



unicef 
pour chaque enfant

Santé & Bien-être des Adolescents & Jeunes

Questions-Réponses

Livret



Santé et Bien-être des Adolescents et Jeunes

Questions-Réponses

Livret



SOMMAIRE

1.	Puberté, sexualité et Gestion de l'Hygiène Menstruelle ...	6
1.1.	Puberté	7
1.2.	Sexualité	10
1.3.	Gestion de l'hygiène menstruelle	14
2.	Grossesses précoces, contraception et avortement	18
2.1.	La Grossesse précoce	19
2.2.	La Contraception chez les ados & jeunes	24
2.3.	L'avortement provoqué	26
3.	IST/VIH	28
3.1.	Infections Sexuellement Transmissibles	29
4.	Violences sexuelles et mariages précoces	38
4.1.	Les violences sexuelles	39
4.2.	Mariages précoces	46



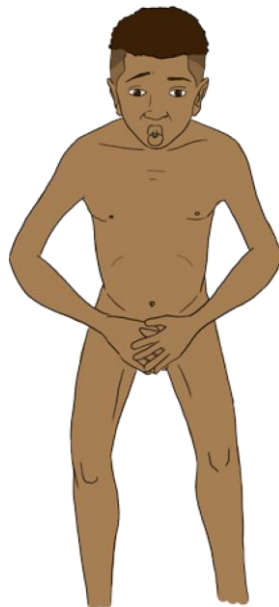
An illustration of a young man and a young woman standing side-by-side against a solid pink background. The man on the left is shirtless and has a surprised expression with his mouth open. The woman on the right is wearing a light blue bikini top and white underwear with a red waistband, also with a surprised expression. The text '1. Puberté Sexualité et Gestion de l'Hygiène menstruelle' is overlaid on the image in white and light blue colors.

1. Puberté Sexualité et Gestion de l'Hygiène menstruelle

1 Puberté

C'est quoi la Puberté ?

La puberté est la période de croissance des garçons et des filles, entre l'enfance et l'adolescence, au cours de laquelle leurs corps et leurs sentiments connaissent des transformations.





Oh! Mon Dieu
Qu'est ce qui
m'arrive ?

Quels sont les signes qui annoncent la Puberté ?

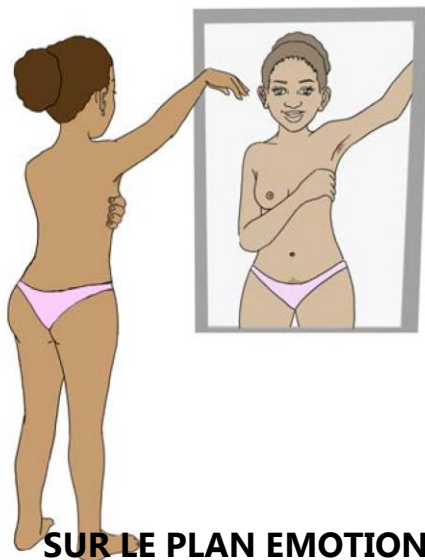
SUR LE PLAN PHYSIQUE

Pour les deux sexes, la taille et le poids augmentent ; les boutons peuvent apparaître sur le visage, le dos et le torse ; les poils apparaissent sous les aisselles et le pubis ; les organes génitaux se développent (prennent du volume).

CHEZ LE GARÇON

- La voix devient rauque ;
- Les poils apparaissent au menton (barbe) ;
- Les épaules s'élargissent ;
- Les spermatozoïdes se libèrent involontairement pendant le sommeil (pollution nocturne). Dans ce cas, il ne faut pas paniquer, la pollution nocturne est un fait normal, qui montre que les organes génitaux de l'adolescent se préparent au rôle de reproduction. Il faut juste prendre son bain et nettoyer les vêtements souillés par les spermatozoïdes.





CHEZ LA FILLE

- Les seins commencent à prendre du volume ;
 - Le bassin s'élargit ;
 - Les premières règles apparaissent.
- Dans ce cas, l'adolescente ne doit pas paniquer ! Elle devra juste en parler à ses parents pour une orientation afin de maintenir l'hygiène corporelle.

SUR LE PLAN EMOTIONNEL / PSYCHOLOGIQUE

L'adolescente et l'adolescent présentent :

- L'envie d'appartenir à un groupe et le manque de confiance de soi ;
- L'attirance au sexe opposé ;
- L'affirmation de soi, une faible perception du risque,
- L'insouciance et le manque de discipline
- Le rejet de toute autorité, le désir de plus d'autonomie et le sentiment d'être incompris par les adultes ;
- Le besoin de plus d'intimité, le fait de beaucoup plus se soucier de son apparence ;
- L'augmentation de la curiosité sur la sexualité



Message-clé : Les transformations qui apparaissent pendant la puberté sont normales. Adolescent et adolescente, rapprochons-nous de nos responsables (parents, enseignants, oncles, tantes, tuteurs, enseignants ...) pour un bon encadrement pendant la période de puberté.

2 Sexualité

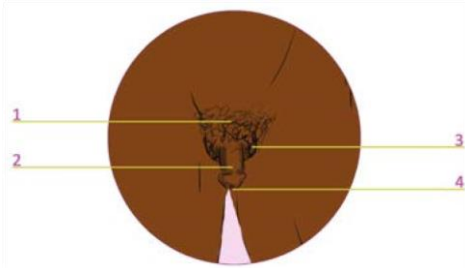
C'est quoi la Sexualité ?

La sexualité est l'ensemble des conditions anatomiques, physiologiques et psychologiques qui caractérisent le sexe masculin et le sexe féminin.

C'est quoi la santé sexuelle ?

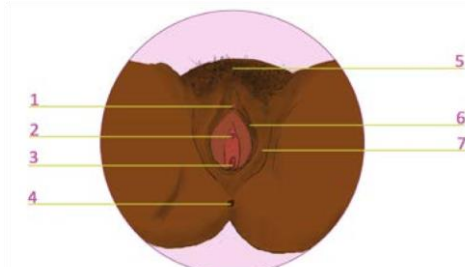
La santé sexuelle se définit comme étant une approche positive et respectueuse de la sexualité et des relations sexuelles. C'est également la possibilité de vivre des expériences sexuelles agréables et sûres exemptes de coercition, de discrimination et de violence.

