

La protection la plus efficace contre le VIH/SIDA est l'abstinence.

Ami(e)s jeunes: l'éducation d'abord, le sexe plus tard !

L'amitié et l'amour

L'amour est un gâteau mangeable entre deux personnes, c'est-à-dire un secret gardable entre les couples. Il s'agit de s'aimer sans réserve.

Selon moi, il y'a deux sortes d'amour : L'amour ayant trait au mariage qui est durable et l'amour ayant seulement trait au sexe. C'est un amour temporaire.

Par contre, l'amitié est une fondation de l'amour. Elle peut conduire au bonheur des deux amis, mais aussi au malheur. Le VIH/SIDA par exemple.

Aiche Hamadou



Abdoul

Ecole publique de Mogode, CM2

L'amour se reçoit comme un cadeau, il ne se force pas. L'amitié aussi ne se force pas ; elle se reçoit.

C'est comme une plante délicate : En tirant sur elle, on risque plutôt de l'arracher.

Si tu veux être aimé, sois tout d'abord aimable, agréable et honnête.

Abdoul Molissa

Fama 3eA, Lycée de Mogode

Les jeunes doivent se concentrer à leurs études et parler d'amour plus tard. Si non, ils vont compromettre leur avenir. Le cas de l'une de mes sœurs constitue un bon exemple. Elle est tombée amoureuse d'un garçon de notre établissement et plus tard elle a été obligée d'arrêter ses études. En plus il

y'a des maladies telles que le VIH/SIDA. Tout cela me fait peur. Je conseille aux garçons de faire comme si les filles n'existaient pas.

Aissatou 3A Lycée de Mogode

L'amitié est le rapprochement affectif entre deux individus. Un rapprochement qui se définit dans les rapports sympathiques. Cette affection est de nos jours critiquée.

Pour certaines personnes, l'amitié est source de bonheur. Pour d'autres, c'est un lien très fragile, surtout quand il s'agit

d'amitié par intérêt qui très souvent conduit à l'amour à sens unique.

Lizanda Georges

Ecole publique de Raffa, CM2

Selon moi, l'amitié et l'amour sont deux choses différentes. L'amitié est un bien qu'on peut tisser même avec un inconnu qui devient comme un membre de notre famille. C'est un sentiment d'estime, de respect et de confiance qu'on partage avec une personne, garçon ou fille.

L'amour par contre est un lien très fort qui unit généralement une femme et un homme. Ensemble, ils partagent plus qu'une amitié. C'est-à-dire la confiance, la fidélité, le respect et les secrets. L'amour est un sentiment réciproque et agréable conduisant au mariage.

Ben Adamou, 15 ans, CPIAD

Pour moi, la différence entre l'amitié et l'amour est la suivante : L'amitié est le fait

d'avoir une affection simple envers une personne. L'amour est le fait d'avoir envie d'une personne sentimentalement.

L'amitié entre deux personnes de sexe opposé doit être conditionnée par le respect mutuel. Il s'agit d'une relation amicale sans rapport sexuel. Ce qui caractérise un bon ami, c'est son respect, sa bonne foi.

Zenalou Boubakari 13ans et Amimatou Du Smanou 12ans, CPIAD

L'amour né de la rencontre entre deux individus de sexe contraire.

Tout commence avec l'attraction d'un individu par un autre. Dans la plupart de cas, c'est le garçon ou l'homme qui fait le premier pas. Quand la fille le repousse, il va à la recherche d'une autre. Si elle est d'accord, c'est le début de l'amour. L'amour peut durer longtemps ou ne pas de tout durer. Tout dépend du comportement des amoureux.

Djakba Souley Saliege

Bilingual Primary School Maroua, 14 ans

L'amitié c'est quelque chose d'extraordinaire et d'étrange que très peu d'élèves maîtrisent.

Les vrais amis vivent comme des frères. C'est une grande chance que d'avoir un ami capable de donner de bons conseils. Sur l'éducation, les risques liés aux rapports sexuels précoces par exemple. L'amitié ne doit pas être l'exploitation. S'il est bon d'avoir des amis, reconnaissons qu'il est mieux d'avoir des amis sincères et surtout éviter de vivre isolé comme un méchant.

