

# ASSOCIATION MONDIALE DES GUIDES ET DES ECLAIREUSES

## RÉGION AFRIQUE

---



Livret du Prix du Badge pour la Prévention de l'Anémie

# ASSOCIATION MONDIALE DES GUIDES ET DES ECLAIREUSES

## RÉGION AFRIQUE

### **Livret du Prix du Badge pour la Prévention de l'Anémie**

Ceci est une publication de l'Association  
Mondiale des Guides et des Eclaireuses,  
Région Afrique

World Bureau  
Olave Centre  
12c Lyndhurst Road  
London, NW3 5PQ  
England  
E-mail: [waggs@waggsworld.org](mailto:waggs@waggsworld.org)  
[www.waggsworld.org](http://www.waggsworld.org)

Janvier 2007

# **Contenu**

Avant propos

Remerciements

Badge pour la Prévention de l'Anémie pour  
Jeannettes (7-10 ans)

Conditions d'obtention du Badge pour la Prévention de l'Anémie  
pour les filles Guides (10-14 ans)

Conditions d'obtention du Badge pour la Prévention de l'Anémie  
pour les Guides âgées (15-25 ans)

## **Avant-propos**

L'Association Mondiale des Guides et des Eclaireuses (AMGE) est la plus grande organisation internationale de volontariat. Plus d'un million de volontaires travaillent avec dix millions de guides et d'éclaireuses dans 144 pays ; plus de 30 pays sont en voie d'adhésion.

La mission de l'AMGE est de permettre aux jeunes filles et jeunes femmes de développer leur pleine capacité en tant que citoyennes responsables du monde.

L'AMGE est divisée en cinq Régions : Afrique, Arabie, Asie/Pacifique, Europe, Hémisphère Ouest.

En tant qu'experte sur les questions affectant les filles et les jeunes femmes, l'AMGE et ses organisations membres s'intéressent tout particulièrement aux questions liées à la santé auxquelles les jeunes gens doivent faire face, incluant le VIH et le SIDA, la grossesse des adolescentes, la nutrition et la santé des mères et des jeunes enfants. Pour cette raison, le thème du plaidoyer pour la période 2005-2008 est La santé des adolescents. En Afrique, l'anémie est la forme la plus courante de malnutrition parmi les femmes et filles en âge de se reproduire (15 à 49 ans).

Le Livret du Prix du Badge pour la Prévention de l'Anémie est un ajout important à la quête des filles guides pour leur offrir une assistance dans le renforcement de leur santé et de celle de leurs communautés. A travers les connaissances et capacités acquises, les filles guides réduiront l'anémie parmi elles et dans leurs communautés.

Ce Livret du Prix du Badge pour la Prévention de l'Anémie a été développé par l'Association mondiale des Guides et des Eclaireuses, Région Afrique, en partenariat avec le Centre Régional pour la Qualité des soins médicaux (RCQHC), Projet de l'Assistance Technique à l'Alimentation et la Nutrition (FANTA) de l'Académie pour le Développement Educatif (AED), avec les fonds de l'USAID. Il sera utilisé pour donner aux Filles Guides les informations et outils dont elles ont

besoin pour atteindre leurs pairs et les femmes dans leur communauté afin de prévenir l'anémie.

En plus de ce Livret du Prix du Badge pour la Prévention de l'Anémie, l'équipe a développé un Cahier d'exercices, Badge pour la prévention de l'anémie, plein d'activités qui aideront les filles à apprendre sur l'anémie et à compléter les activités sociales au sein de la communauté. Il y a aussi un Manuel de formation pour aider les formatrices dans l'enseignement sur l'anémie pour leurs patrouilles.

Je crois que l'information contenue dans ce livret équipera nos Guides et nos Eclaireuses des capacités et des connaissances dans la rupture du cycle vicieux de la malnutrition, et particulièrement de l'anémie provoquée par le manque en fer.

A handwritten signature in black ink, reading "HR Kiplaget". The letters are cursive and fluid, with the initials "HR" at the beginning.