A la découverte de nos organes génitaux



A. GARÇON

- 1 . Pubis
- 2 . Pénis
- 3 . Testicules
- 4 . Méat urinaire



B. FILLE

- 1 . Clitoris
- 2 . Méat urinaire
- 3 . Vagin
- 4 . Anus
- 5 . Pubis
- 6 . Petite lèvre
- 7 . Grande lèvre

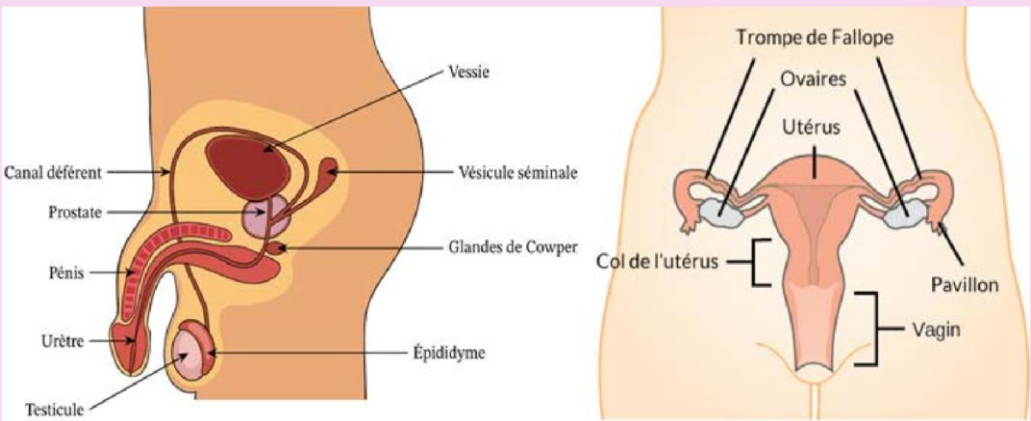


C'est quoi la santé de la reproduction ?

On entend par santé de la reproduction le bien-être général tant physique, que mental et social, de la personne humaine pour tout ce qui concerne l'appareil génital, ses fonctions et son fonctionnement et non seulement l'absence de maladie ou d'infirmité.

C'est quoi la relation sexuelle ?

Les expressions « rapport sexuel », « relation sexuelle » et « faire l'amour » sont couramment utilisées pour désigner les attouchements et la pénétration vaginale. Par extension, ces expressions générales englobent les préliminaires et désignent également la pénétration anale et buccale.



Pourquoi retarder le premier rapport sexuel ?

Un rapport sexuel avant la maturation biologique des organes génitaux est dit précoce. Le premier rapport sexuel doit être le plus possible retardé :

- Pour éviter une grossesse précoce pouvant t'empêcher de poursuivre tes études.
- Permettre aux organes de reproduction d'arriver à maturation (pas avant 20 ans) ;
- Permettre aux adolescents et adolescentes de comprendre la sexualité responsable, c'est-à-dire une sexualité qui réfère à la capacité de prendre des décisions éclairées en matière de protection pour soi et pour l'autre ;
- Permettre que les adolescents et adolescentes soient prêts et capables d'assumer les conséquences des rapports sexuels.

Pourquoi les jeunes font des rapports sexuels précocement ?

Les rapports sexuels sont précoces quand ils ont lieu avant la maturation biologique des organes génitaux. Les adolescents et les adolescentes font précocement les rapports sexuels par curiosité, par l'influence négative des amis, des médias et réseaux sociaux, suite aux pulsions/envie, à la forte consommation des excitants sexuels, pour des raisons économiques (pauvreté), par preuve d'amour.





Les filles de mon âge font des rapports sexuels et ne meurent pas. Pourquoi dois-je attendre ?

Comment gérer les pulsions sexuelles ?

Les pulsions sexuelles sont normales pendant la croissance de chaque adolescent et adolescente. Elles sont l'expression que les organes génitaux s'appêtent à jouer le rôle reproducteur. Pour ce faire, il est recommandé une forte maîtrise de soi, pour éviter de commettre les erreurs de mener une vie sexuelle irresponsable. Mais aussi avoir les informations correctes et avoir quelqu'un de confiance à qui en parler.

Il est également recommandé la canalisation des énergies vers les activités socioculturelles, activités de résilience et récréatives (lecture) surtout vers les études.

Quels sont les comportements sexuels à éviter ?

Il faut éviter :

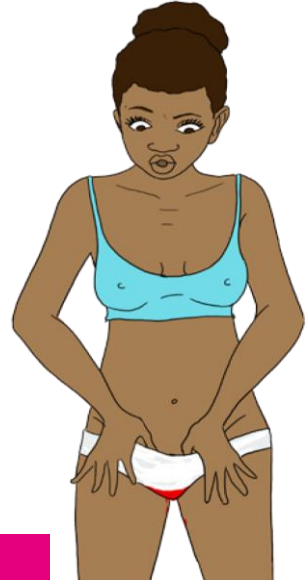
- D'avoir précocement des rapports sexuels avant la maturation biologique des organes sexuels ;
- D'avoir des rapports sexuels avec plusieurs partenaires ;
- D'avoir des rapports sexuels non protégés (sans préservatif).

Message-clé : La sexualité doit être saine et responsable. Pour ce faire, l'adolescent et l'adolescente doivent s'abstenir des rapports sexuels précoces et non protégés pour en éviter les conséquences néfastes.

C'est quoi la menstruation ?

La menstruation c'est le fait d'avoir les menstrues ou les règles. Les menstrues sont du sang qui coule de l'utérus vers le vagin. Elles durent 3 à 7 jours selon les filles/femmes. L'apparition des règles est un fait normal qui indique l'évolution du corps qui se prépare à la vie d'adulte. Cette apparition des règles signifie qu'une fille peut tomber enceinte en cas des rapports sexuels non protégés.