Koda Waha, 3e A AII

Lycée de Mogode



Les élèves du Raffa

L'amitié et l'amour

Les amis jouent un rôle important dans la formation de notre personnalité. Grâce à eux, nous découvrons de nouvelles choses, de nouvelles idées qui élargissent nos horizons et surtout nous nous amusons. Les amis répondent à beaucoup de nos questions au cours de l'adolescence et nous aident à nous adapter aux changements durant la puberté. Lorsque nous sommes en difficulté, ils nous encouragent et nous aident à résoudre nos problèmes. Leur amitié nous permet de croire en nous-mêmes.

Les garçons et les filles peuvent être amis sans avoir des rapports sexuels. Ils peuvent aussi avoir une relation amoureuse qui n'implique pas de rapports sexuels. Par conséquent, les termes « copain » et « copine » ne signifient pas nécessairement que la relation est de nature sexuelle.

Une amitié solide est une chose extraordinaire. Elle rend heureux. Elle contribue à votre croissance émotionnelle en vous montrant comment être proche de quelqu'un. Les bonnes amitiés contribuent aussi à l'estime de soi. Si

vous avez un bon ami, vous vous sentez bien dans votre peau. Il est agréable d'avoir quelqu'un à qui se confier et qui se sent à l'aise pour se confier à vous. Vous pouvez exposer vos idées à un ami sans qu'il ne vous ridiculise. Vous pouvez partager des secrets et savoir qu'ils seront gardés. Aussi, est-il bon de savoir que votre ami vous aimera et vous respectera

Les garçons et les filles peuvent être amis sans avoir des rapports sexuels.

même lorsque vous ne partagez pas les mêmes points de vue sur un sujet. En fait, les amis vous aident à développer beaucoup de capacités dont vous avez besoin pour réussir dans la vie. Développer des relations amicales solides demande du temps et des efforts. Cela ne se produit pas subitement et ce n'est pas tous les jours que vous rencontrerez un vrai ami.

Il arrive qu'une personne qu'on pensait être un ami s'avère être le contraire. Par exemple lorsqu'un ami révèle vos secrets aux autres ou fait circuler des rumeurs désagréables sur vous, il n'agit pas en ami. Essayez de parler à la personne et demandez-lui d'arrêter de vous faire mal. Si l'ami n'arrête pas d'être désagréable, éloignez-vous de lui. Perdre un ami peut être triste, mais vous construirez d'autres relations amicales encore plus intéressantes. Les amis peuvent aussi vous pousser à faire des choses préoccupantes pour vos parents. La pression des pairs peut parfois amener les jeunes à prendre de l'alcool ou la drogue. Elle peut aussi pousser les jeunes à avoir des relations sexuelles sans qu'ils en aient vraiment envie.

Bien s'entendre avec les personnes du sexe opposé

Pour beaucoup de jeunes, il est très difficile de bien s'entendre avec les personnes du sexe opposé. Ils ont du mal à se témoigner en respect mutuel et adoptent souvent un comportement bizarre lorsqu'ils se côtoient. Voici quelques conseils : respectez les filles en tant que vos égales, ne dévisagez pas ou ne sifflez pas une fille à cause de son look, ses vêtements ou sa façon de marcher. Écoutez bien ce que dit votre copine et prenez son « non! » pour un « Non ». N'essayez pas de croire qu'elle voulait dire « peut-être » ou « oui » lorsqu'elle dit « Non ».

Chez les filles : n'exploitez pas les garçons pour avoir de l'argent ou des cadeaux, soyez direct avec les garçons. Soyez claire à propos de ce que vous voulez ou de ce que vous ne voulez pas. Dites toujours le fond de votre pensée, et n'ayez pas peur de vous exprimer. Affirmez-vous! Lorsque vous n'êtes pas d'accord avec quelques chose, dites « Non! » et restez fidèle à votre « Non ».