Mme Honorine R. Kiplaget

**Présidente, Commission Afrique**

**Association mondiale des Guides et des Eclaireuses**

## Remerciements

Je souhaiterais exprimer ma reconnaissance aux contributions des Jeannettes, des Guides, des Guides aînées et leaders des Guides (formatrices) qui ont permis de faire de ce Manuel une réalité. Nombreuses sont celles qui ont participé au pré-test de ce document et leurs suggestions pour renforcer le Livret du Prix du Badge pour la Prévention de l'Anémie sont incalculables. Remerciement spécial aux Commissaires en Chef : Esther Makhanya, Marie Chantal Dukuzemuremyi, Consolata Tumwesigye et aux équipes d'exécution, respectivement du Swaziland, du Rwanda et de l'Ouganda.

Je souhaiterais exprimer ma reconnaissance aux contributions du Dr Sam Okuonzi, Directeur RCQHC ; Dr Hana Neka Tebeb, Conseillère, Nutrition et Santé de l'Enfant, RCQHC. Reconnaissance particulière à Christine Omondi, responsable des Activités du RCQHC, dont les compétences de coordination de ce projet ont été essentielles. Permettez-moi également de reconnaître Kristen Cashin, spécialiste, Nutrition et Santé Maternelle et Infantile, FANTA et Dr Robert Mwadime, spécialiste régional VIH/SIDA, FANTA, qui nous a offert non seulement ses compétences techniques, mais aussi il a été à la tête de direction tout au long du développement de ce manuel. Notre consultant, Maina Kirunga, a aidé à assembler le manuel. En outre, le Dr Loel Okullo, ancien directeur du RCQHC ; Dr Sarah Naikoba, ancienne conseillère, Santé et Nutrition de l'Enfant, RCQHC ; et Leslie Elder, ancienne conseillère aux responsables principaux de Santé et de Nutrition de l'Enfant, FANTA, ont chacun offert une grande contribution à la phase initiale du projet.

Je suis également reconnaissant à Phil Harvey, directeur technique, A2Z ; Renuka Bery, responsable principal des programmes, Groupe international de Santé et de Nutrition des populations, AED, ainsi que Joan Whelan, responsable des Communications, FANTA, pour la relecture technique de ce manuel. Leur contribution technique a grandement renforcé la qualité du produit final.

Je voudrais remercier Alphonsine Kabagabo, Directrice régionale, Région Afrique ; Marie-Paule Refenoarisoa, responsable des affaires de développement, Région Afrique (pays francophones) ; Lydia Mutare, Directrice, Stratégies de croissance, World Bureau, Londres, pour leur inestimable contribution au développement de ce manuel.

Je souhaiterais enfin exprimer ma reconnaissance à la grande contribution d'Alice Waweru, Exécutive du Développement, Région Afrique (pays anglophones), pour le rôle de leader qu'elle a endossé en étant le point focal de l'équipe de l'AMGE dans ce projet. J'applaudis son sens de responsabilité et j'ai apprécié nos nombreuses et fréquentes consultations à chaque étape du projet.

Vos contributions individuelles et collectives aideront à briser le cycle vicieux de la malnutrition et particulièrement celui de l'anémie provoquée par le manque en fer.



Mme Honorine R. Kiplagat

**Présidente, Commission Afrique**  
**Association mondiale des Guides et des Eclaireuses**

# BADGE POUR LA PRÉVENTION DE L'ANÉMIE POUR LES JEANNETTES

Pour obtenir ce badge, vous devrez montrer que vous connaissez et comprenez les **QUATRE** domaines de connaissance du Point I. Vous devrez également montrer au moins **TROIS** activités du Point II et **DEUX** activités du Point III. Vous pratiquerez, seule, quelques unes de ces activités et d'autres avec vos patrouilles.