De manière générale, les filles commencent à avoir leurs règles entre l'âge de 9 et 16 ans. Les règles reviennent chaque mois jusqu'à l'âge de 45 à 50 ans en moyenne. Etant donné que l'âge des premières règles d'une fille varie en fonction de plusieurs facteurs, celles qui n'ont pas encore vu leur règle ne devrait pas s'inquiéter. Au besoin consulter un prestataire qualifié pour plus

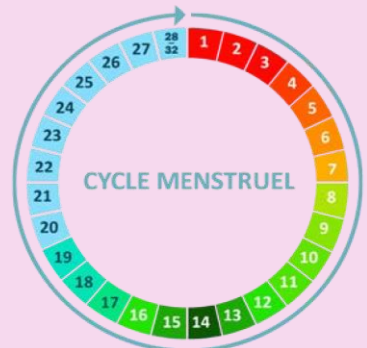


Ooh ! Du sang !
mais je ne suis pas
blessée

Apprenons sur nos cycles menstruels

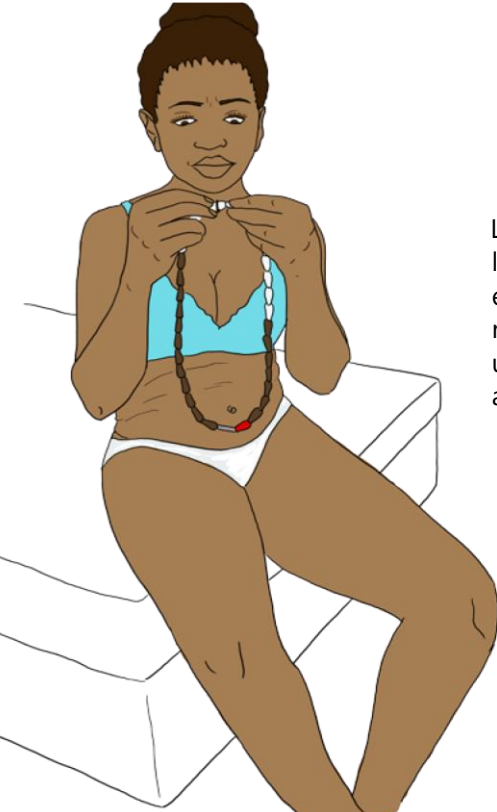
Le cycle menstruel est un mécanisme qui prépare chaque mois, le corps féminin à accueillir une grossesse de la puberté à la ménopause. Il commence le premier jour des règles, se termine le premier jour des règles suivant. Il se poursuit s'il n'y a pas fécondation. Le cycle menstruel a trois périodes à savoir :

Du 1er jour des règles au 7è, c'est la période probablement fertile, celle allant du 8è au 19è est dite fertile. Enfin, du 20è au 28/32è est infertile.



C'est quoi la gestion de l'hygiène menstruelle ?

La gestion de l'hygiène menstruelle couvre la façon dont les femmes restent propres et en bonne santé pendant la période des règles et comment elles obtiennent, utilisent et gèrent les produits qui absorbent le sang



Apprenons sur le Collier du cycle

La perle rouge marque le début des règles.

L'anneau noir doit être déplacé tous les jours, partant de la perle rouge vers les perles marrons.

Les perles marrons indiquent les jours où il est peu probable de tomber enceinte.

Les perles blanches indiquent les jours fertiles, où il y a une forte probabilité de tomber enceinte.

La perle marron foncé indique si le cycle dure moins de 26 jours

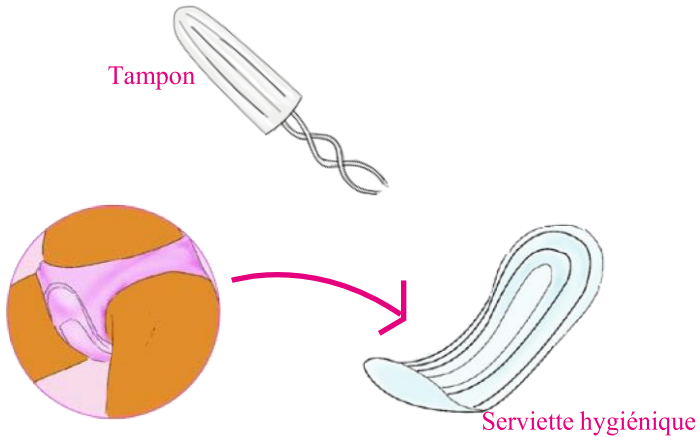


Quels sont les matériels à utiliser pour l'hygiène menstruelle ?

Pour bien gérer le flux de sang qui coule pendant la période des règles, il faut utiliser une serviette hygiénique, serviettes lavables, morceaux de tissu en coton propre, tampon hygiénique, sous vêtement des règles, compresses hygiéniques, ... qui ont comme critères :

- Hyper absorbant (qui empêche de tâcher les vêtements) ;
- Aéré (qui fait passer l'air) et
- Anti microbien (qui ne peut causer des infections après utilisation).

A. Matériels jetables

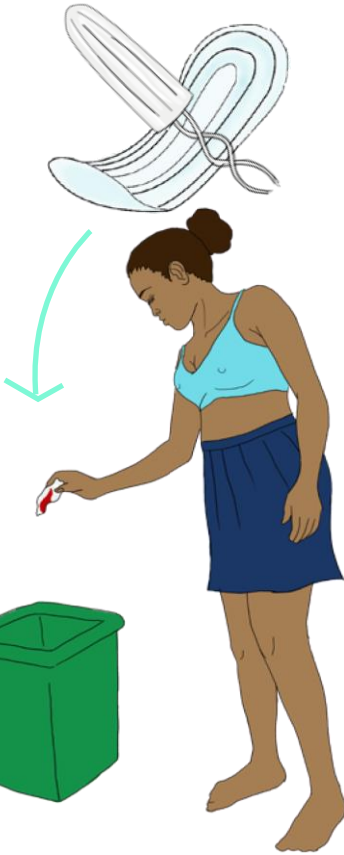


B. Matériels réutilisables et lavables



Quels sont les principes de gestion de l'hygiène menstruelle ?

Il y a trois principes importants pour bien gérer l'hygiène menstruelle à savoir (1) la propreté du corps, (2) la propreté du matériel de protection et (3) la gestion de matériel de protection.



- Pour garder son corps propre, la jeune fille/femme doit en prendre soins en se lavant le corps entier au moins deux fois par jour pour rester propre et se sentir bien. Il ne faut jamais laisser les traces de sang après usage des toilettes. Il faudrait également changer le matériel de protection chaque fois que vous le pouvez par jour et surtout après chaque bain ;
- Bien gérer les matériels utilisés : le matériel jetable (serviettes lavables et tampon) doit être proprement jeté, sans laisser les traces de sang ni le laisser à la vue de tout le monde. Le matériel de protection réutilisable doit être nettoyé et séché au soleil.



