'amour : il manifeste l'obscurité ou la lumière des paroles semées et cultivées dans mon cœur.

#### **De plus en plus conforme à l'image du Fils**

C'est un grand réconfort de comprendre que notre existence est un processus de transfiguration pour devenir de plus en plus conforme à l'image du Fils de Dieu. Le christianisme est tout entier fondé sur le corps que le Christ a assumé. Il est projeté sur le corps du chrétien, qui est plongé dans l'eau du baptême, puis accompagné tout au long des différentes étapes de la vie, jusqu'à l'ultime maladie et la mort, comme prélude à la résurrection du corps. Le corps du chrétien vit pour son insertion dans le Corps du Christ ressuscité et devient membre du grand Corps du Christ qu'est l'Église.

Au centre du christianisme il y a donc un corps qui naît, croît, communique, se reproduit, se dilate, souffre, tombe malade, guérit, meurt ; car c'est dans le devenir du corps que vit la Parole.

## La chasteté, exemple que l'Esprit fait vivre notre corps

«La chasteté est une attitude transparente à l'égard de la personne de sexe différent» (Karol Wojtyla). La chasteté est une très belle attitude qui doit être comprise dans son rapport avec la beauté de l'amour. Loin d'être mépris du corps, elle permet d'en canaliser les énergies, en les détachant des replis égotiques, vers un service de plus en plus grand et réciproque. Il est vrai que la racine du mot chasteté renvoie à l'austérité, au fait de «mettre un frein» ; positivement elle nous enseigne la discipline du cœur, des yeux, du langage, de tous les sens.

Or tout cela accorde aisance, liberté, harmonie et paix. La chasteté n'est pas négative, c'est au contraire une authentique maîtrise de soi, en même temps que la reconnaissance de la seigneurie de Jésus sur notre corps et notre vie. La chasteté nous fait vivre dans notre corps la liberté de l'Esprit dont les fruits s'appellent charité, joie, paix, patience, serviabilité, modération, maîtrise de soi, courtoisie, douceur, longanimité.

Mon corps n'est donc pas simplement un moyen d'écouter et de dire la Parole : c'est celle-ci qui lui confère sa propre vie.

'Qui veut aller loin, ménage sa monture'

Pareillement la manière dont nous prenons soin de nos corps déterminera la façon dont nous allons vivre. Comment comptez-vous prendre soin de vos corps comme étant le temple de l'Esprit ?

### Paroles de sagesse

« Ne savez-vous pas que votre corps est le temple du Saint Esprit qui est en vous, que vous avez reçu de Dieu et que vous ne vous appartenez point à vous-mêmes ? Car vous êtes rachetés à un grand prix. Glorifiez donc Dieu dans votre corps et votre esprit, qui appartiennent à Dieu » (1Cor 6, 19-20).

Ephésiens 4, 4-5;  
Prov. 5, 1-9.

### Journal de Réflexion

---

---

---

**Je protège ma vie**  
**Je prends soin de moi, je me fais soigner**  
**Je m'informe sur ma santé**

### III. AIMEZ-VOUS LES UNS LES AUTRES...

#### Introduction

*Etre aimé, être compris, être considéré à sa juste valeur est l'inspiration de tout un chacun sur cette terre. Mais si l'homme cherche à être aimé, il oublie, souvent, de rendre cet amour, de semer les graines de l'amour partout où il passe. Il ferme des portes quand il est entré, laissant les autres dans le froid. Ou il aime mal, il se cherche, cherche ses intérêts prétendant aimer l'autre. Comment l'amour peut-il faire grandir l'autre, le transfigurer au lieu de l'abaisser, de le détruire ?*

#### Brise-glace

Mon ex-ami s'appelle Icimpaye. Je l'ai rencontré un soir à une fête. On a fait connaissance et échangé les adresses. Deux jours après, mon téléphone sonna. C'était lui. Il demanda à me voir. Je lui fixai rendez-vous dans une buvette. Nous prîmes deux verres. Au moment de nous quitter, il m'avoua son amour. J'acceptai sans réfléchir, car j'avais aussi un penchant pour lui. Nous avons commencé à nous fréquenter et à cheminer dans la connaissance mutuelle. Un mois après notre première rencontre, il exigea le rapport sexuel. Pour avoir de sa part une preuve de bonne intention, je lui demandai de commencer à aller à la messe avec moi. Ce qu'il fit avec empressement. Et nous voilà devenus deux amants, fidèles pratiquants de la messe des dimanches soirs, messe des jeunes. Chaque samedi soir, il annonçait l'heure à laquelle il viendrait me prendre le lendemain dans sa voiture. J'étais confiante. Sa persévérance m'avait épatée. Cela dura deux mois sans qu'il revienne sur sa proposition de rapports sexuels. Un soir où nous avons fini de passer une belle journée ensemble avec des amis, il me fit passer chez lui et me dit : qui nous empêche maintenant de nous connaître corporellement. Pour ne pas gâter l'ambiance du jour, et vu sa bonne disposition pour le mariage, je céda à son offre. Le rapport sexuel eut lieu. Deux semaines après, c'était la rupture. Il a eu ce qu'il voulait : le sexe. J'étais humiliée et blessée. J'en porte le remords jusqu'à présent. Mais j'ai compris la leçon.

#### Objectifs

A la fin de cette séance, je dois être capable :

- ✓ d'expliquer la valeur des différentes relations qui existent dans la société ;
- ✓ de démêler l'amour et le sexe dans une relation amicale ;
- ✓ éclairer le lien entre l'amour et la sexualité ;
- ✓ de formuler une série de conseils à des jeunes qui confondent amour et relations sexuelles.



## Activités

### Activité 1 : Exposé sur le concept d'Amour et la Sexualité

L'amour est l'expérience humaine la plus ordinaire. Mais il apparaît comme une réalité difficile à expliquer. Surtout, dans les cercles des jeunes, l'amour est souvent confondu avec plusieurs idées qui sont fausses, quant à sa définition. Il existe plusieurs façons d'exprimer l'amour, mais il y a trois manières principales :

Premièrement, l'on trouve l'amour-besoin. L'amour-besoin est un rapport d'utilisation que la personne établit avec les choses et quelque fois avec les autres personnes. Dans le cas de jeunes, un jeune se laisse aller vers d'autres à cause du profit. Ce jeune transforme les autres en moyens de la réalisation de la fin qu'il poursuit.

*L'amour se trouve divisé en trois sortes: (a) amour-besoin, (b) amour-désir, et (c) amour-don. Seul l'amour-don peut résulter dans une relation à long terme. Toute confession religieuse soutient une relation d'amour qui est don et ouvert à la vie.*

*Malheureusement, certaines relations peuvent terminer en séparation ou en divorce. Ceci est contraire à la volonté de Dieu. 'Que l'homme donc ne sépare pas ce que Dieu a joint' Mt 19 :6.*

Deuxièmement, l'amour-désir se voit dans la fascination, admiration et contemplation qui se vit au niveau des cœurs. Cet amour crée l'attention et la tension pour l'autre. En d'autres mots, c'est un amour romantique qui se nourrit des rêves et d'idéalisation, de sentiments et de sensations, de fascinations et de passions.

Troisièmement, l'amour-don décentralise plutôt la personne d'elle-même pour en faire un objet de don pour les autres. Il se traduit par des actes concrets ou le sujet, oubliant son soi, se dévoue pour le bien des autres sans chercher une récompense en retour.

La sexualité est une réalité qui constitue la personne humaine et qui couvre l'horizon de toutes ses relations existentielles. Elle peut s'expliquer comme une expérience de la relation entre les sexes, une donnée fondamentale de notre existence et une réalité incontournable. Comme nous sommes des êtres relationnels, la sexualité est une réalité qui s'impose et un choix à réaliser à la mesure de notre vouloir.

Trois aspects de la sexualité, à savoir :

- (a) l'aspect érotique qui est la dimension psychologique de la sexualité est un sentiment d'affection qui décentre la personne d'elle-même pour la tourner vers un autre sexe ;
- (b) l'aspect génital a exclusivement trait au fonctionnement des organes génitaux. Cet aspect constitue l'expression biologique ou corporelle de la sexualité. Et il est lié à l'instinct possessif et reproductif de la personne ;
- (c) l'aspect communion pointe à la relation humaine avec les autres indépendamment de leur sexe. Elle concerne particulièrement notre capacité de vivre avec les autres, pour eux et avec eux. Elle manifeste essentiellement la dimension relationnelle de la personne humaine.

## Activité 2 : Jeu de rôles

- **Faire l'amour –Fidélité, amour et un avenir commun**

En petits groupes, les jeunes échangent sur l'amour et la sexualité. Dans chaque groupe, les jeunes forment des binômes. Le binôme endosse le rôle de parents, éducateurs, pasteur (prêtre), ... et se prêtent aux questions des autres qui leur posent toutes les questions possibles sur la sexualité. Les binômes se succèdent. Si le premier binôme est formé de parents, le deuxième sera formé de prêtres par exemple, ainsi de suite. Tout le monde doit se trouver interrogé par d'autres pour qu'il donne son point de vue comme éducateur ou pasteur ou parent. Grâce à ce jeu, on espère que les jeunes réaliseront que les réponses peuvent changer suivant l'interrogé. Après ils pourront répondre à la question suivante : « Pourquoi les parents, les éducateurs, les pasteurs... n'ont pas forcément les mêmes points de vue sur la question de l'amour et de la sexualité ? Les réponses des uns et des autres ont-elles quelque chose en commun ? Si oui, laquelle ? Où se trouvent les fortes divergences ? »

### Paroles de sagesse

- Matthieu 22, 37-38 Jésus lui dit: « Tu aimeras le Seigneur ton Dieu de tout ton cœur, de toute ton âme et de tout ton esprit: voilà le plus grand et le premier commandement. Le second lui est semblable: Tu aimeras ton prochain comme toi-même ».
- 'le moment éthique domine le moment passionnel, l'amour sans concupiscence' (E. Levinas)
- 'En opposition à l'amour indéterminé et encore en recherche (eros), le terme 'agape' exprime l'expérience de l'amour, qui devient alors une véritable découverte de l'autre, dépassant donc le caractère égoïste qui dominait clairement auparavant' (Benoit XVI).