Les élèves
du Lycée de Mogode

Dites-nous Médecin Fais Gaffe!

Pourquoi faut-il avoir des amis ?

Groupe d'ELEVES

CE 1. Malima

Les bons amis vous aident à gérer vos problèmes quotidiens. Avec les amis, on partage les idées nouvelles, on parle des rêves d'avenir. Il est plus facile de se confier à un ami plutôt qu'à un parent. En fait, un ami est un confident.

Qu'est-ce qui pousse une fille à faire l'amour avec un garçon ?

Gapele Prisca

Gapele, Les rapports sexuels ne sont qu'une manière par laquelle des gens expriment leurs désirs sexuels. On n'est pas toujours obligé d'avoir des rapports sexuels quand on éprouve une envie sexuelle. C'est vous qui prenez la décision. Quand ? Pourquoi ? Avec qui ? Avec ou sans préservatif ? Voilà autant de questions que vous devez vous poser avant de vous engager.

Depuis quelques mois, j'aime un garçon plus âgé que moi. Je voudrais aller plus loin avec lui, mais je n'ose pas parler à mes parents. Ils me tueront. Que dois-je faire ?

Nouer une bonne relation, demande du temps et de la patience. Les relations sexuelles ne constituent pas la meilleure manière d'y parvenir. Surtout, il faut éviter de tomber dans des pièges. Si vous tenez à « aller plus loin » avec ce garçon, attendez le bon moment et dites-le à vos parents.

J'ai un ami qui fait circuler des rumeurs sur moi, est-ce vraiment un ami ?

Il arrive parfois qu'une personne qu'on pensait être un ami s'avère être le contraire. Par exemple lorsqu'un ami révèle vos secrets aux autres ou fait circuler des rumeurs. Cela peut être blessant mais ça fait partie de la vie. Essayez de parler à la personne et demandez-lui d'arrêter de vous faire du mal. Si l'ami n'arrête pas d'être désagréable, éloignez-vous de lui. Perdre un ami est triste, mais vous construirez d'autres relations amicales encore plus intéressantes.

Je suis un garçon de 14 ans, comment faire pour que les filles m'aiment? Que veulent les filles?

Ce que les filles veulent varie de l'un à l'autre, mais en général, elles veulent de la compagnie. Les filles trouvent qu'être en compagnie de garçons est amusant et intéressant. Elles aiment les garçons qui peuvent les soutenir en cas de difficulté et avec qui elles peuvent s'amuser, blaguer et rire en toute confiance sans que cela soit mal interprété. Elles veulent aussi de l'indépendance, les garçons authentiques, empathiques et responsables.

Les filles aussi se posent la même question à propos des garçons. Que veulent les garçons?

Ce qui est valable pour les filles, l'est aussi pour eux. Les garçons recherchent l'amour, l'affection, la confiance et le respect. Également

Rappelez-vous que les rapports sexuels et l'amour sont deux choses différentes. Avoir des rapports sexuels ne veut pas nécessairement dire que deux personnes s'aiment. Beaucoup de gens croient que les rapports sexuels consolident les relations, mais cela n'est pas vrai. Les rapports sexuels ne sont pas la bonne manière de garder une relation et ils peuvent même parfois la ruiner. Deux personnes peuvent avoir une relation étroite sans avoir de rapports sexuels. Elles peuvent se découvrir en parlant et en partageant leurs expériences. Avant d'avoir une relation sexuelle avec une personne, vous devriez tout d'abord être de bons amis. Les rapports sexuels sans une base d'amitié seront toujours dangereux pour votre santé et votre cœur. Il se peut que votre partenaire vous cache des choses importantes ou qu'il vous blesse dans vos sentiments. Donc, pour avoir une relation saine et une sexualité sans risques, devenez d'abord de vrais amis.

La sexualité dans l'éducation de l'enfant : Que faut-il dire?