## Point I - Domaines de connaissances

**Domaines d'apprentissage : Expliquer l'anémie : la cause de l'anémie, comment l'anémie affecte-t-elle les gens ; comment arrêter et lutter contre l'anémie à la maison et dans la communauté.**

Vous (**en tant qu'individu**) devrez savoir et comprendre ce qui suit :

- a. **Qu'est-ce que l'anémie ?** En nommer **trois causes**.
- b. Nommer **deux signes et symptômes de l'anémie** qu'une personne devrait montrer
- c. Nommer **trois façons d'aider à stopper l'anémie** parmi les jeunes enfants, les adolescents/ les jeunes gens et les femmes.
- d. Nommer **trois aliments riches en fer** qui sont mangés dans votre communauté et **trois amis du fer** (par exemple, aliments contenant de la vitamine C) qui aident votre corps à utiliser le fer. (les aliments contenant la vitamine C devraient être consommés avec les aliments riches en fer pour aider votre corps à bien utiliser le fer).

## Point II - Exercices pratiques

**Domaines d'apprentissage : Citer les aliments disponibles à la maison et dans votre communauté qui sont riches en fer ou auxquels on a ajouté du fer (aliments afortifiés ou enrichis) ; Préparer des plats avec des aliments riches en fer ; Prévenir et traiter la malaria et les infections par l'ankylostome ; A quoi ressemblent les pastilles de fer et où les trouver.**

1. Vous devrez accomplir, **seule, UNE** des activités suivantes :
  - a. Ecrire tous les aliments et boissons que vous avez consommés hier: petit déjeuner, pause, déjeuner, goûter, dîner.
    - Dessiner les aliments et les colorier
    - Identifier les aliments riches en fer ou riches en vitamines C.
    - Ecrire combien vous avez consommé d'aliments pouvant aider à lutter contre l'anémie

## OU

- b. Dessiner **des images** montrant **deux** façons différentes de stopper le paludisme, **deux** façons de stopper les infections par l'ankylostome, et **deux** façons de vous assurer que votre corps contient suffisamment de fer. Expliquer vos images à votre Guide.
  - Cochez les images que vous avez faites le mois dernier
  - Faites une croix sur les dessins que vous n'avez pas faits le mois dernier
  - Ecrivez quelles sont celles que vous projetez de faire le mois prochain pour aider à arrêter l'anémie.

2. **Votre patrouille** devrait accomplir **DEUX** des choses suivantes :

- a. Dessiner et colorier cinq aliments que vous pouvez emporter pour un pique-nique ou une marche. S'assurer que cette liste comprend des aliments riches en fer, et des aliments et boissons amis du fer (riches en vitamine C). Etiqueter les dessins.
  - En utilisant les aliments suggérés par chaque membre, faites une esquisse de menus riches en fer et *amis du fer* que vous pouvez emporter lors d'un pique-nique ou d'une marche. Dessinez et coloriez les aliments et faites un joli livre. Le livre devrait contenir deux petits déjeuners, deux déjeuners et deux dîners.
  - Pour la prochaine marche de la patrouille, préparez certains de

ces aliments qui aident à prévenir l'anémie. En groupe, partagez vos idées sur l'importance de consommer ces aliments.

### ET/OU

b) Visitez un marché/magasin avec **votre patrouille** et faites une liste de **CINQ** aliments auxquels on a ajouté du fer. Ce sont des aliments qui ne contiennent pas de fer habituellement, mais auxquels on en a ajouté pour les rendre plus sains. On les appelle aliments Fortifiés en fer ou enrichis en fer. Notez que si vous ne trouvez pas cinq aliments fortifiés en fer ou en riches en fer, alors incluez ajoutez également dans votre liste des aliments riches en fer

- Écrivez les noms des cinq aliments
- Dessinez chaque aliment ou emballage. Coloriez les dessins
- Dans le dessin, écrire la quantité de fer utilisée chaque fois que cet aliment est consommé. (Demandez à votre guide de vous montrer comment vérifier sur l'emballage pour trouver la quantité de fer de l'aliment emballé).