### Journal de Réflexion

-----  
-----  
-----  
-----

**J'aime les autres comme moi-même**

**Je connais les 3 'P' de l'amour (Précieux, Plan et Possible)**

**Je m'informe sur l'amour véritable**

## IV. 'TOI, TU DOMINES...'

### Introduction

*Chaque fois qu'un enfant se blesse, les parents se sentent mal. C'est la même relation entre Dieu et nous. Chaque fois que nous prenons distance par rapport à l'amour, Dieu souffre. Comme un parent, il nous veut du bien et dans notre quête de la liberté, nous prenons des décisions qui nous mettent en danger. De la même façon, chaque fois que nous sommes moins responsables par rapport à notre vie, c'est à Dieu que nous fermons la porte.*

### Brise-glace

Il était une fois, dans un pays lointain, où vivait un singe. Ce singe vivait sur une île. Un jour, il se mit à pleuvoir, il pleut et il pleut. La pluie ne semble pas terminer et l'île commence à disparaître sous les eaux. La pluie continua pendant plusieurs jours et les eaux continuèrent de monter jusqu'à ce que le singe ne reste qu'avec un bout de terre et un arbre. Etant assis sur une branche, il s'aperçut un autre animal dans l'eau. Cet animal allait et venait. Le singe eut peur pour ce petit animal et voulut venir à son aide. Ainsi, il risqua sa propre vie en allant au bout des branches de cet arbre pour retirer l'animal de l'eau, avant qu'il ne noie. Il le mit à terre sèche sous le soleil pour que le petit animal se réchauffe. L'animal se mit à se tournoyer et le singe s'excita que le petit animal se réjouit de se retrouver à terre. Et puis, le petit animal s'allongea laid et le singe pensa qu'il se repose tranquillement. Malheureusement, le petit animal se reposait en paix. Et ce petit animal était un poisson.

### Activités

#### **Activité 1 : Explication des termes**

- **Estime de soi et ses conséquences**

Faisant suite aux deux sections précédentes, nous allons regarder les bonnes et mauvaises conséquences d'une croissance et d'un amour bien vécus. Par son entourage, une jeune personne croit en estime de soi. Selon son degré d'estime de soi, le jeune se sent plus ou moins bien dans sa peau, confiant en ses capacités et porté à se valoriser. L'estime de soi est fonction de l'image qu'un jeune se fait de lui-même, ce que l'on appelle l'image de soi. L'image de soi est constituée des représentations que la personne se fait d'elle-même. Ainsi, structurée, l'image de soi est un point de repère central qui permet à la personne de se situer par rapport aux autres, de contrôler ses états internes et les excitations extérieures.

*-Comme les jeunes grandissent, ils développent les valeurs propres à eux qui peuvent être différentes de celles prêchées dans des confessions religieuses ;  
- Une relation d'entente entre les leaders religieux et les jeunes peut être renforcée par un dialogue respectant les différences ;  
-Il est possible de faire de choix rationnel et responsable en matière de santé sexuelle et reproductive.*

L'estime de soi revêt deux formes :

La première forme est l'estime de soi. L'estime de soi est l'appréciation positive de soi-même. Les caractéristiques d'un jeune qui a l'estime de soi positive sont l'enthousiasme, l'optimisme, l'ambition, la coopération, le sens de l'humour, le respect des autres, des potentialités individuelles et la responsabilité.

- *Quelles sont les valeurs reçues dans nos familles en matière de la santé sexuelle et reproductive ?*

*Nous sommes nés dans une famille. Cette famille nous a inculqués des valeurs. Elle promet les valeurs comme l'égalité des genres. La communication au sein de la famille, en particulier entre les parents et les enfants, construit de bonnes relations. Les rôles des membres de familles peuvent changer quand un jeune membre de la famille révèle son statut comme étant positif, tombe enceinte, refuse un mariage arrangé ou dévoile son orientation sexuelle.*

- *Tout jeune a droit à la vie, à la santé, à la vie privée et à la confidentialité, à la liberté, à l'égalité, à la liberté de pensée .*

La deuxième forme est le manque d'estime de soi. Par manque d'estime de soi, l'on entend une appréciation négative de soi-même. Cette appréciation négative a des conséquences néfastes à l'égard des jeunes. Un jeune qui a une estime de soi négative se présente comme un pessimiste, un paresseux, un agressif, un déprimé, un irresponsable, un imprudent. L'estime négative de soi peut provenir de :

- (a) une absence ou insuffisance d'informations des parents ou de leaders religieux,
- (b) une rigidité de l'éducation des parents ou de leaders religieux,
- (c) un laisser-aller dans l'éducation (au sein de la famille ou des confessions religieuses),
- (d) un manque d'affection, et
- (e) une influence des pairs.

#### • **Conscience et ses effets comportementaux**

Comme nous l'avons vu en haut, on considère qu'un (une) jeune peut avoir une estime de soi positive ou négative. Cette estime est le résultat d'une conscience bien formée, mal formée ou corrompue. Si un (une) jeune a une conscience bien formée, il ou elle aura un comportement responsable. Par exemple, il ou elle est ouverte à l'éducation sexuelle, il ou elle s'abstient ou retarde son premier rapport sexuel, il ou elle fréquente les centres

de santé pour s'informer ou se faire soigner et bénéficier d'autres services, il respecte ses parents, il ou elle pratiquera la fidélité envers les commandements de Dieu.

Par contre, une conscience mal formée conduit à des attitudes jugées susceptibles de nuire à la santé. Certaines de ces attitudes généralement reconnues comme nuisibles sont : les grossesses non désirées, les rapports sexuels avant le mariage, la consommation de l'alcool et des drogues, les crimes, la négligence, les sorties nocturnes, la fuite de la maison familiale, et le non respect des conseils des parents et des enseignements de sa religion.

Les comportements non responsables ont des conséquences très fâcheuses. Les principaux problèmes rencontrés par les jeunes en matière de la santé sexuelle et de la reproduction sont : les grossesses non désirées qui peuvent entraîner : des accouchements à risques, une mauvaise prise en charge des enfants, (abandon ou infanticide), des avortements clandestins et leurs conséquences ; les IST et leurs conséquences ; la prostitution ; l'exclusion sociale, le tabagisme et l'alcoolisme, la toxicomanie.

- **Quelques conséquences des comportements à risque**

### **LES GROSSESSES NON DESIREES**

Les grossesses non-désirées chez les jeunes est une triste réalité au Burundi. Et ceci apparait à cause de plusieurs facteurs, notamment le manque de l'éducation sexuelle (dans la famille, dans les écoles, dans des confessions religieuses). Les jeunes filles ne sont pas toujours en mesure de refuser les rapports sexuels ou de résister à la contrainte, et ces rapports ne sont toujours pas protégés. Pour une jeune fille non mariée, une grossesse non désirée peut être lourde de conséquences. Les jeunes filles enceintes sont souvent contraintes d'interrompre leurs études, ce qui les affecte psychologiquement et limite leur éducation et leurs perspectives d'emploi. Elles peuvent également être exposées à de graves risques physiques.

De part les enseignements des confessions religieuses, l'abstinence sexuelle complète est la façon la plus efficace d'éviter à la fois les grossesses et les IST/l'infection par le VIH. Toutefois, les jeunes se retrouvent sexuellement actifs tôt. D'une part, les jeunes filles doivent apprendre à prendre une position catégorique contre les rapports sexuels avant le mariage. Les jeunes hommes, d'autre part, doivent assumer leur part de responsabilité dans la protection des jeunes filles contre les grossesses non désirées et les IST/l'infection par le VIH/SIDA. Ils doivent le faire en respectant le droit des filles de refuser les rapports sexuels et en s'abstenant de les contraindre psychologiquement ou par la violence lorsqu'elles refusent.

### **LES INFECTIONS SEXUELLEMENT TRANSMISSIBLES**

Les infections sexuellement transmissibles (IST) sont des infections pouvant être transmises à l'homme ou à la femme par voie sexuelle ou non. Les IST couramment rencontrées sont : Le Syphilis, chancre mou, lymphogranulome vénérien, le granulome inguinal, l'herpes génital, gonorrhée, la candidose, la trichomonase, et la lagnose bactérienne, ... ainsi que les hépatites et le VIH SIDA. Parmi les manifestations de ces IST, l'on trouve :

- **L'écoulement urétral chez l'homme** : Il se manifeste par une sécrétion anormale provenant de l'urètre accompagné ou non de démangeaisons, de brûlure en urinant, de pus ou non.
- **L'écoulement vaginal** : Sécrétion anormale provenant du vagin ou du col de l'utérus. Les infections souvent rencontrées dans les écoulements sont la gonorrhée, la candidose, la trichomonase, et la lagnose bactérienne.
- **Les ulcérations ou plaies** : c'est toute plaie se trouvant au niveau des organes génitaux de la femme ou de l'homme et les infections souvent rencontrées dans ce type sont la syphilis, le chancre mou, le lymphogranulome vénérien, le granulome inguinal, l'herpes génital.
- **Douleur pelvienne chez la femme** : c'est une manifestation douloureuse du bas ventre de la femme.

## **Mode de transmission des IST**

Les IST sont transmises essentiellement par les rapports sexuels (vaginal, anal, oral) avec une personne infectée. D'autres modes de transmission sont possibles selon les types d'IST. La plupart se fait par le contact direct des muqueuses ou coupures/plaies ouvertes avec des parties du corps contenant du sang ou d'autres liquides biologiques infectés (sperme ou les sécrétions vaginales).

## **Conséquences des IST**

Les conséquences des IST sont nombreuses et diverses et sont fréquentes et de gravité variable allant du simple prurit génital à la mort. Les IST peuvent conduire à la stérilité, l'avortement, aux maladies congénitales, grossesses extra utérines.

## **LE VIH/SIDA**

Le VIH (Virus de l'Immuno-Déficience Humaine) : il existe deux types de virus le VIH1 répandu dans le monde entier et le VIH2 localisé essentiellement en Afrique de l'Ouest. Le SIDA est une grave maladie mortelle à plus ou moins long terme, parce qu'elle est jusqu'à ce jour sans traitement, ni vaccin. Le SIDA est causé par un virus (microbe) appelé VIH. Quand le VIH entre dans l'organisme, il détruit petit à petit le système de défense. Il affaiblit ainsi le corps et le rend moins capable de combattre les maladies. Ainsi, toutes infections opportunistes peuvent se déclencher comme les diarrhées, la tuberculose, les maladies de la peau entre autres.

Certaines personnes peuvent avoir le VIH dans le sang sans avoir des signes extérieurs de la maladie. On les appelle des « Séropositifs asymptomatiques ». Ces personnes peuvent transmettre le VIH à d'autres personnes. C'est pourquoi il ne faut pas se fier à l'aspect extérieur d'une personne : seul l'examen de sang permet de savoir qui porte le virus ou pas.