Message-clé : pour bien gérer l'hygiène menstruelle, les adolescentes doivent :

- maîtriser le cycle menstruel et reconnaître les signes qui annoncent l'arrivée des règles ;
- bien prendre soins de leurs corps et du matériel utilisé pendant cette période pour éviter les allergies, infections et gêne de tacher les vêtements

2. Grossesse précoce, Contraception et Avortement



1 Grossesse précoce

C'est quoi la Grossesse précoce ?

Une grossesse précoce est celle qui survient lorsque l'adolescente n'a pas encore atteint la maturité des organes sexuels (avant 20 ans).



Pourquoi les adolescentes tombent-elles enceintes ?

Les adolescentes tombent enceintes parce qu'elles :

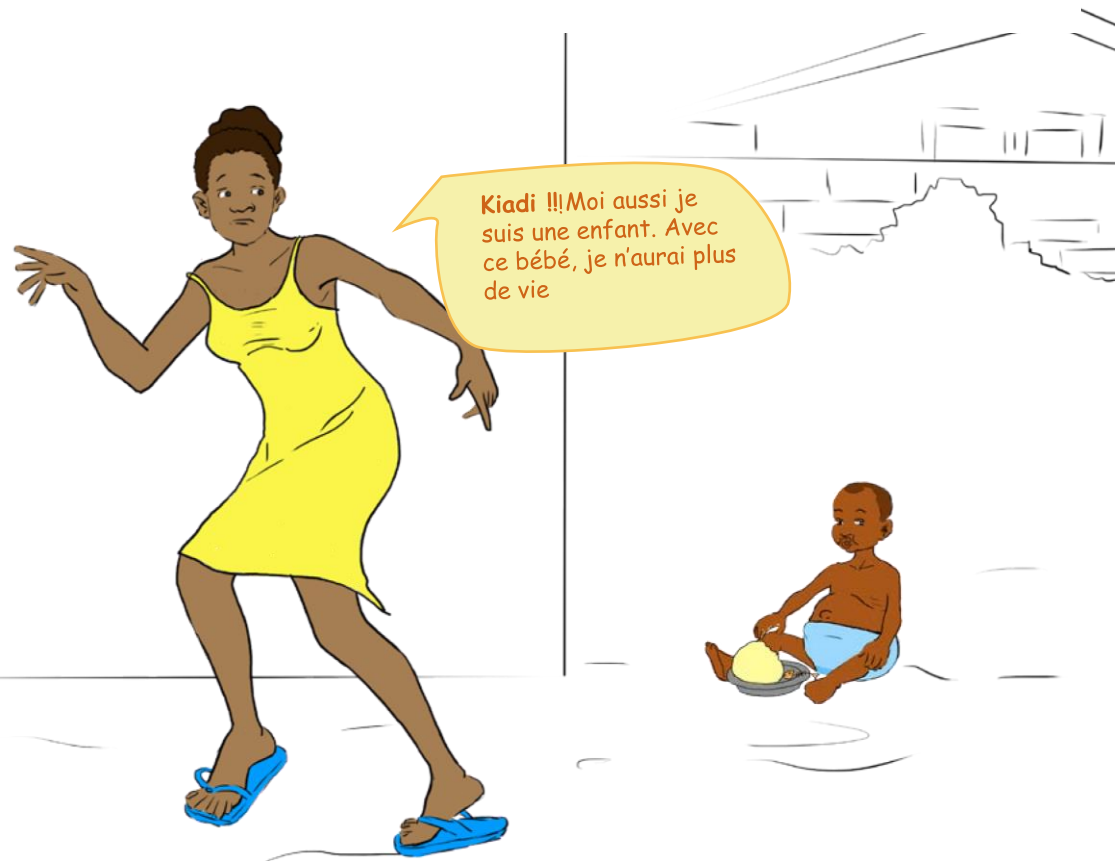
- N'ont pas suffisamment d'informations correctes sur le fonctionnement de leurs organes génitaux (calcul du cycle menstruel) ;
- N'ont pas suffisamment d'informations sur la contraception ;
- Ont un faible accès aux méthodes contraceptives ;
- Ne discutent pas de la sexualité avec les parents et les autres membres de la famille ;
- Sont influencées par certains médias (télévision, réseaux sociaux) ;
- Veulent découvrir par curiosité les relations sexuelles ;
- Peuvent être victimes des viols ;
- Sont influencées négativement par leurs amis ;
- A cause de la pauvreté ;
- Ont des rapports sexuels non protégés.

Quelles sont les conséquences des grossesses précoces ?

Les grossesses précoces ont plusieurs conséquences à savoir :

a. Sur la santé de la jeune mère

- Physiquement, l'adolescente enceinte a souvent tendance à recourir à un avortement clandestin, pouvant causer des complications graves. Dans les cas où la grossesse est gardée, l'accouchement peut s'avérer difficile et causer une invalidité comme la fistule, rupture utérine et les hémorragies de la délivrance.
- Psychologiquement, la stigmatisation et le rejet de l'adolescente peuvent causer une perte de l'estime de soi.





b. Sur la santé de l'enfant :

- Il a un risque de malformations congénitales
- Souvent les bébés des adolescentes naissent prématurés.
- Et quand la grossesse a atteint le terme, ils ont un faible poids à la naissance. Ce qui les expose aux risques d'infection et de mortalité périnatale et /ou néonatale.

c. Sur le plan socio-économique

- La jeune maman n'a pas suffisamment de moyens financiers pour subvenir à ses besoins ainsi qu'à ceux du bébé ;
- Elle a de fortes chances de rupture et/ou abandon scolaire ;
- Le mariage forcé ou union de fait (cohabiter définitivement avec l'auteur de la grossesse) ;
- L'abandon de l'enfant par sa mère ;
- les grossesses précoces peuvent avoir un impact négatif sur la société dans la mesure où elles peuvent accroître le nombre d'enfants de la rue (En cas d'abandon de l'enfant)
- Ces grossesses augmentent des charges économiques des familles des adolescents nouveaux parents

Que faire en cas d'une grossesse précoce ?

Dans ce cas, il faut :

- Accepter la grossesse
- Informer les parents ;
- S'informer auprès de son enseignante ou femme professeure
- Eviter les conseils erronés de ses pairs ;
- Se rendre dans un centre de santé pour avoir accès aux services de santé adaptés aux adolescents et aux jeunes ;
- Ne pas interrompre ses études ;
- Ne pas se faire avorter par un personnel non qualifié car cela comporte beaucoup des risques pouvant entraîner des complications graves



Message-clé : Adolescente et adolescent évitent la survenue des grossesses précoces en retardant le plus possible le premier rapport sexuel et/ou en évitant les rapports sexuels non protégés pour atteindre la maturité biologique et éviter les risques de santé et socio-économiques auxquelles elles nous exposent.