La sexualité regroupe à coup sûr différents aspects plus ou moins faciles à aborder. Chaque famille est différente et surtout, chaque enfant va aller à son propre rythme. Ce qui est certain, c'est que l'enfant ne recherche pas un cours magistral de biologie, mais plutôt des bases, afin de se faire sa propre idée. De plus, même s'il est facile d'aborder la question uniquement sous un aspect scientifique, il faut certainement évoquer les autres aspects de la sexualité, et notamment le côté émotionnel et l'importance de la relation amoureuse. Car l'enfant risque certainement de trouver d'autres sources qui lui expliqueront, plus ou moins bien, l'aspect purement mécanique (frères,

sœurs, amis...). Les parents peuvent justement aborder le côté humain des relations amoureuses sans bien sûr parler de leur propre sexualité, qui ne regarde pas l'enfant. Souvent, l'enfant se crée sa propre explication à partir des différentes informations recueillies. Il ne faut pas hésiter à le reprendre lorsqu'il a encore des contre-vérités : il n'est pas nécessaire de renforcer des idées erronées. Mais l'enfant n'intègre pas forcément tout de suite les corrections : il rectifie ses hypothèses à son rythme, selon ses besoins. Il ne faut également pas oublier d'aborder le problème des abus sexuels, en expliquant à l'enfant que son corps lui appartient

Prenez soin de vos cheveux et poils

Nous avons des poils sur tout le corps, mais surtout sur la tête, sous les aisselles et autour des organes génitaux. Prendre soin de vos cheveux et des poils fait également partie d'une bonne hygiène et des soins à apporter à votre corps. Les cheveux sont faciles à entretenir surtout si vous les gardez courts ou tressés. Que vous gardiez vos cheveux courts et naturels, tressés ou défrisés, c'est important de les laver souvent pour les garder à l'abri de la poussière et des saletés. Ne partagez pas votre peigne avec les autres, car cela peut transmettre des poux, la galle ou la teigne. Si

vous le faites, prenez soin de laver le peigne soigneusement avec de l'eau chaude et du savon avant et après son utilisation.

Les problèmes de pellicules, de peau très sèche sur le crâne, peuvent être traités avec certains shampooings, savons ou pommades. Un lavage simple et régulier permettra de prendre soin des autres poils de votre corps (les poils sous les aisselles, les pubiens). Ces poils jouent un rôle important; ils protègent votre peau de la sueur et des saletés. Cependant, dans certaines régions, les gens rasent une partie de ces poils. Certains pensent que

les organes génitaux sont plus jolis sans les poils. D'autres encore pensent que c'est plus hygiénique. Les poils pubiens peuvent être coupés à l'aide de ciseaux. Ne les enlevez pas complètement à l'aide des crèmes épilatoires ou en les rasant. Les crèmes épilatoires irriteront et blesseront la peau sensible. Le rasage présente aussi des risques. En vous rasant les poils pubiens, vous pouvez vous couper légèrement la peau. Si vous avez ensuite des rapports sexuels, ces coupures constitueront des portes ouvertes pour le VIH et les IST. C'est bien dangereux, faites attention!

Quiz N. 2

Nom.....

Age.....

Ecole.....

Répondez aux questions suivantes et gagnez un lot spécial !

1. Qu'est ce qui fait grandir les seins?

.....

2. Une fille peut avoir les règles deux fois par mois. 1. Vrai 2. Faux

.....

3. Qu'est-ce qu'un rêve mouillé?

.....

4. Qu'est ce qui produit le sperme?

.....

5. Cites trois changements qui se manifestent pendant la puberté.

.....

Parlons - en

Youth Outreach Programme
Ryan White House
Mile 1 Road - Bamendankwe
B.P. 5185 Nkwen
North West-Cameroon
Tel: 454 75 75

Coordinateur des Programmes
Omer Songwe
(00237) 777 80 20
Rédaction
Sarah McTavish
(Volontaire CIDA-IYIP/VSO)
Extrême Nord - (00237) 504 65 17

Pierre Anoufack
(00237) 967 97 37

Impression
AGWECAMS Printers
(00237) 336 37 23/775 58 09