## **Modes de transmission du VIH**

Le VIH se transmet d'une personne infectée à une personne saine, de l'homme à la femme ou de la femme à l'homme par trois (3) voies : **(a) Les rapports sexuels non protégés** (la transmission par voie sexuelle est d'autant plus fréquente que les rapports sexuels se font avec pénétration, sans protection et en présence de lésions - plaies et irritations - causées par les IST). **(b) le sang** : la transmission peut se faire à l'occasion de transfusion sanguine. L'utilisation d'instruments souillés de sang pour percer, piquer ou couper, ou la manipulation d'objets tâchés de sang avec des mains nues ayant des portes d'entrée ; **(c) De la mère à l'enfant** : la transmission est possible pendant la grossesse, pendant l'accouchement et au cours de l'allaitement.

## **Comment prévenir les grossesses non-désirées, les IST, et le SIDA**

Dans la prévention des grossesses non-désirées, IST et le SIDA, l'abstinence sexuelle est la méthode la plus sûre. En effet, les confessions religieuses ne soutiennent guère des mesures qui acceptent tacitement les relations sexuelles en dehors du mariage. D'où elles exhortent tous les fidèles de s'abstenir de rapports sexuels et, pour les jeunes mariés, de rester dans la fidélité réciproque.

## **Prise de Décision Rationnelle**

La prise de décision consiste à examiner des options et les comparer pour choisir une action. Toute prise de décision est un processus. Ce processus comprend plusieurs étapes :

- a. Identification d'un problème ou d'une situation (les jeunes d'aujourd'hui se trouvent devant un dilemme, soit choisir une culture évangélique ou une culture mondaine, soit embrasser les sermons de leurs pasteurs ou les informations partagées sur les medias modernes, soit se laisser influencer par les pairs ou pas...);
- b. Analyse des options pour résoudre ce problème ou faire face à cette situation ;
- c. Sélection d'une option (Choisir les vertus évangéliques : 'mais étroite est la porte, resserré le chemin qui chemine à la vie, et il y en a peu qui les trouvent' Mt 7, 14) ; et,
- d. Mise en place de l'option (Vivre dans l'obéissance et l'amour de Dieu. 'Que la bonté et la fidélité ne t'abandonnent pas; Lie-les à ton cou, écris-les sur la table de ton coeur. Tu acquerras ainsi de la grâce et une raison saine, aux yeux de Dieu et des hommes. Confie-toi en l'Éternel de tout ton coeur, et ne t'appuie pas sur ta sagesse'. Proverbes 3,3-5)

Par ce processus, l'on trouve que chaque prise de décision est censée être rationnelle, un choix rationnel. Par choix rationnel, l'on doit entendre une décision cohérente et générant de la valeur dans la limite des contraintes données. Les limites, dans notre contexte de confessions religieuses, sont multiples. Par exemple, nous nous confrontons à l'incertitude (pas de connaissance absolue du problème et de la situation de tous les intervenants), les valeurs bibliques qui se heurtent aux valeurs mondaines, les résistances des jeunes.

### **Activité 2 : Discussions en groupes**

En petits groupes, les jeunes discutent sur les attitudes qu'ils jugent responsables dans leurs communautés, quelles sont les valeurs culturelles et religieuses qui y contribuent ou pas.

### **Paroles de sagesse**

Proverbes 8, 12 «Moi, la Sagesse, j'habite avec le savoir-faire, je possède la science de la réflexion.

### **Journal de Réflexion**

---

---

**Je suis responsable de ma vie**  
**Je protège ma vie et celle des autres**  
**Je connais les conséquences d'un comportement irresponsable**

## V. 'REPLISSEZ LE MONDE...' OU PAS...

### Introduction

*La sexualité, par nature, a deux fins indissociables. La première est l'union des couples, la deuxième est la procréation. L'amour d'un homme et d'une femme trouve sa plénitude dans l'acte sexuel orienté vers la génération d'une vie nouvelle. Les confessions religieuses, en respectant le cycle naturel de la fécondité, reconnaissent les méthodes contraceptives naturelles. Car, en observant les méthodes naturelles, l'homme et la femme se reçoivent concrètement dans leur sexualité. Mais que puissions-nous dire des méthodes modernes ?*

### Brise-glace

En ce temps-là Juda, s'éloignant de ses frères, descendit et arriva jusqu'àuprès d'un homme d'Odollam, nommé Hira. Là, Juda vit la fille d'un Chananéen, nommé Sué, et il la prit pour femme et alla vers elle. Elle conçut et enfanta un fils, et il le nomma Her. Elle conçut encore et enfanta un fils, et elle le nomma Onan. Elle conçut de nouveau et enfanta un fils, et elle le nomma Séla; Juda était à Achzib quand elle le mit au monde. Juda prit pour Her, son premier-né, une femme nommée Tamar. Her, premier-né de Juda, fut méchant aux yeux de Yahweh et Yahweh le fit mourir. Alors Juda dit à Onan: " Va vers la femme de ton frère, remplis ton devoir de beau-frère et suscite une postérité à ton frère. Mais Onan savait que cette postérité ne serait pas à lui et, lorsqu'il allait vers la femme de son frère, il se souillait à terre afin de ne pas donner de postérité à son frère. Son action déplut au Seigneur, qui le fit aussi mourir. (Genèse 38, 1-10)

### Activités

#### **Activité 1 : Exposé sur les méthodes naturelles**

Les méthodes de contraception naturelles enseignent aux couples comment déterminer la phase fertile (essentiellement d'une durée de 7 à 10 jours) de leur cycle menstruel. Pour éviter une grossesse, les femmes s'abstiennent de toute relation sexuelle les jours de la fertilité. Cette méthode comprend concrètement trois éléments indispensables et indissociables à l'efficacité, nommément l'observation, la notation et l'interprétation.

Parmi les méthodes naturelles, l'on peut citer :

**(a) L'abstinence** – Dans cette méthode, l'homme et la femme n'ont aucun rapport sexuel. L'abstinence sexuelle veut dire : (i) éviter tout rapport sexuel; (ii) Éviter tout contact génital.

*Avantages* : Aucun risque d'infection aux IST et au VIH, si aucun liquide biologique n'est échangé ; aucun risque d'effet secondaire physique, aucun besoin de consulter un fournisseur de soins de santé ; aucun coût.

*Désavantage* : un partenaire peut être insatisfait sexuellement.

## **(b) La méthode de température :**

### *Description de cette méthode*

Sachant que la température du corps diminue de 0,5°C avant l'ovulation et augmente de 0,2 à 0,5° C au moment de l'ovulation, la femme doit prendre sa température chaque matin au réveil à la même heure et la noter sur une courbe. Elle doit guetter le jour où la température va dépasser 37°. A partir de ce moment, elle sait qu'elle est dans la période d'ovulation donc de fécondité. Elle reste dans sa période féconde jusqu'au troisième jour après l'ovulation. Avec cette méthode, la femme ne doit pas avoir des rapports sexuels du premier jusqu'au troisième jour après la montée de la température.

**Avantages :** pas de médicament, pas cher, efficacité bonne, acceptée par les religions.

**Désavantages :** mal acceptée à cause d'une abstinence plus ou moins longue, pas applicable chez les jeunes ou adultes illettrés, s'applique difficilement si la femme fait de la fièvre pour raison de maladie (fièvre, infection...), ne protège pas contre les IST/SIDA.

## **(c) Le collier**—La méthode des jours fixes (MJF) appelée collier du cycle est une méthode naturelle basée sur la connaissance du cycle menstruel.

### *Description du collier du cycle :*

C'est un collier de perles de couleurs différentes qui représentent chaque jour du cycle menstruel de la femme, il peut aider la femme à savoir quand elle peut tomber enceinte à la suite de rapports sexuels non protégés.

- Les perles blanches marquant les jours où vous pouvez tomber enceinte,
- Les perles marron marquant les jours où il est peu probable que vous tombiez enceinte,
- Un cylindre noir avec une flèche qui indique dans quel sens déplacer l'anneau.

### *Qui peut utiliser le collier du cycle*

- Les femmes qui veulent une méthode naturelle et efficace de planification familiale,
- Les femmes qui ont des cycles compris entre 26 à 32 jours.

### *Comment utiliser le collier du cycle*

- Le premier jour de vos règles, mettez l'anneau sur la perle rouge,
- Marquez le premier jour de vos règles sur votre calendrier. Vous devez connaître ce jour au cas où vous oubliez de déplacer l'anneau,
- Chaque matin, déplacez l'anneau dans la direction de la flèche sur le cylindre,
- Continuez à déplacer l'anneau chaque jour, d'une perle à l'autre, même les jours où vous avez vos règles,
- Le jour où vos prochaines règles viennent, mettez à nouveau l'anneau sur la perle ROUGE. S'il vous reste des perles marron, sautez-les,

**Le défi de l'éducation sexuelle est d'atteindre les jeunes avant qu'ils ne soient sexuellement actifs**



- Quand l'anneau est sur une perle BLANCHE, vous pouvez tomber enceinte à la suite de rapports sexuels sans protection,
- Quand l'anneau est sur une perle MARRON, il est peu probable que vous tombiez enceinte à la suite de rapports sexuels sans protection.

*Avantages* : une méthode naturelle, elle n'a aucun effet secondaire, ne demandant pas de prise de médicaments ou autre intervention chirurgicale, simple, facile à enseigner, à utiliser, efficace 95% (quand elle est utilisée correctement), à très faible coût.

*Désavantages* : ne protège pas contre les IST/VIH/SIDA, abstinence sexuelle les jours de fécondité ou utilisation d'une méthode de barrière efficace.

D'une façon générale, l'on peut constater qu'il existe des avantages et des inconvénients. En récapitulant, ci-dessous sont :

*Avantages des méthodes naturelles :*

- Aucun effet indésirable négatif sur la santé;
- Promotion d'une conscience corporelle positive ;
- Respect des croyances religieuses et de modes de vie ;
- Encouragement de la communication entre les partenaires ;
- Encouragement de la participation de l'homme.

*Désavantages des méthodes naturelles :*

- Aucune protection contre les infections transmissibles sexuellement ;
- Difficulté de trouver les instructeurs qualifiés de planification familiale naturelle ;
- Nécessité d'une période d'apprentissage ;
- Nécessité d'une discipline rigoureuse et d'un engagement ferme ;
- Difficultés à gérer les périodes d'abstinence.

Les méthodes naturelles sont celles qui respectent la nature de l'homme et la femme. Une autre raison est la démedicalisation d'un domaine qui n'a aucune raison d'appartenir à la médecine.

## **Activité 2 : Comprendre les méthodes modernes**

- **pilules** –

*Description de l'effet de la pilule :*

La pilule (ici c'est le cas de la pilule oestroprogestative) empêche l'ovulation, perturbe la paroi utérine qui devient lisse et incapable d'accueillir l'œuf, et épaissit la glaire cervicale pour empêcher les spermatozoïdes de rentrer dans l'utérus. Enfin, elle ralentit le transport des spermatozoïdes.