### ET/OU

c) Avec **votre patrouille**, visitez un centre de santé, une pharmacie, un dispensaire ou un hôpital proche de chez vous, ou invitez un personnel de santé à visiter votre école).

- Découvrez le genre de services offerts aux femmes enceintes et comment ces services aident les femmes à lutter contre l'anémie.
- Dessinez un de ces services
- Partager vos dessins et vos histoires avec votre patrouille

### Point III : Communauté/école/famille

**Domaines d'apprentissage : Acquérir des compétences pour communiquer avec les filles du même âge et avec les membres de la communauté. Partager les messages clés sur les effets de l'anémie et comment l'arrêter ; identifier ce que les guides, et leurs amis peuvent faire pour arrêter l'anémie et les aider à réaliser leurs objectifs.**

- 1) Votre patrouille devrait accomplir **l'UNE** des choses suivantes :
- a) A l'aide de votre Guide formatrice, écrivez **UN** poème ou une chanson sur comment se sentent les femmes enceintes et les adolescentes lorsqu'elles sont anémiées. Le poème ou la chanson devraient indiquer également ce que femme ou la fille peut faire pour arrêter l'anémie. Récitez le poème ou le chantez la chanson aux femmes enceintes et aux filles. Vous le ferez à l'occasion d'une d'une porte ouverte d'une école, lors d'une journée de parents ou de remise de prix à l'école, lors de l'assemblée de l'école ou pendant les cérémonies de la communauté.

#### **OU**

- b) A l'aide de votre Guide formatrice écrivez **UNE** courte pièce de théâtre sur la façon dont l'anémie affecte les filles et montrez comment la stopper. Montrez la pièce de théâtre à un groupe de filles de votre âge (au moins 6 filles) au cours de votre réunion hebdomadaire de filles guides...Choisissez quelques filles de la patrouille pour conduire une discussion avec le public après la pièce.

- 2) **Votre patrouille** doit faire **UNE** des choses suivantes :
- a) Faire un poster montrant les différents aliments qu'une personne peut manger pour avoir du fer dans son régime alimentaire. Ceci devrait signifier qu'il faut manger des aliments riches en fer ou manger les *amis du fer* avec des aliments contenant du fer. Par exemple, on devrait manger de la viande, par

exemple, le boeuf ou le mouton. On devrait aussi mélanger des légumes pour avoir beaucoup de fer (comme les épinards ou les haricots) avec des fruits et des légumes riches en vitamine C (comme les oranges, les pommes ou les citrons). L'accrocher sur le tableau d'affichage de l'école, un mur ou un autre endroit où les enfants, les parents et les visiteurs pourront le voir.

**OU**

b) Faire un poster qui montre les différents moyens de prévenir les infections par l'ankylostome.

L'accrocher sur le tableau d'affichage de l'école, un mur ou un autre endroit où les enfants, les parents et les visiteurs pourront le voir.

**OU**

c) Faire un poster montrant comment prévenir le paludisme.

# CONDITIONS D'OBTENTION DU BADGE POUR LES GUIDES

Pour obtenir le badge, vous devez démontrer que vous maîtrisez les **QUATRE** domaines de compétence du Point I. En plus, vous et/ou avec votre patrouille, vous devez faire au moins **TROIS** activités du Point II et **DEUX** activités dans la Point III.

## Point I. Domaines de connaissance

**Domaines d'apprentissage : Qu'est-ce que l'anémie ?; Ses causes, ses effets et pourquoi c'est important de l'empêcher chez les femmes et chez les enfants ; Comment prévenir et lutter contre l'anémie à la maison et dans la communauté ; connaissances et croyances de la famille et de la communauté vis-à-vis de l'anémie.**