Que faire pour éviter les grossesses précoces chez les adolescent(e)s et jeunes ?

Pour éviter les grossesses précoces, il faut :

- S'abstenir des rapports sexuels ;
- Utiliser correctement et systématiquement le préservatif en cas des rapports sexuels ;
- Dialoguer avec les parents sur la sexualité ;
- Participer au programme d'éducation sexuelle complète notamment, centres de jeunes, les espaces des jeunes, écoles, universités, ...) ;
- Fréquenter les milieux d'encadrement des adolescents et des jeunes
- Fréquenter les centres de santé pour les conseils sur l'utilisation des méthodes contraceptives ;
- Canaliser son énergie vers les études et les activités socioculturelles et récréatives ;
- Connaître son corps et son horloge biologique (la jeune fille doit maîtriser son cycle menstruel).

2

La contraception

C'est quoi la contraception ?

La contraception est l'ensemble des moyens et méthodes utilisés pour éviter la survenue d'une grossesse non désirée.

Quelles sont les méthodes contraceptives qui existent ?

Il existe plusieurs méthodes contraceptives, dont voici quelques-unes :



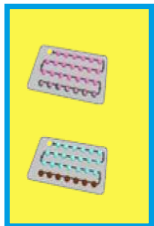
Préservatif

Préservatifs féminin et masculin forment un obstacle qui empêche les Spermatozoïdes et l'ovocyte de se rencontrer. **Le préservatif protège aussi contre les IST et le VIH/SIDA**



Pilule d'urgence

Elle empêche ou retarde la libération des ovocytes des ovaires. Les pilules sont prises pour éviter une grossesse jusqu'à cinq jours après des rapports sexuel non protégé



Pilule

Elle empêche la libération des ovocytes des ovaires (l'ovulation) et/ ou épaissit la glaire cervicale, ce qui empêche les spermatozoïdes et l'ovule de se rencontrer.



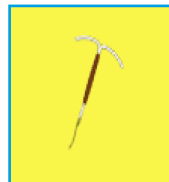
Sayana press

C'est une méthode injectable indiquée pour la contraception chez la femme (pendant environs 13 semaines au moins).



Implant

Il épaissit la glaire cervicale, ce qui empêche les spermatozoïdes et l'ovule de se rencontrer, il inhibe l'ovulation



Stérilet ou dispositif intra-utérin (DIU) au cuivre

endommage les spermatozoïdes et les empêche de rencontrer l'ovule

Pour plus d'informations concernant les méthodes contraceptives, il faut se rendre au centre de santé ou dans un Espace d'information et d'encadrement des jeunes.

Où se procurer un moyen de contraception ?

- Les formations sanitaires ;
- La communauté (distribution à base communautaire) ;
- Les pharmacies ;
- Centre des jeunes ;
- Centre d'Ecoute et d'Information Convivial des Adolescent(e)s.



Message-clé : l'abstinence sexuelle est recommandée aux jeunes filles et garçons. Mais pour ceux qui sont sexuellement actifs : (1) le recours à la contraception permet d'éviter/prévenir les grossesses non désirées ; (2) l'utilisation correcte et systématique du préservatif offre une double protection (éviter à la fois la survenue des grossesses non désirées et les Infections Sexuellement Transmissibles).

3

Avortement provoqué

C'est quoi l'avortement provoqué ?

L'avortement provoqué est toute interruption volontaire d'une grossesse avant 6 mois pour le cas de la RDC.

Quelles sont les raisons qui poussent les adolescentes et jeunes à avorter ?

Les raisons qui peuvent pousser les jeunes à avorter sont les suivantes :

- Crainte d'être renvoyées de l'école ou de suspendre les études ;
- Manque de ressources financières pour prendre soins d'un enfant ;
- Honte pour les adolescentes et leurs familles ;
- Absence de relation stable, surtout en cas de refus de l'auteur de la grossesse ;
- Echec de la contraception ;



Que faire pour prévenir un avortement chez les adolescentes et jeunes ? Il faut :



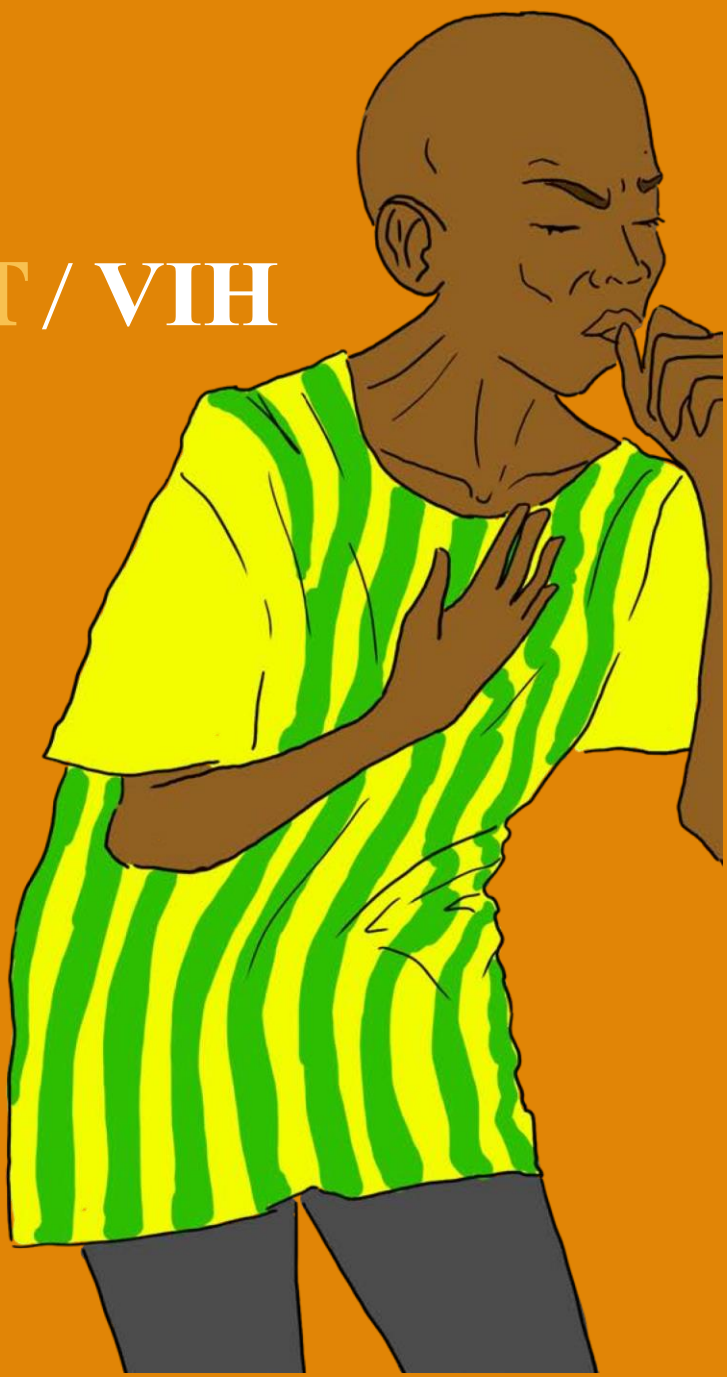
- S'abstenir des rapports sexuels avant la maturation des organes génitaux ;
- Utiliser une méthode contraceptive (Préservatif de préférence) ;
- Avoir des Causeries sur la sexualité avec les parents ;
- Fréquenter les centres de santé, les centres des jeunes pour avoir les Informations en matière de Santé Sexuelle et Reproductive ;
- Canaliser les énergies vers les activités socioculturelles, activités de résilience et récréatives (lecture) surtout vers les études ;
- En cas de grossesse conservez la, aller à la consultation prénatale ;