*Usage des pilules*

Chaque plaquette de pilule comporte 28 (vingt-huit) comprimés dont 21 (vingt-et-un) comprimés blancs contenant des oestroprogestatifs et 7 marrons contenant uniquement du fer. La prise doit commencer entre le premier et le septième jour du cycle. La femme doit s'assurer qu'elle n'est pas enceinte avant de prendre la pilule.

La femme commence par les pilules blanches en avalant un comprimé chaque jour et de préférence à la même heure. A la fin des 21 comprimés, elle poursuit sans arrêt avec un comprimé marron par jour. En général les règles surviennent pendant la prise des comprimés marron. Dès qu'une plaquette est finie, il faut entamer une autre comme indiqué plus haut sans sauter de jour.

En cas d'oubli, si la femme se rappelle avant l'heure de la prise suivante elle prend immédiatement le comprimé oublié puis le comprimé du jour sera pris à l'heure habituelle. Si la femme se rappelle après deux prises, elle doit se rendre à la formation sanitaire pour des conseils.

En cas de vomissement intervenant dans un délai de trois heures après la prise, la femme doit prendre une pilule de remplacement immédiatement. La pilule du jour prochain sera prise à l'heure prévue.

*Avantages* : Pendant les périodes d'allaitement, leur efficacité est suffisante. Elle ne coûte pas cher, régularise les cycles irréguliers, n'entraîne pas d'infections génitales chez la femme, est indépendante de l'activité sexuelle.

*Désavantage* : La prise des pilules peut causer les risques vasculaires (thrombose veineuse). Elle peut causer : les saignements vaginaux, maux de tête, absence des règles, nausées, vomissement, vertiges, douleurs à poitrine, élévation de la tension artérielle, et prise de poids. Elle ne protège pas contre les IST/VIH/SIDA

- **Stérilet**

Le stérilet, aussi appelé le dispositif intra-utérin (DIU), est un petit appareil qu'on introduit dans la cavité de l'utérus pour éviter la grossesse.

*Usage du stérilet*

Le stérilet doit être placé dans la cavité de l'utérus et les fils restent visibles dans le vagin. Il est introduit de préférence pendant les règles ou quand on est sûr que la femme n'est pas enceinte. Le retrait peut être fait à la demande de l'utilisatrice. Le stérilet immobilise les spermatozoïdes pour les empêcher de monter dans les trompes et rend l'utérus incapable d'accueillir l'œuf fécondé.

*Avantage* : Il est d'une efficacité à condition d'utiliser des stérilets au cuivre ou à la progestérone.

*Désavantage* : L'usage des stérilets peut affecter le cycle normal des règles : règles abondantes, des pertes brunâtres ou souvent absence de règles.

- **Préservatifs**

Par préservatif, il y a les préservatifs masculins et les préservatifs féminins. Le préservatif masculin est une mince enveloppe en caoutchouc ou produit naturel qu'on place sur le pénis en érection avant les rapports sexuels pour empêcher le sperme d'être en contact avec les voies génitales de la femme. Quant au préservatif féminin, il s'agit d'une méthode de barrière utilisée par les femmes pour se protéger des IST/VIH/SIDA et des grossesses non désirées.

*Avantages* : bon moyen de prévention des infections sexuellement transmissibles. D'autres points importants que les jeunes doivent connaître sont (a) le préservatif doit être de bonne qualité, avec un certain degré de résistance et pas glissant.

*Désavantage* : le préservatif ne protège pas à 100%. D'où il y a toujours un petit risque de tomber enceinte.

- **Spermicide** : Ce sont des produits chimiques qu'on introduit dans le vagin avant les rapports sexuels pour tuer ou immobiliser les spermatozoïdes dans le vagin et les empêcher ainsi de pénétrer dans l'utérus.
- **Les méthodes contraceptives chirurgicales volontaires** : Il s'agit de la ligature ou de l'obstruction des trompes pour les femmes et de la vasectomie pour les hommes. Ce sont des méthodes de contraception définitives.

### **a) La ligature de trompes**

C'est une technique qui consiste à fermer les deux trompes par ligature et section pour empêcher les spermatozoïdes d'atteindre l'ovule et l'ovule de rencontrer les spermatozoïdes. La méthode contraceptive chirurgicale empêche le passage de l'ovule et des spermatozoïdes dans la trompe. Il n'y a donc pas de fécondation puisque la rencontre entre les spermatozoïdes et l'ovule est impossible.

### **b) La vasectomie**

C'est une technique qui consiste à fermer les deux canaux déférents par ligature et section pour empêcher le passage des spermatozoïdes vers les vésicules séminales. Les spermatozoïdes fabriqués dans le testicule ne peuvent pas remonter dans les vésicules séminales. Dans ce cas le sperme ne contient pas despermatozoïdes. Il ne peut donc pas y avoir de fécondation.

*Avantages des méthodes chirurgicales* : très efficaces, pas de risque d'oubli, indépendantes de l'activité sexuelle, peu de contre-indications, peu d'effets secondaires, conservation des capacités sexuelles de l'homme et de la femme.

*Désavantages* : nécessitent un personnel qualifié, non-disponibles dans certaines formations sanitaires, possibles infections de la plaie opératoire, irréversibilité des méthodes, pas de protection contre les IST/VIH/SIDA.

### **Où les réalise-t-on ?**

On les réalise dans les formations sanitaires disposant d'un bloc opératoire avec un personnel qualifié.

### **Activité 3 : Pourquoi certaines confessions religieuses condamnent-elles les méthodes modernes ?**

La raison de cette condamnation est d'ordre spirituel. En utilisant la contraception artificielle, l'homme et la femme coupent 'volontairement' le lien créé par Dieu entre amour et fécondité. Ils cessent de s'accepter mutuellement et de se donner l'un à l'autre selon la vérité de leur être, à la fois physique et spirituel.

- Est-ce que la volonté de l'homme, doit-elle s'opposer à la volonté de Dieu tel que nous la connaissons par de Saintes Ecritures ?
- Envue du problème démographique et du problème de pauvreté, la volonté de Dieu serait-elle de voir des enfants qui auront une vie pénible ?

Former des groupes et inviter les jeunes à l'atelier à discuter sur les différentes méthodes de régulation des naissances.

### **Paroles de sagesse**

Jean 8, 31-32 : Jésus dit alors aux Juifs qui l'avaient cru: «Si vous demeurez dans ma parole, vous êtes vraiment mes disciples et vous connaîtrez la vérité et la vérité vous libérera.

Jeremie 29, 4-6: 'Ainsi parle le Seigneur...prenez femme, ayez des garçons et des filles, occupez-vous de marier vos fils et donnez vos filles en mariage pour qu'elles aient des garçons et des filles : là-bas soyez prolifiques, ne déclinez point.'

1 Timothée 5, 8 : 'Si quelqu'un ne prend pas soin des siens, surtout de ceux qui vivent dans sa maison, il a renié la foi, il est pire qu'un incroyant'

'La continence périodique, les méthodes de régulation naturelle des naissances fondées sur l'auto-observation et le recours aux périodes infécondes sont conformes aux critères de la moralité. Ces méthodes respectent le corps des époux, encouragent la tendresse entre eux et favorisent l'éducation d'une liberté authentique.' Pape Paul VI.

### **Journal de Réflexion :**

---

---

---

---

**Je protège la vie de tout enfant qui m'est béni du Seigneur  
Je m'informe, tout en respectant mes valeurs confessionnelles, sur la  
manière responsable d'être un (une) parent.**

## VI. FAITES AUX AUTRES... : VIOLENCE SEXUELLE, PHYSIQUE OU EMOTIONNELLE

### Introduction

*Les relations humaines sont traversées par des moments de joie, de bonheur, de douleur ; des moments forts, des moments de solitude. Elles ne sont pas toujours roses et deviennent moins édifiantes lorsque la violence s'y invite. Car la violence détruit des vies : elle rabaisse, déconstruit l'image de Dieu dans l'autre. Elle efface des traces de la création, elle brise l'estime de soi et la capacité d'avancer. Elle nie la liberté de l'autre et sa capacité d'être debout et d'exister et d'être heureux.*

### Brise-glace

C'est un jeu. Les jeunes sont debout. L'animateur distribue à l'assemblée des bouts de papier de différentes couleurs. Sur chacun des bouts de papier, est écrit un mot. Ce mot peut être un mot positif : un vœu, une bonne intention, une parole de consolation, une qualité physique ou morale... ; il peut aussi être négatif : un mot de calomnie, un défaut, un jugement moral, un jugement sur le physique de quelqu'un... Les jeunes ne doivent pas regarder/lire le mot qu'ils ont reçu. Commence alors le moment des rencontres.

Déroulement : les jeunes sont assis et forment un cercle. Quand le signal est donné pour marquer le début du jeu, un jeune se lève et va saluer une personne de son choix et lui montre ce qui est écrit sur son bout de papier. Chaque fois qu'il est salué, le jeune note au verso de son bout de papier, la nature du mot qui lui est adressé. Un mot positif compte un (1) point tandis qu'un mot négatif fait perdre deux (2) points. Après un certain temps, on arrête le jeu et chacun dit le nombre de mots positifs et négatifs qu'il a reçu. Si les mots négatifs sont plus nombreux, il quitte le jeu ; dans le cas contraire, il reste dans le jeu. A nouveau, l'animateur distribue d'autres bouts de papier pour que les « méchants » ne restent pas méchants. Et le jeu reprend. Le jeu continue avec les personnes qui restent.

### Activités

#### **Activité 1 : Exposé sur les violences, la discrimination et la stigmatisation**

- **Violence**

La violence entre jeunes en relation amoureuse peut être de nature psychologique, physique et sexuelle. Cette violence est définie comme étant 'tout comportement ayant pour effet de nuire au développement de l'autre en compromettant son intégrité physique, psychologique et sexuelle'. Dans ce cadre, nous pouvons considérer aussi 'tout exercice abusif de pouvoir par lequel un individu en position de force cherche à contrôler une autre personne en utilisant des moyens de différents ordres afin de la maintenir dans un état d'infériorité ou de l'obliger à adopter des comportements conformes à ses désirs à lui'.

Il ya plusieurs formes de violences :

(a) violence psychologique est liée au contrôle social ou économique, au contrôle sur l'apparence vestimentaire ou physique, aux dénigrements, aux insultes, à l'indifférence, au chantage et aux menaces de séparation ;

(b) violence physique se définit comme tout acte violent portant atteinte à l'intégrité physique de l'autre personne. De ce genre de violence, l'on trouve des actes comme lancer des objets, pousser, empoigner, donner une raclée, des coups de pieds ou de poing, menacer ou blesser avec une arme ;

(c) violence sexuelle consiste à inciter une autre personne à être témoin ou à s'engager dans des activités à caractère sexuel sans son consentement. Ceci peut se manifester au sein des jeunes par du chantage, des menaces ou des pressions indues pour obtenir des relations sexuelles (qu'il y ait ou non pénétration) non consenties par l'autre partenaire. Cette sorte de violence se manifeste aussi dans d'autres actes comme obliger une autre personne à regarder du matériel pornographique, le soumettre à des actes sexuels humiliants, le harceler sexuellement ou refuser de porter un condom malgré les demandes du partenaire, viol ou tentative de viol. Une forme de violence assez répandue est la stigmatisation.