**Individuellement**, vous devez maîtriser ce qui suit :

- a. **Qu'est-ce que l'anémie ?** Nommer **trois signes** ou **symptômes** de l'anémie ainsi que **trois** causes de cette condition chez les adolescentes et chez les femmes enceintes.
- b. **Le nom local pour l'anémie** (si cela existe) et ce que les gens de la communauté savent sur l'anémie, ses causes et ses effets (vous devriez avoir ces informations de vos : proches, voisins, formateurs, professeurs, employés de votre école ou d'autres membres de la communauté). Interviewez les habitants de la communauté **après** avoir complété la session 2 avec votre patrouille.
- c. **Expliquez trois** moyens appropriés de prévention et de lutte contre l'anémie chez les adolescentes et chez les femmes enceintes.
- d. **Nommez trois aliments riches en fer** que les guides et leur famille au sein de votre communauté/école mangent, et **trois 'amis du fer'** (aliments riches en vitamine C que l'on devrait manger avec les aliments riches en fer afin d'aider le corps à mieux assimiler le fer consommé).

## Point II. Exercices pratiques

**Domaines d'apprentissage : Nommer les aliments riches en fer que l'on peut trouver à la maison et dans la communauté ; Préparation des repas utilisant les aliments riches en fer ; Prévention et lutte contre le paludisme et contre l'infection par l'ankylostome ; (Identification des aliments (au sein de la communauté) enrichis ou fortifiés en fer ; Savoir reconnaître les pastilles de fer et savoir où les trouver.**

1. **Individuellement**, vous devriez faire **UNE** des choses suivantes :

- a. Faites une liste de tous les aliments et/ou toutes les boissons que vous allez manger et boire les deux jours à venir.
  - Précisez le moment de la journée où vous consommez la nourriture ou la boisson (par exemple, au petit déjeuner, pendant les pauses, au déjeuner et au dîner, ou comme casse-croûtes tels que des chapatis, ou des samosas, mangés entre les repas. Le déjeuner ou les casse-croûtes peut inclure les aliments dans votre mallette à pique-nique, ou bien la nourriture servie ou achetée à l'école).
  - Faites une liste des aliments riches en fer et une liste des aliments riches en vitamine C que vous avez mangés.
  - Parmi les aliments que vous avez mangés, quels sont ceux qui vont vous aider à éviter l'anémie ?
  - Dessinez une assiette sur laquelle il y a des aliments qui vont vous aider à avoir suffisamment de fer et les aliments à aider votre corps à mieux assimiler le fer.

**OU**

- b. Choisissez deux amis dans votre classe (mais qui ne sont pas guides) avec qui vous allez travailler. Ensemble, faites une liste d'au moins **cinq** moyens pour prévenir et lutter contre le paludisme ; au moins trois moyens pour prévenir et lutter contre l'infection de l'ankylostome et au moins **trois** moyens de vous assurer que vous avez

assez de fer dans le corps.

- Parmi les moyens listés ci-dessus, lesquels vos amis ou vous, avez pratiqués récemment ?
- Lesquels des moyens listes vous N'AVEZ PAS pratiqués récemment et pourquoi ?
- Notez deux nouvelles activités que vos amis et vous, allez entreprendre afin d'éviter l'anémie.

2. **Votre patrouille** et votre formatrice devriez faire **UNE** des choses suivantes :

- a. Proposez une liste des aliments que votre responsable pourrait inclure dans le menu d'excursion de camping à durer deux jours pour une patrouille donnée.
  - Dans la liste, mettre des aliments qui referment beaucoup de fer et des aliments 'amis du fer'.
  - Avec ces aliments, préparez un menu de deux jours pour la patrouille lors d'un camping le week-end.
  - En patrouille, préparez et mangez deux des aliments riches en fer et un aliment 'ami du fer'.

## OU

- b. Chaque membre de la patrouille devrait faire **UN** plan de menu d'un jour (petit déjeuner, déjeuner, dîner et casse-croûtes) pour une famille de voisins. Ces menus devraient inclure des aliments riches en fer.
  - Mettez ensemble ces menus pour en faire un livre de menu pour la patrouille.
  - Dans le livre de menus, soulignez les aliments qui renferment de grandes quantités de fer et soulignez également ceux qui sont riches riches en vitamine C.
  - En patrouille, préparez et dégustez deux aliments riches en fer et un aliment 'ami du fer' utilisant le livre des menus.