Quelles sont les conséquences des avortements provoqués ?

- Le décès maternel (durant l'avortement plusieurs facteurs concourent au décès de l'adolescente tels que l'hémorragie survenant pendant ou après un avortement, les infections après l'avortement, ...
- Fistule obstétricale (Par suite des manipulations instrumentales sur l'adolescente enceinte)
- Les infection post-opératoire (Instruments, vêtement et linges souillés ou infectés
- Risque de développer un cancer du col de l'utérus suite aux traumatismes que subit le col.

Message-clé : Les adolescentes ayant commis un avortement clandestin doivent se rendre immédiatement dans un centre de santé pour recevoir les soins post avortements appropriés.

3 .IST/VIH



1

Infection Sexuellement Transmissible (IST)

C'est quoi l'IST ?

Une IST est une infection qui se transmet principalement par la voie sexuelle.

C'est quoi le VIH/SIDA ?

- VIH : Virus de l'Immuno- déficience Humaine, qui cause la maladie appelée SIDA.
- SIDA : Syndrome d'Immunodéficience Acquis qui est une maladie causée par le VIH.

Quelles sont les IST les plus courantes ?

Les IST les plus courantes sont :

- Blennorragie ou gonococcie (chaude pisse) ;
- Syphilis ;
- Trichomonas ;
- Candidose ;
- Herpès génital ;
- Hépatite B ;
- VIH/SIDA

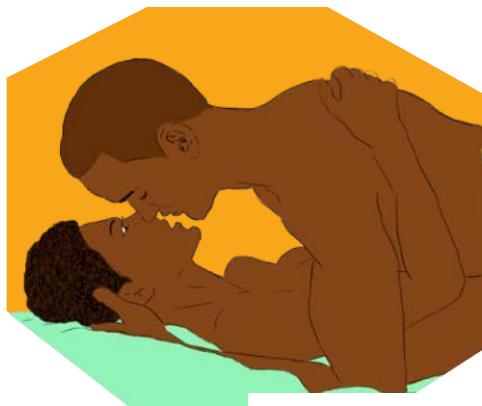


Aïe ! Ayuu !
ce pipi brûle hein !
Ouuuuuuuh !

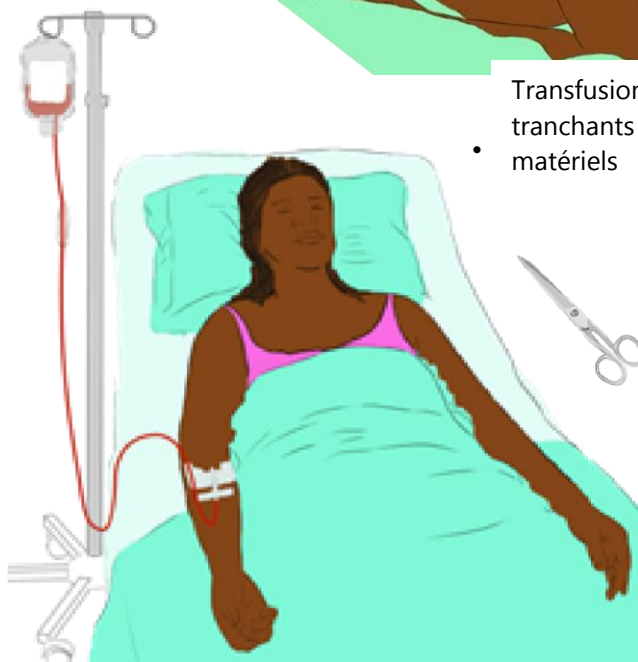
Comment peut-on attraper une IST et le VIH/SIDA ?

Il y a trois principales manières de contracter une IST y compris le VIH/SIDA

- **Par la voie sexuelle** : à travers un rapport sexuel non protégé avec une personne infectée, ça peut être par la bouche, le vagin et/ou par l'anus.



- Transfusion du sang contaminé et objets tranchants contaminés (seringue, aiguille, matériels)





- **De la mère infectée à l'enfant :** avant, pendant et après l'accouchement.



- **Autres manières :** il est à noter que l'allaitement est un autre moyen de transmission du VIH de la mère à l'enfant et l'utilisation des objets des toilettes intimes d'une personne contaminée est un autre moyen de contracter une IST.

Comment savoir si je suis infecté par une IST ?

Souvent, il n'est pas facile de savoir si on est infecté par une IST, car certaines n'ont pas des signes visibles. Pour savoir si on est atteint du VIH ou pas, c'est-à-dire connaître son état sérologique, il faut se faire dépister au VIH et suivre les conseils du prestataire.