#### • **Stigmatisation et Discrimination**

La société souvent – face aux violences diverses et abus de drogue – a tendance à stigmatiser et à discriminer. Par définition, la stigmatisation décrit une disposition négative à l'égard des personnes que l'on pense qu'elles ne sont pas normales ou pas comme nous (par exemple les usagers de drogues). Concrètement, on stigmatise une personne quand on la traite comme étant inférieure à nous à cause de certains préjugés ou présomption (penser de quelqu'un comme étant un bon à rien car il ou elle est pauvre ou en chômage). Par ailleurs, la discrimination survient comme l'action résultant de la stigmatisation. Et, par discrimination, l'on entend le traitement injuste ou différent d'une personne car cette personne est différente des autres, par exemple une personne vivant avec le VIH.

La stigmatisation et la discrimination sont parmi les plus grands défis qui affectent les jeunes ayant été dans des situations de violence ou d'usage de drogue. Ces jeunes ne se sentent pas acceptés dans la société, n'ont pas accès aux services de santé sexuelle et reproductive, et sont souvent incapables de communiquer les difficultés vécues.

*Dans cette section, il est essentiel de percevoir pourquoi la discrimination de tout ce qui est différent est mal perçue.*

- *La discrimination a un impact négatif sur les individus, les communautés, et les sociétés ;*
- *Au Burundi, il y a des lois qui sanctionnent la discrimination.*

*Trois sortes de stigmatisation :*

- *La stigmatisation envers les autres ;*
- *La stigmatisation de soi ;*
- *La stigmatisation secondaire.*

*TOLERANCE ET RESPECT*

La stigmatisation surgit sous plusieurs formes :

- (a) 'La stigmatisation envers les autres' se caractérise par un rejet ou un isolement des autres personnes, parce qu'ils sont différents ou que l'on pense qu'ils sont différents.
- (b) 'La stigmatisation de soi' consiste à ce qu'une personne adopte une perception négative et blessante des autres envers elle. En d'autres mots, cette forme de stigmatisation peut amener une personne à s'isoler de sa famille, de ses amis ou de la communauté.
- (c) 'La stigmatisation secondaire' survient quand une personne est stigmatisée par association à une autre personne. Par exemple, quelqu'un peut être stigmatisé car il ou elle est un frère ou une sœur d'un usager de drogue.

La discrimination, quant à elle, revêt aussi plusieurs aspects. (i) Faire face à la violence à la maison ou dans la communauté ; (ii) Etre empêché(e) d'avoir accès à l'information, aux soins de santé ; (iii) Se voir isolé(e) dans la famille ou la communauté ; (iv) Etre rejeté(e) par sa communauté religieuse ; (v) Harcèlement de toutes sortes ; (vi) Discrimination verbale ou physique (comme l'usage d'espace différent, d'objets différents).

Les violences ou harcèlements de toutes sortes résultent de : (a) un faible niveau d'instruction ; (ii) des antécédents de maltraitance pendant l'enfance ou l'exposition à la violence familiale ; (iii) l'utilisation d'alcool ; (iv) et l'acceptation de la violence et de l'inégalité entre les sexes ; (v) les situations de conflits, d'après-conflit ou de déplacement peuvent exacerber la violence existante. Mais la cause la plus répandue de la violence chez les jeunes est l'usage de drogue.

- **Abus de drogue**

Par drogue, l'on entend toute substance chimique, biochimique ou naturelle capable d'altérer notre manière de percevoir les choses, de ressentir les émotions, de penser et de se comporter. Parmi les substances, il y en a celles qui sont facilement accédés par les jeunes au Burundi : le tabac et l'alcool. Le tabagisme et l'alcoolisme sont aussi nuisibles que la toxicomanie sur le plan sanitaire et psychosocial. Les trois principales causes du tabagisme et de l'alcoolisme chez les jeunes sont : (a) la pression exercée par les autres jeunes, (b) le fait de suivre l'exemple des frères, des sœurs et des parents, et (c) le travail à l'extérieur.

Les circonstances qui obligent les jeunes à consommer les drogues (par exemple la cocaïne, le crack, l'amphétamine, l'opium et l'héroïne) sont variables. Il est très difficile de déterminer les causes exactes, on énumère souvent les facteurs favorisant que sont : l'ignorance, la curiosité, le suivisme, le conformisme, l'envie de vaincre les problèmes sociaux, l'émotion, le stress et la timidité, la pression des camarades et de l'environnement, la démission des parents, les instabilités familiales, l'échec de la réintégration sociale, la pauvreté, le chômage, l'oisiveté, l'absence de loisirs constructifs, la migration dans les grandes villes, la disponibilité de la drogue, les médias, etc.

Les effets des drogues sur la santé sont multiples. Ils varient selon les types de drogues, la fréquence et de la durée (nombre d'années) de consommation. En plus de ces facteurs, il faut ajouter la capacité des organismes à résister contre les drogues car, en fonction de cela certains individus sont beaucoup plus vulnérables que d'autres. Compte tenu des différents facteurs précités, les troubles sanitaires des drogues peuvent être de différents niveaux à savoir : la dépendance, la perturbation de la mémoire et de la perception, les troubles de la conduction nerveuse, les bronchites, le cancer du poumon, les pathologies cardio-vasculaires, les affections hépatiques

(cirrhose du foie), les ulcères, la faiblesse sexuelle, la dépression immunitaire, les violences et agressivité, les infections sexuellement transmissibles y compris le VIH, les déviations sexuelles, le viol et le vol, l'état dépressif, le suicide et la mort.

### **Activité 2 : Questions Vrai ou Faux**

- (a) Le viol arrive seulement aux femmes \_\_\_\_\_
- (b) La violence sexuelle signifie seulement le viol \_\_\_\_\_
- (c) Le viol est un acte d'un désir sexuel incontrôlable \_\_\_\_\_
- (d) La violence sexuelle se passe seulement parmi les pauvres \_\_\_\_\_
- (e) Quand une personne s'est rendu compte qu'elle a été violée par un (une) ami(e), c'est facile pour lui de quitter cette relation \_\_\_\_\_
- (f) La plupart de viols sont commis par les étrangers \_\_\_\_\_
- (g) Les jeunes filles se font violer quand elles portent de minijupes \_\_\_\_\_
- (h) L'alcool contribue aux actes de violence \_\_\_\_\_
- (i) La stigmatisation n'arrive jamais dans des confessions religieuses \_\_\_\_\_

### **Paroles de sagesse**

Genèse 37, 22 : 'Ne répandez pas son sang : jetez-le dans cette citerne du désert, mais ne portez pas la main sur lui'.

Matthieu 5, 4 : 'Heureux les doux, car ils posséderont la terre'.

### **Journal de Réflexion**

---

---

---

**Je dois être traité avec respect**

**Je dois traiter les autres avec respect**

**Ne jamais forcer l'autre à une aventure quand il/elle n'est pas d'accord (ex : mariage)**

**Je dis non à toute forme de violence**

**J'ai droit à une vie privée**

## INDEXES

### I. FICHES PEDAGOGIQUES

#### Fiche 1 : Information sur la santé sexuelle et droits liés à la procréation<sup>4</sup>

**Objectif général:** Expliquer ce que sont la santé sexuelle et droits liés à la procréation

**Objectifs spécifiques :**

A la fin de cette séance, le jeune à la formation est capable :

- ✓ d'identifier ses lacunes en information liée à la santé sexuelle et droits liés à la procréation
- ✓ d'expliquer en ses propres mots ce que sont les droits liés à la procréation ;
- ✓ d'énumérer les obstacles à l'égard de ces droits compte tenu de sa situation culturelle, sociale et confessionnelle.

#### Déroulement

Activité	Objectif	Méthodologie	Temps
Lecture d'un passage biblique	Introduire la séance par une note spirituelle	L'animateur lit un texte de la Bible et laisse un peu de temps aux jeunes pour réfléchir sur cette parole. Texte : <i>Genèse 1, 24-31</i>	3 min
Brise-glace	Définir le rôle de l'information	L'animateur lit le texte de la brise-glace (p.11). A la fin, il pose des questions : <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>quel risque encourt ce jeune homme ?</i></li><li>- <i>comment aurait-il pu éviter les risques ?</i></li><li>- <i>montrez comment le fait d'avoir l'information liée à la conduite aurait pu aider le jeune homme à éviter les risques</i></li><li>- <i>montrer comment posséder une information peut aider à prendre une décision éclairée dans une situation donnée</i></li></ul>	7 min
Sondage	Sonder les connaissances des jeunes par rapport au thème qui va être abordé	L'animateur ayant expliqué le rôle de l'information et dit qu'il est important que les jeunes aient suffisamment d'information liés à la vie sexuelle et reproductive, il distribue le « <b>questionnaire sur les connaissances des jeunes en matière de santé sexuelle et reproductive</b> ». Tandis que les jeunes remplissent le questionnaire, l'animateur prépare le matériel de projection.	10 min

<sup>4</sup> Dans cette section, l'on a préparé des fiches pédagogiques pour aider celui qui animera les groupes de jeunes. En regardant les fiches, 'Fiche 1' correspond au premier chapitre, comme Fiche 2 correspond au deuxième chapitre. Ainsi de suite.

Exposé de l'animateur	Expliquer ce que sont les santé sexuelle et droits liés à la procréation	A l'aide d'un rétroprojecteur, l'animateur explore les résultats du sondage. Ensuite, il ou elle montre et explique les santé sexuelle et droits liés à la procréation. Aussi, il rappelle l'importance de connaître ces droits.	20 min
Questions et commentaires des jeunes	Permettre aux jeunes d'exprimer leur avis et commentaires	L'animateur invite les jeunes à réagir par rapport à ces droits.	10 min
Remplir le journal de réflexion	Amener les jeunes à réfléchir de façon personnelle sur un cas précis en rapport avec la thématique abordée	L'animateur projette une parole de sagesse et la question de réflexion : « <i>Quels sont les obstacles que je rencontre/ je peux rencontrer à l'égard des santé sexuelle et droits liés à la procréation compte tenu de ma situation culturelle, sociale et confessionnelle ?</i> »	10 min

## Fiche 2.1 : En son image il les créa

**Objectifs général:** Comprendre le caractère sacré du corps lorsqu'on évoque la santé sexuelle et droits liés à la procréation.

### Objectifs spécifiques :

A la fin de cette séance, le jeune en formation est capable :

- ✓ d'expliquer pourquoi le corps est un temple de l'Esprit Saint
- ✓ d'expliquer le caractère sacré de la vie
- ✓ de proposer des conseils pour user de sa liberté sans nuire à la santé.

## Déroulement

Activité	Objectif	Méthodologie	Temps
<b>Lecture d'un passage biblique</b>	Introduire la séance par une note spirituelle	L'animateur lit un texte de la Bible et laisse un peu de temps aux jeunes de réfléchir sur cette parole. Texte : (1Cor 6 :12-20).	3 min
<b>Brise-glace</b>	Initier une réflexion sur le corps	L'animateur lit le texte du brise-glace à propos de <i>Jacques</i> (p. 15). A la fin, il pose une question : - <i>conflit avec son corps ou les passages où s'exprime le corps de Jacques.</i>	7 min

<b>Exposé magistral</b>	Permettre aux jeunes de comprendre le corps humain	À l'aide des schémas et des tableaux comparatifs, l'animateur explique les étapes liées à la croissance des corps chez le garçon et chez la fille.	10 min
<b>Travail en groupes</b>	Amener les jeunes à réfléchir et à partager les points de vue Apprendre à s'exprimer, à communiquer	Les jeunes forment trois groupes de travail. À chaque groupe, l'animateur propose une des trois questions ci-après : 1. <i>Pourquoi est-il important de connaître son corps ?</i> »  2. <i>Quelles modifications psychologiques peut-on observer chez les jeunes qui grandissent et comment ces modifications affectent-elles leur rapport au corps et à l'autre ?</i>  3. <i>Quels actes liés à notre corps altèrent-ils l'image de Dieu en nous ?</i>	20 min
<b>Présentation des réponses en plénière</b>	Faire une mise en commun des réponses et partager les points de vue	Le rapporteur de chaque groupe a 2 minutes pour exposer les réponses du groupe. Après chaque exposé, les jeunes font des commentaires, apportent des ajouts. Quand tous les groupes ont exposé, l'animateur fait une synthèse des réponses.	10 min
<b>Remplir le journal de réflexion</b>	Amener les jeunes à réfléchir de façon personnelle sur un cas précis en rapport avec la thématique abordée	<b>Question de réflexion :</b> « <i>La manière dont nous prenons soin de nos corps déterminera la façon dont nous allons vivre. Comment comptez-vous prendre soin de vos corps comme étant le temple de l'Esprit ?</i> »	10 min

### Fiche 2.2 : En son image il les créa (suite)

**Objectifs général :** Comprendre le caractère sacré du corps lorsqu'on évoque la santé sexuelle et droits liés à la procréation.

#### Objectifs spécifiques :

À la fin de cette séance, le jeune en formation est capable :

- ✓ d'expliquer pourquoi le corps est un temple de l'Esprit Saint
- ✓ d'expliquer le caractère sacré de la vie
- ✓ de proposer des conseils pour user de sa liberté sans nuire à la santé.

## Déroulement

Activité	Objectif	Méthodologie	Temps
<b>Rappel du contenu de la séance précédente</b>	Rappeler le contenu de la séance précédente	A l'appui d'une présentation, l'animateur rappelle les grandes lignes de la session précédente	10 min
<b>Analyse d'un texte en groupes</b>	Amener les jeunes à formuler une opinion personnelle et à savoir travailler en groupe	L'animateur invite les jeunes à se mettre en groupes de 4. Par la suite, il distribue le texte ( <b><i>Simples propos sur le corps, par le Cardinal Carlo Maria Martini- p.17</i></b> ) et donne assez du temps aux jeunes pour lire le texte. A la fin de la lecture du texte, les jeunes répondent aux questions : <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Quelles sont les barrières à la chasteté ?</i></li> <li>• <i>Est-il important d'écouter notre corps ? Comment peut-on le faire ?</i></li> <li>• <i>Que veut dire l'expression : « Nous avons été créés à l'image de Dieu ? »</i></li> <li>• <i>Quels actes peuvent-ils être contre la dignité de cette image de Dieu</i></li> </ul>	20 min
<b>Pause</b>	Se détendre		10 min
<b>Exposé des réponses</b>	Faire une mise en commun des réponses et partager les points de vue	Le rapporteur de chaque groupe a 4 minutes pour exposer les réponses du groupe. Après chaque exposé, les jeunes font des commentaires, apportent des ajouts. Quand tous les groupes ont exposé, l'animateur fait la synthèse des réponses.	15 min
<b>Remplir le journal de réflexion</b>	Amener les jeunes à réfléchir de façon personnelle sur un cas précis en rapport avec la thématique abordée	<b>Question de réflexion</b> : « <i>Comment peut-on faire du tort à son corps ?</i> »	5 min

### Fiche 2.3 Table ronde

#### Moi, la santé sexuelle et les droits liés à la procréation

**Objectifs général:** Réfléchir sur les santé sexuelle et droits liés à la procréation dans un contexte culturel donné.

**Note** : après la 1<sup>ère</sup> et la 2<sup>ème</sup> séance, les jeunes sont censés savoir ce que sont les santé sexuelle et droits liés à la procréation. Ils ont eu le temps pour réfléchir aux barrières d'ordre culturel, confessionnel liées à ces droits. Aussi, ont-ils été sensibilisés sur le caractère sacré du corps. Cette séance permet de faire une mise au point de ce qui a été appris et permettra à l'animateur d'orienter la session, de faire une sorte d'évaluation des deux premières séances.

### Déroulement

Activité	Objectif	Méthodologie	Temps
<b>Table ronde 1</b>	Permettre aux jeunes: <ul style="list-style-type: none"> <li>• d'exposer leurs opinions</li> <li>• de partager les avis</li> <li>• de contribuer au débat</li> <li>• de défendre leur opinion</li> <li>• de savoir argumenter</li> </ul>	L'animateur invite les volontaires à occuper des chaises de devant. Quand tout le monde est installé, les volontaires, chacun à son tour, lit les réponses à la question de réflexion de la première séance : <i>« Quels sont les obstacles que je rencontre/je peux rencontrer à l'égard de la santé sexuelle et droits liés à la procréation compte tenu de ma situation culturelle, sociale et confessionnelle ? »</i> Chaque jeune décline sa religion, sa confession religieuse. Quand les volontaires ont fini de parler, un modérateur désigné invite l'assemblée à réagir et dirige les discussions. L'animateur veille à noter les différentes interventions sur des post-it qu'il colle sur un tableau.	45 min
<b>Pause</b>			15 min
<b>Table ronde 2</b>	Mêmes objectifs	Même exercice mais avec des panelistes différents. Question : <i>«La manière dont nous prenons soin de nos corps déterminera la façon dont nous allons vivre. Comment comptez-vous prendre soin de vos corps comme étant le temple de l'Esprit ?»</i>	45 min
<b>Conclusion</b>	Faire une synthèse des tables rondes	L'animateur invite un volontaire à faire une synthèse des tables rondes. L'animateur conclue la séance en soulignant les points clés qui ont émergé.	15 min

### Fiche 3.1 : Aimez-vous les uns les autres

**Objectif général:** Comprendre ce qu'est l'amour à côté de la sexualité

## Objectifs spécifiques :

A la fin de cette séance, le jeune en formation est capable :

- ✓ d'expliquer la valeur des différentes relations qui existent dans la société ;
- ✓ de démêler l'amour et le sexe dans une relation amicale ;
- ✓ de formuler une série de conseils à des jeunes qui se posent des questions sur le lien entre amour & sexualité.

## Déroulement

Activité	Objectif	Méthodologie	Temps
<b>Lecture d'un passage biblique</b>	Introduire la séance par une note spirituelle	L'animateur lit le passage suivant : Mathieu 22, 37-39	3 min
<b>Brise-glace</b>	Introduire le sujet	L'animateur lit le texte. Question : « <i>Que pensez-vous de l'attitude du garçon ? Et celle de la fille ?</i> » (p.20)	12 min
<b>Brainstorming</b>	Amener les jeunes à générer les idées à donner leurs points de vue sur deux concepts : amour et sexualité	L'animateur trace un tableau à deux colonnes. Dans la 1 <sup>ère</sup> colonne figureront les gestes (en mots) qui ont trait à l'amitié tandis que les gestes à caractère sexuel seront écrits dans la 2 <sup>ème</sup> colonne. Les jeunes prennent le temps de réfléchir. Celui qui a une idée, se lève et va la noter dans le tableau.	10 min
<b>Questions des jeunes</b>	Amener les jeunes à s'exprimer sur les opinions des autres	L'animateur demande aux jeunes de réagir aux propositions des uns et des autres.	15 min
<b>Synthèse par l'animateur</b>	Dégager une vue d'ensemble	L'animateur fait une synthèse écrite des réponses des jeunes et propose des définitions courtes de l'amour et de la sexualité.	10 min
<b>Remplir le journal de réflexion</b>	Amener les jeunes à réfléchir de façon personnelle sur un cas précis en rapport avec la thématique abordée	<b>Question de réflexion</b> : « <i>La manière dont nous prenons soin de nos corps déterminera la façon dont nous allons vivre. Comment comptez-vous prendre soin de vos corps comme étant le temple de l'Esprit ?</i> »	10 min

### Fiche 3.2 : Aimez-vous les uns les autres (suite)

**Objectif général: Comprendre ce qu'est l'amour à côté de la sexualité**

## Objectifs spécifiques :

A la fin de cette séance, le jeune en formation est capable :

- ✓ d'expliquer la valeur des différentes relations qui existent dans la société ;
- ✓ de démêler l'amour et le sexe dans une relation amicale ;
- ✓ de formuler une série de conseils à des jeunes qui se posent des questions sur le lien entre amour & sexualité.