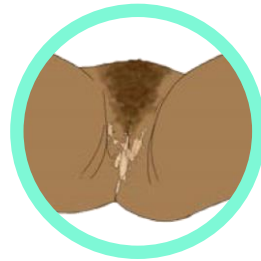
Pour les autres IST, voici quelques signes qui peuvent apparaître selon le sexe

Chez le garçon : Démangeaisons, difficulté d'uriner, douleur ou sensation de brûlure au moment d'uriner, des douleurs au niveau des testicules, plaies ou bubon au niveau des organes génitaux, présence du pus au moment d'uriner, crête de coq, etc.





- **Chez le nouveau-né :** conjonctivite du nouveau-né contractée après naissance d'une mère atteinte d'une IST (VIH, syphilis, gonococcie)



- **Chez la fille :** pertes vaginales qui changent de couleur, abondantes et avec une mauvaise odeur, démangeaison, douleur ou sensation de brûlure au moment d'uriner, douleur au bas ventre, douleur pendant les rapports sexuels, plaies ou bubon au niveau des organes génitaux, crête de coq, etc.

Que faire en cas d'apparition d'un des signes d'IST ?

En cas d'apparition d'un des signes d'IST, il faut :

- Se rendre le plus vite possible dans un centre de santé pour une prise en charge correcte avec un traitement souvent simple et moins coûteux ;
- Pour une prise en charge médicale efficace, se présenter avec son ou ses partenaires sexuels ;
- S'abstenir de tout rapport sexuel ou utiliser un préservatif pendant la période de traitement ;
- Eviter l'auto- médication.



Quelles sont les conséquences des IST ?

- Infertilité ou stérilité chez la femme et chez l'homme ;
- Avortements spontanés à répétition ou accouchements prématurés ;
- Grossesses extra-utérines (GEU) ;
- Infections des enfants pendant la grossesse ou l'accouchement (Conjonctivite du nouveau-né, malformation en cas de syphilis) ;
- Malformation du fœtus, ...

Comment éviter les IST ?

Pour éviter les IST, il faut :

- S'abstenir de tout rapport sexuel ;
- Pour les jeunes qui ne peuvent pas s'abstenir, utiliser correctement et systématiquement le préservatif lors de chaque rapport sexuel ;
- Observer une bonne fidélité entre partenaires sexuels. (N'avoir qu'un seul partenaire sexuel) ;
- Exiger le sang testé en cas de transfusion sanguine ;
- Utiliser les objets tranchants et les objets de toilette intime individuels ;
- Si jeune est testé positif au VIH, suivre le traitement précoce des malades VIH+ ;
- En cas de grossesse, se rendre au centre de santé pour commencer la consultation prénatale ;
- Accoucher dans une maternité qui a intégré la Protection de la Transmission de la Mère à l'Enfant (PTME) ;

je ne peux pas sortir avec toi, je tiens à mes études. Et puis, tu sors avec ma copine, ce n'est pas sérieux

YOYO !! une fois seulement, y a pas de risques. Ta copine NIANIA n'est pas sérieuse, on n'a pas d'avenir.

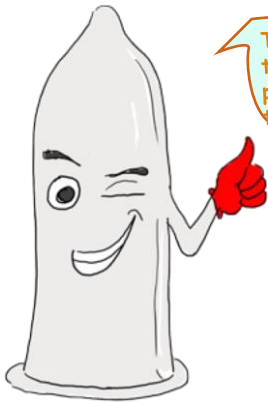


Comment vivre avec le VIH/ SIDA ?

Le VIH/Sida est une maladie comme toutes les autres. Être atteint du VIH n'est pas une fatalité, on peut vivre longtemps avec le VIH sans développer la maladie SIDA. Il faut juste respecter la prise correcte des médicaments (Antirétroviraux) et appliquer les conseils du prestataire. Il est recommandé d'adhérer à un groupe d'auto-support pour être accompagné, soutenu et surtout éviter de s'isoler.

Respectes la prescription médicale pour te garder en forme tout le temps





Toi qui ne peux pas te retenir ne m'oublis pas pour ta protection.

Même lorsqu'une personne est atteinte du VIH, on peut manger avec elle, dormir sur le lit ou jouer (vivre normalement). Il ne faut pas la mettre à l'écart ou la fuir parce qu'on ne court aucun risque de contamination en ayant une vie saine avec elle.



Message-clé :

- Il suffit d'un seul rapport sexuel non protégé pour transmettre ou être contaminé d'une IST. Jeunes, abstenez-vous et/ou bannissez les rapports sexuels non protégé pour éviter de contracter une IST.
- Si votre état sérologique est négatif continuez à vous protéger en pratiquant l'abstinence ou en utilisant correctement et systématiquement le préservatif. Ayez vos propres instruments de manucure et en cas de transfusion, le sang doit être bien testé. Mais si votre état sérologique est positif respectez les conseils du prestataire pour vivre longtemps.



4 • Violences sexuelles et Mariages précoces

1

Violences sexuelles

C'est quoi la violence sexuelle ?

Une violence sexuelle peut être une tentative, un commentaire ou un acte à caractère sexuel, commis sur une personne sans son consentement (sans sa volonté).

Qui peut être survivant(e)s des violences sexuelles ?

Toute personne peut être victime d'une forme des violences sexuelles, mais les adolescents et les adolescentes y sont beaucoup plus



Quelles sont les facteurs favorisant des violences sexuelles ?

Plusieurs facteurs favorisent les violences sexuelles parmi lesquelles on peut citer :

Ceux liés à la personne elle-même ou facteurs individuels : la dépendance financière, l'invalidité physique et mentale, la pauvreté, l'abus d'alcool ou de drogues, la promiscuité, stress lié au conflit, à la fuite et au déplacement, perturbation des rôles au sein de la famille et de la communauté, Ignorance/manque des connaissances des droits individuels prévus par le droit national et international ;



Les Normes sociales et culturelles : Les croyances et pratiques culturelles et traditionnelles discriminatoires, les croyances religieuses ;

Le cadre et pratiques juridiques :

- Faible application des lois : Loi Portant protection de l'enfant et loi sur les violences sexuelles.
- Se référer au droit coutumier car il règle cette matière

Quelles sont les conséquences des violences sexuelles ?

Sur le plan psychologique :

- la colère, la peur, la haine, la honte, la culpabilité, les cauchemars, trouble de la mémoire, la frigidité, l'apathie, le repli sur soi, le sentiment d'insécurité, la perte de la capacité de jouer un rôle familial et social, la dépression, le trouble de sommeil, manque d'appétit, isolement/rejet de la victime, suicide ou état suicidaire, etc.