## Déroulement

Activité	Objectif	Méthodologie	Temps
<b>Rappel du contenu de la séance précédente</b>	Rappeler le contenu de la séance précédente	A l'appui d'une présentation, l'animateur rappelle les grandes lignes de la session précédente	10 min
<b>Jeu de rôles</b>	Permettre aux jeunes de se mettre dans la peau d'une autre personne confrontée aux questions des jeunes.	<p>Les jeunes forment 4 groupes. Chaque groupe est composé de filles et de garçons quand c'est possible. Chaque groupe endosse un des 4 rôles : de pasteurs, de parents, de jeunes ou d'enseignants.</p> <p>Commence alors la séance de questions. Les jeunes forment un demi-cercle. Les membres du 1<sup>er</sup> groupe s'apprêtent aux questions et se mettent en face du reste du groupe. Chaque séance de questions dure 10 minutes.</p> <p>Quand une question est posée, les membres du groupe se concertent comme parents, enseignants, éducateurs... et donnent leur réponse. Et s'ils ne sont pas d'accord, ils le disent aussi.</p> <p>Quand le temps est fini, le 2<sup>ème</sup> groupe passe et ainsi de suite.</p>	40 min
<b>Synthèse</b>	Amener les jeunes à formuler des conclusions par rapport au jeu	<p>L'animateur pose des questions aux jeunes :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• <i>Qu'est-ce que vous avez appris ?</i></li><li>• <i>Pourquoi les parents, les éducateurs, les pasteurs... n'ont pas forcément les mêmes points de vue sur la question de l'amour et de la sexualité ?</i></li><li>• <i>Les réponses des uns et des autres ont-elles quelque chose en commun ? Si oui, laquelle? Où se trouvent les fortes divergences? »</i></li></ul> <p>L'animateur fait la synthèse après les avis des jeunes.</p>	10 min

## Fiche 4.1 : Toi tu domines

**Objectifs général:** Comprendre sa responsabilité vis-à-vis de la sexualité

**Objectifs spécifiques :**

A la fin de cette séance, le jeune à la formation est capable :

- d'expliquer la place de l'estime de soi dans l'épanouissement personnel
- d'établir un lien entre estime de soi et responsabilité
- de décrire un comportement responsable par rapport à la sexualité

### Déroulement

Activité	Objectif	Méthodologie	Temps
<b>Lecture d'un passage biblique</b>	Introduire la séance par une note spirituelle	L'animateur lit le passage suivant : Proverbes 8, 12	3 min
<b>Brise-glace</b>	Introduire le sujet	L'animateur lit le texte. Question : « <i>Quelle leçon tirez-vous de cette histoire ?</i> » (p.23)	7 min
<b>Dessiner le portrait de l'autre</b>	Permettre aux jeunes de réfléchir le sens de l'estime de soi	Les jeunes forment des binômes. Les deux membres de chaque binôme se dessinent mutuellement. Le jeune A dessine toutes ses qualités et le jeune B dessine le jeune A. Après, A décline ses défauts et B dessine un autre portrait de A avec les défauts. A la fin, B dessine une synthèse de A. Quand les deux ont fini d'exécuter les portraits, chaque jeune montre son portrait et dit s'il est d'accord pour que son portrait soit publié sur un des murs de la salle de formation.	20 min
<b>Discussion (autour des portraits)</b>	Inviter les jeunes à justifier leur décision (celle de laisser ou non leur portrait être affiché)	Chaque jeune dit pourquoi il est d'accord ou pourquoi il n'est pas d'accord que son portrait soit affiché	5 min
<b>Brainstorming</b>	Avoir une réponse du groupe	Pour l'exercice suivant, l'animateur dessine un tableau de deux colonnes. Une colonne pour la « responsabilité », une autre pour « l'estime de soi ». Les jeunes notent dans différentes colonnes les mots qui évoquent l'un ou l'autre terme noté au tableau.	10 min

<b>Définition des concepts</b>	Sonder les connaissances des jeunes par rapport à deux termes  Encourager la formulation d'une opinion et la création d'une connaissance	A la fin, l'animateur pose les questions : - <i>Qu'est-ce que l'estime de soi ?</i> - <i>Qu'est-ce que la responsabilité ?</i>  L'animateur pose la question suivante : « <i>Quel lien peut-il exister entre estime de soi et responsabilité</i> » L'animateur donne des exemples concrets	15 min
<b>Remplir le journal de réflexion</b>	Amener les jeunes à réfléchir de façon personnelle sur un cas précis en rapport avec la thématique abordée	L'animateur donne un devoir aux jeunes : « <i>En vous situant dans le domaine de la sexualité, donnez votre exemple pour expliquer le lien qui existe entre estime de soi et responsabilité</i> ».	10 min

### Fiche 4.2 : Toi tu domines (suite)

#### **Objectifs général:** Comprendre sa responsabilité vis-à-vis de la sexualité

#### **Objectifs spécifiques :**

A la fin de cette séance, le jeune à la formation est capable :

- d'expliquer la place de l'estime de soi dans l'épanouissement personnel
- d'établir un lien entre estime de soi et responsabilité
- de décrire un comportement responsable par rapport à la sexualité

#### **Déroulement**

Activité	Objectif	Méthodologie	Temps
<b>Rappel du contenu de la séance précédente</b>	Rappeler le contenu de la séance précédente	A l'appui d'une présentation, l'animateur rappelle les grandes lignes de la session précédente	5 min

<b>Travail en groupes</b>	<p>Amener les jeunes</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>à <i>formuler une opinion personnelle et à savoir travailler en groupe</i></li> <li>à <i>savoir écouter et communiquer</i></li> </ul>	<p>Les jeunes forment trois groupes. Chacun des groupes répond à une des trois questions suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>En tant que chrétiens, qu'est-ce que la responsabilité en matière sexuelle ?</li> <li>En tant que chrétiens, qu'est-ce qu'un comportement à risque et quelles sont les conséquences des comportements à risques ?</li> <li>En tant que chrétiens, quelles attitudes jugez-vous responsables dans votre communauté, quelles sont les valeurs culturelles et religieuses qui y contribuent ou pas ?</li> </ul>	30 min
<b>Discussion</b>	Permettre aux jeunes de présenter leur travail et de réagir aux opinions des autres	L'animateur invite les groupes à présenter et invite les autres membres à réagir	15 min
<b>Synthèse</b>	Avoir une vue globale	L'animateur fait la synthèse des contributions	10 min

### Fiche 5.1 : Remplissez le monde ou pas

**Objectifs général:** Comprendre les méthodes naturelles et les méthodes modernes de contraception

**Objectifs spécifiques :**

A la fin de cette séance, le jeune en formation est capable :

- d'expliquer quelques méthodes contraceptives naturelles et modernes ;
- de justifier, par la foi de sa confession religieuse, la nécessité de recourir aux méthodes naturelles et/ ou modernes
- de discuter de la vision de l'Église par rapport aux méthodes naturelles et aux méthodes modernes.

## Déroulement

Activité	Objectif	Méthodologie	Temps
Lecture d'un passage biblique	Introduire la séance par une note spirituelle	L'animateur lit le passage suivant : 1 Timothée 5, 8	3 min
Brise-glace	Introduire le sujet	L'animateur lit le texte. Question : « <i>Quelle leçon tirez-vous de cette histoire ?</i> » (p.28)	7 min
Exposé magistral	Permettre aux jeunes de comprendre les méthodes naturelles et les méthodes modernes de contraception	A l'aide d'une projection, l'animateur explique les méthodes naturelles de contraception.	40 min
Remplir le journal de réflexion	Formuler une opinion personnelle	Question : « <i>Quelle est la méthode naturelle que je recommanderais aux autres ? Et pourquoi ?</i> »	10 min

### Fiche 5.2 : Remplissez le monde ou pas (suite)

**Objectifs général :** Comprendre les méthodes naturelles et les méthodes modernes de contraception

**Objectifs spécifiques :**

A la fin de cette séance, le jeune en formation est capable :

- d'expliquer quelques méthodes contraceptives naturelles et modernes ;
- de justifier, par la foi de sa confession religieuse, la nécessité de recourir aux méthodes naturelles et/ ou modernes
- de discuter de la vision de l'Église par rapport aux méthodes naturelles et aux méthodes modernes.

Activité	Objectif	Méthodologie	Temps
Rappel du contenu de la séance précédente	Rappeler le contenu de la séance précédente	A l'appui d'une présentation, l'animateur rappelle les grandes lignes de la session précédente	10 min
Exposé magistral	Permettre aux jeunes de comprendre les méthodes naturelles et les méthodes modernes de contraceptions	A l'aide d'une présentation, l'animateur explique les méthodes modernes de contraception.	40 min
Remplir le journal de réflexion	Formuler une opinion personnelle	Question : « <i>Quelle est la méthode moderne que je recommanderais aux autres ? Et pourquoi ?</i> »	10 min

## Fiche 5.3 : Remplissez le monde ou pas (fin)

**Objectifs général:** Comprendre les méthodes naturelles et les méthodes modernes de contraception

**Objectifs spécifiques :**

A la fin de cette séance, le jeune en formation est capable :

- d'expliquer quelques méthodes contraceptives naturelles et modernes ;
- de justifier, par la foi de sa confession religieuse, la nécessité de recourir aux méthodes naturelles et/ ou modernes
- de discuter de la vision de l'Église par rapport aux méthodes naturelles et aux méthodes modernes.

### Débat

Activité	Objectif	Méthodologie	Temps
Rappel du contenu de la séance précédente	Rappeler le contenu de la séance précédente	A l'appui d'une présentation, l'animateur rappelle les grandes lignes de la session précédente	10 min
Débat	Confronter des vues différentes  Apprendre à argumenter et à défendre une opinion	L'animateur invite les jeunes qui sont pour les méthodes modernes à former un groupe et ceux qui sont contre de former un autre groupe. Deux jeunes animent le débat. Question : « <i>Etes-vous pour ou contre les méthodes modernes ? Pourquoi ?</i> ». Un troisième note dans un tableau les raisons avancées pour soutenir ou rejeter l'une ou l'autre méthode.	40 min
Synthèse par l'animateur	Dégager un schéma des réponses des uns et des autres	L'animateur dessine un schéma qui montre points saillants (justifications) dans les réponses des uns et des autres en relevant les réponses qui reviennent.	10 min

## Fiche 6.1 : Faites aux autres... : Violence sexuelle, physique ou émotionnelle

**Objectif général:** Comprendre la violence sexuelle et comment en lutter contre

**Objectifs spécifiques :**

A la fin de cette séance, le jeune en formation est capable :

- ✓ d'expliquer ce que c'est la violence sous diverses formes
- ✓ de donner un exemple d'un cas de violence et ses conséquences sur la santé sexuelle et reproductive ;
- ✓ de proposer un moyen de sortir de la violence

## Déroulement

Activité	Objectif	Méthodologie	Temps
<b>Lecture d'un passage biblique</b>	Introduire la séance par une <i>note spirituelle</i>	L'animateur lit le passage suivant : Matthieu 5, 4	5 min
<b>Jeu</b>	Amener le jeune à faire expérience de la violence	L'animateur explique le jeu et laisse les jeunes jouer	30 min
<b>Synthèse</b>	Récolter les fruits du jeu	Après le jeu, il pose la question : « <i>Que vous apprend ce jeu par rapport à la violence ?</i> » L'animateur note au tableau les différentes réponses.	10 min
<b>Questions individuelles</b>	Permettre aux jeunes d'exprimer leur opinion	L'animateur pose question après question et donne 30 secondes aux jeunes pour répondre. Ils écrivent le numéro et inscrivent « oui » ou « non »	5 min
<b>Mise en commun</b>	Récolter et partager les différentes façons de voir	Discussion des réponses	5 min
<b>Remplir le journal de réflexion</b>	Amener les jeunes à réfléchir de façon personnelle sur un cas précis en rapport avec la thématique abordée	La question : <i>Comment la violence peut-elle être une négation des santé sexuelle et droits liés à la procréation ?</i>	10 min

### Fiche 6.2 : Faîtes aux autres... : Violence sexuelle, physique ou émotionnelle (suite)

**Objectif général:** Comprendre la violence sexuelle et comment lutter contre

**Objectifs spécifiques :**

A la fin de cette séance, le jeune en formation est capable :

- ✓ d'expliquer ce que c'est la violence sous diverses formes
  - ✓ de donner un exemple d'un cas de violence et ses conséquences sur la santé sexuelle et reproductive ;
- de proposer un moyen de sortir de la violence

## Déroulement

Activité	Objectif	Méthodologie	Temps
<b>Rappel du contenu de la séance précédente</b>	Rappeler le contenu de la séance précédente	A l'appui d'une présentation, l'animateur rappelle les grandes lignes de la session précédente	5 min
<b>Développement d'un jeu</b>	Inviter les jeunes à « inventer » leur manière de lutter contre la violence	L'animateur demande aux jeunes de former des groupes de 6. Chaque groupe invente un jeu qui condamne un cas de violence en rapport avec les santé sexuelle et droits liés à la procréation	30 min
<b>Présentation des jeux</b>	Permettre aux jeunes d'exposer leur réalisation	Chaque groupe présente son jeu	20 min
<b>Evaluation du jeu</b>	Aider les autres à améliorer leur jeu	Les jeunes discutent de chaque jeu et proposent des pistes d'amélioration	5 min

## II. DEFIS COURANTS CHEZ LES JEUNES

DEFIS	SOLUTIONS POSSIBLES
Manque d'informations claires à propos de la santé sexuelle et droits liés à la procréation	Dissémination des informations, éclairées par la Parole de Dieu, sur ces Droits sexuelles et reproductifs parmi les jeunes par les confessions religieuses
Stigmatisation et Discrimination dans les milieux de soins de santé	Plaidoyer des Services de Santé – surtout les Services de Santé de diverses Confessions religieuses – favorables aux jeunes
Les Services de Santé ouverts seulement pendant le temps de classe	Etendre les heures de travail aux heures pouvant être accessible à la jeunesse estudiantine ; Créer des moments spéciaux pour les jeunes au sein des services de santé
Embarras de demander d'information à propos de la santé sexuelle et reproductive	Accompagnement nécessaire des jeunes par les leaders religieux
Inquiétude concernant le manque de confidentialité	Donner assurance à tout jeune que toute information sera confidentielle
Confrontation avec la conscience religieuse, souvent scrupuleuse et ignorante des droits liés à la procréation	Donner des informations suffisantes pour une conscience bien informée et bien éclairée

### III. GLOSSAIRE

- **Abstinence** – action ou disposition permanente de la volonté consistant à se priver de certains biens ou plaisirs dans une intention de perfection morale ou spirituelle ;
- **Adolescence** - Période de la vie comprise entre la puberté et l'âge adulte. Elle comprend généralement la tranche d'âge de 10 à 19 ans. Pour information, la population des jeunes est généralement définie par le groupe d'âge de 15 à 24 ans.
- **Adultère** – est une action pour un époux ou une épouse de ne pas respecter son serment de fidélité et d'avoir des relations sexuelles avec une autre personne autre que son conjoint ;
- **Age de consentement** – en droit civil, c'est l'âge en dessous duquel un enfant ne peut se livrer à une activité sexuelle avec une autre personne sans que celle-ci commette une infraction pénale conformément au droit national. Ici, il est important de constater qu'au sein des confessions religieuses, cet âge n'est atteint qu'après mariage ;
- **Avortement** – est la perte d'un embryon ou d'un fœtus lors d'une grossesse ; il peut être spontané (c'est-à-dire qui se produit sans être recherché) ou provoqué et donc volontaire.
- **Besoins en planification familiale non satisfaits** – le pourcentage de femmes mariées qui préfèrent attendre au moins deux ans avant leur prochaine grossesse ou qui ne souhaitent plus avoir d'enfants, mais ne savent pas comment le faire ;
- **Chasteté** – disposition consistant à s'abstenir des plaisirs charnels illicites et de tout ce qui s'y rapporte (pensées, etc). Dans d'autres mots, c'est faire preuve de retenue dans les plaisirs charnels non permis.
- **Conscience** – est l'intuition plus ou moins claire qu'a un individu de ses états mentaux, de son existence. Il nous aide à distinguer le bien du mal. C'est la voie intérieure qui nous dicte de faire le bien.
- **Consultation prénatale** – visite de suivi de grossesse par un personnel de santé qui suit une femme enceinte. 3 consultations prénatales sont obligatoires pendant la grossesse.
- **Divorce** – dissolution légale du mariage civil prononcé par un tribunal du vivant des époux, à la demande de l'un ou de deux conjoints selon des formes déterminés par la loi. Il est important de savoir que les confessions religieuses chrétiennes n'acceptent pas la divorce, car, pour elles, 'ce que Dieu a uni, que l'homme ne le sépare pas' (Marc 10,2-16) ;
- **Écoulement** – émission de liquide par un orifice naturel
- **Estime de soi** – satisfaction que l'on tire de n'avoir rien à se reprocher. En d'autres mots, c'est le jugement ou l'évaluation faite d'un individu en rapport à sa propre valeur.

- **Exclusion sociale** – est la relégation ou marginalisation sociale d'individus ne correspondant pas au modèle dominant d'une société. Elle n'est généralement ni véritablement délibérée, ni socialement admise, mais constitue un processus plus ou moins brutal de rupture, parfois progressive, des liens sociaux.
- **Fornication**– relations charnelles ou rapports sexuels entre deux personnes qui ne sont ni mariées ni liées par aucun vœu. Péchés de la chair.
- **Grossesse non-désirée** – le fait de tomber enceinte sans l'avoir désirée. En d'autres mots, c'est la conséquence normale des rapports sexuels non protégés dans une période fertile de la femme dû aux facteurs indépendants de la volonté d'un individu.
- **Infections Sexuellement Transmissibles (IST)** – *toute infection contractée principalement par contact sexuel ; également appelée maladie sexuellement transmissibles ;*
- **Influence des pairs** – le rôle important joué par les amis, camarades de classe ou les personnes du même âge dans la promotion des idéaux de beauté et des attitudes, dans la conception d'une estime de soi.
- **Mutilation Génitale Féminine** – *toute intervention impliquant l'excision totale ou partielle des organes génitaux externes ou toute autre blessure infligée aux organes génitaux féminins ;*
- **Polygamie** – forme de régime matrimonial qui permet à un époux d'avoir simultanément plusieurs femmes (*polygynie*) ou, plus rarement, à une épouse d'avoir simultanément plusieurs maris (*polyandrie*).
- **Prostitution** – c'est un acte par lequel une personne consent habituellement à pratiquer des rapports sexuels avec un nombre indéterminé d'autres personnes moyennant rémunération ;
- **Sédimentation** – un processus dans lequel des particules de matière quelconque cesse progressivement de se déplacer et se réunissent en couches ;
- **Stérilité** – incapacité pour un homme ou une femme de procréer, due à des troubles fonctionnels, à des lésions organiques des organes génitaux ou à une stérilisation volontaire ;
- **Tabagisme** – intoxication aiguë ou chronique de nature physiologique et psychique provoquée par l'abus du tabac ;
- **Toxicomanie** – appétence morbide pour des substances toxiques naturelles ou médicamenteuse (stupéfiants, euphorisants, excitants) dont l'usage engendre un besoin impérieux et une dépendance de l'organisme.
- **Union libre** – c'est une relation amoureuse libre de tout engagement qu'il soit civil ou religieux. Il y a ceux qui utilisent le terme 'concubinage' pour se référer à cette pratique ;

#### IV. BIBLIOGRAPHIE

- AJAN (2012) *A Happy Generation*. (Ad experimentum) Nairobi : Ascent Limited.
- Akoha, T. (2009) *Sexualité et Amour : Dialogue avec les Jeunes*. Cotonou : Editions Amour et Vie.
- Bible de Jerusalem*. (1985) New York : Doubleday.
- Congrégation pour la Doctrine de la Foi (1975). *Déclaration « Persona Humana » sur certaines Questions d’Ethique Sexuelle*. Vatican [http://www.vatican.va/roman\\_curia/congregations/cfaith/documents/rc\\_con\\_cfaith\\_doc\\_19751229\\_persona-humana\\_fr.html](http://www.vatican.va/roman_curia/congregations/cfaith/documents/rc_con_cfaith_doc_19751229_persona-humana_fr.html)
- Conseil Œcuménique des Eglises (2003) *Face au SIDA : l’Action des Eglises*. Genève : WCC Publications
- Igo, R. (2005) *Ecouter avec Amour : Conseil Pastoral*. Genève :WCC Publications.
- Miburo, T. (2012) *Disciples de la Nature*. Bujumbura : Imprimerie Mushasha.
- Nyabera, F. et Montgomery, T. (2007) *Contextual Bible-StudyManual on Gender-based Violence*. Nairobi : FECCLAHA.
- ONUSIDA (2010) *Principes Directeurs Internationaux sur l’Education Sexuelle : une Approche factuelle à l’intention des Professionnels de l’Education à la Santé*. Paris : Unesco Press.
- PNSR (2012) *IgitabugifashaUmwunganirarunganwe mu gutunganyaIbiganirovyerekeyeIron dokarijanya n’Amagameza mu Rwaruka*. Bujumbura : Imprimerie Mex.
- Sacred Congregation for Catholic Education (1983). *Education Guidance in Human Love : Outline for Sex Education*. Vatican. [http://www.vatican.va/roman\\_curia/congregations/ccatheduc/documents/rc\\_con\\_ccatheduc\\_doc\\_19831101\\_sexual-education\\_en.html#top](http://www.vatican.va/roman_curia/congregations/ccatheduc/documents/rc_con_ccatheduc_doc_19831101_sexual-education_en.html#top)
- UNAIDS (2009) *International Technical Guidance on Sexuality Education*. Paris : Unesco Press.





Ce guide a été élaboré par Père Pierre célestin Musoni, Jésuite et Directeur de l'organisation «Service Yezu Mwiza». Il a été validé par les représentants des différentes confessions religieuses. Ce guide a été également prétesté auprès des jeunes des différentes confessions religieuses à Rumonge.

**Mai 2016**