Sur le plan socio-économique :

- Stigmatisation, rejet, divorce, déscolarisation, etc.



Sur le plan médical :

- Traumatismes,
- Blessures,
- Hémorragie,
- Grossesses non désirées,
- Contamination (IST et VIH),
- La mort.



Qu'est-ce qu'un jeune est censé faire pour éviter les Violences Sexuelles ?

Les adolescents et jeunes devront éviter les comportements à risque, c'est à dire éviter de consommer les drogues (bières, chanvres, bombe etc.), de fréquenter des lieux où vous êtes exposé seul (bar, piscine, boites de nuit, hôtels, plages, champs, etc., éviter de dormir dans la même chambre entre les filles et garçons (phénomène «Salomon»), éviter la mauvaise compagnie, les rentrées tardives, éviter de s'habiller de manière légère (l'habillement provocateur). S'informer et se former sur les différents moyens de prévention ; fréquenter les centres des jeunes, les églises et les associations, de bien gérer les médias et les réseaux sociaux.





Quelles sont les principales formes des violences sexuelles ?

Loi n° 06/018 du 20 juillet 2006 modifiant et complétant le Décret du 30 janvier 1940 portant Code pénal congolais, reconnaît 15 formes de violences sexuelles :

- 1) Le viol : Tout acte de pénétration sexuelle, de quelque nature qu'il soit, commis sur la personne d'autrui par violence, contrainte, menace ou surprise ;
- 2) L'esclavage sexuel : le fait de séquestrer quelqu'un contre son gré, pour qu'il devienne la propriété d'une ou de plusieurs personnes à qui il doit fournir des services sexuels ;
- 3) La transmission délibérée des infections sexuellement transmissibles incurables ;
- 4) Le trafic et l'exploitation d'enfants à des fins sexuelles ;
- 5) Le mariage forcé : Une femme ou une fillette est donnée en mariage par ses parents, ses tuteurs, sans qu'elle ait le droit de refuser ; ou une femme est cédée par son mari, sa famille à une autre personne ; ou, une fois veuve, elle est léguée à une autre personne ;
- 6) La mutilation sexuelle : Ablation partielle ou totale des organes génitaux ;
- 7) La zoophilie forcée : c'est la contrainte à avoir des relations sexuelles avec un animal ou la personne qui, volontairement, aura eu des rapports sexuels avec un animal ;
- 8) L'attentat à la pudeur : Tout acte de caractère sexuel contraire aux mœurs exercé intentionnellement et directement sur une personne sans son consentement ;
- 9) La pornographie mettant en scène des enfants ;
- 10) la prostitution d'enfants
- 11) la grossesse forcée
- 12) la stérilisation forcée
- 13) l'incitation des mineurs à la débauche
- 14) le souteneur et du proxénétisme
- 15) la prostitution forcée.

Que faire si l'on est victime des Violences Sexuelles ?

La jeune victime des Violences Sexuelles devra tout d'abord informer ses parents ou tuteurs, amener la victime au centre de santé dans les 72 heures pour recevoir les soins appropriés afin de prévenir la grossesse, les IST et l'infection à VIH, orienter la survivante vers la clinique juridique recevoir un accompagnement ; la victime doit dénoncer le bourreau devant les autorités compétentes. L'adolescente/adolescent peut se confier à un adulte en qui elle/il fait confiance. Lutter contre la stigmatisation des VVS et leur acceptation dans la communauté.



2

Mariage précoce

C'est quoi le mariage précoce ?

C'est une union contractée au cours de l'adolescence et sans la maturité totale de la jeune fille, c'est à-dire à moins de 20 ans avant que la fille soit physiquement et psychologiquement prête à assumer les responsabilités du mariage et de la procréation. Les résultats des études disponible en RDC, montrent qu'environ 37,3% de femmes de 20-24 ans ont été mariées ou en union à l'âge de 18 ans.



Quelles sont les conséquences du mariage précoce ?

Le manque de communication dans le foyer, les conflits conjugaux, les naissances trop rapprochées. Un risque accru sur la santé de la jeune, mais aussi des conséquences sur le plan social comme l'abandon scolaire, l'isolement social et le manque d'opportunité de développement

Qu'est-ce qu'un jeune est censé faire pour éviter le Mariage précoce ?

Les jeunes doivent apprendre à dire non aux pratiques sexuelles néfastes (càd acquérir l'aptitude d'auto-défense), - Les jeunes doivent avoir la capacité de dénoncer tout cas de pratique sexuelle néfaste auprès des autorités locales, politico-administratives et judiciaires ; - Les jeunes doivent impliquer les autorités locales dans la lutte contre les pratiques sexuelles néfastes ; - Les jeunes devront fréquenter les centres des jeunes ou les espaces d'informations et de communication pour s'informer d'avantages. Les jeunes peuvent aussi se confier en une personne de confiance



Comité de Pilotage :

N°	Noms et postnoms	Organisations
1	Mr Mbadu Muanda	PNSA
2	Dr Mimie Kabanga	PNSA
3	Madame Pierrette Muanda	PNSA
4	Dr Lievain Lueki Mabilia	PNSA
5	Dr Freddy Salumu	UNICEF
6	Madame Francine Kimanuka	UNICEF
8	Madame Julia Doli	UNICEF
9	Mr Thierry Kazadi	UNICEF
10	Madame Giuliana Serra	UNICEF
11	Mr Medard Moke	UNICEF
12	Madame Genevieve Begkoyiam	UNICEF
13	Madame Mariette Neema Mwesha	UNICEF
14	Madame Priscille Ntumba Kadima	UNICEF
15	Mr Felly Lonzolo	PNMLS
16	Dr Faustin Kitetele	Pédiatrie Kalembe Lembe
17	Dr Robert Kanke	OMS
18	Madame harlote Makengo	PNLS
19	Madame Agathe Mudumbi	EPST
	Madame Esanga Nkengo	PNSSU

Consultante : Marie Louise Mbula

Infographe : Isaac Bintodi



Ce lot à été reproduit avec l'appui de l'UNICEF



PNSA



Programme National de Santé de l'Adolescent

1252, Av. Bangala C/Kintambo (dans l'enceinte de la Maternité de Kintambo)
Tél. : +243 89 89 40 247 | Programme_jeune@yahoo.fr | Mbadu_m@hotmail.com