3. Votre formatrice et **vosre patrouille** devriez faire **UNE** des choses suivantes :

a. Visitez le marché/les magasins avec votre patrouille et trouver **CINQ** aliments enrichis en fer. Initialement, ces aliments n'ont pas beau coup de fer, mais on y en ajoute. Ils sont étiquettes 'fortifié en fer' ou 'enrichi en fer'. (Si vous ne pouvez pas visiter le marché, chaque enfant peut apporter une barquette d'aliments, ce, afin de créer 'un marche en classe').

- Faites une liste de **cinq** aliments enrichis en fer.
- Demandez au commerçant, à la formatrice, au professeur, ou aux parents de vous dire ce qu'il faut que vous prépariez à manger en utilisant, comme ingrédient, chacun des aliments sur votre liste (par exemple, faire du pain, utilisant la farine fortifiée en fer).
- En patrouille, notez les différentes étapes nécessaires pour préparer la nourriture, utilisant les cinq aliments enrichis en fer.
- Avec la patrouille, préparez à manger, utilisant au moins un aliment, achetée du marché et fortifié en fer. Suivez les étapes notées ci-dessus.

## OU

b. Visitez une clinique ou un hôpital qui offre des services de soins médicaux aux femmes enceintes. C'est ce que l'on appelle les services prénataux. (Si la patrouille n'est pas en mesure de visiter la clinique, invitez un responsable local de santé à l'école). Votre formatrice devrait organiser cela en avance.

- Renseignez-vous sur le comment le centre de santé aide les femmes enceintes à prévenir l'anémie.
- Etablissez un horaire lors duquel le centre de santé

offre les services prénataux.

- Renseignez-vous sur **deux** raisons pour lesquelles les femmes enceintes ne viennent pas avoir des services prénataux offerts par la structure de santé, et **deux** raisons pourquoi elles ne prennent pas les pastilles de fer. Si cela est possible, posez ces questions à la fois aux

patientes et au responsable de santé de la communauté.

- En vous servant des informations du responsable de santé et des patientes, notez leurs suggestions pour ce qui est de : 1) l'augmentation du nombre de visites par les femmes enceintes au centre de santé. 2) la prise de pastilles de fer par les femmes enceintes, de manière régulière.
- Parlez aux patientes, seulement si ceci est approprié, sinon, parlez uniquement au responsables de santé.

## OU

- c. Visitez un centre pour enfants ou un orphelinat proche de chez vous. Votre formatrice devrait organiser cette visite en avance.
  - Demandez à ceux qui s'occupent des bébés et des enfants comment ils luttent contre l'anémie chez ces enfants.
  - Demandez-leur de vous dire la fréquence des signes de l'anémie chez les enfants.
  - Cherchez à savoir la fréquence de vermifugation des enfants.
  - Demandez aux responsables de vous dire ce que les enfants ont mangé hier et faites la liste des aliments. Combien de catégories d'aliments riches en fer les enfants ont-ils mangés ? Combien d'"amis du fer" ont-ils mangés.
  - Quelle est la fréquence de crises de paludisme chez les enfants ? comment le paludisme est-il traité ?

### Point III. Services auprès des groupes défavorisés

**Domaines d'apprentissage : Compétences de communication avec les filles du même âge et avec les membres de la communauté ; Messages importants sur les effets de l'anémie et comment la prévenir ; Ce que les guides et leurs pairs peuvent faire pour lutter contre l'anémie.**

1. **Votre patrouille** devrait faire **UNE** des choses suivantes :
  - a. Composer **UN** poème ou **UNE** chanson dans lesquels on exprime comment se sent une femme enceinte ou une adolescente qui manque le fer dans le corps. Il faut aussi inclure dans

la chanson ou dans le poème les causes de carences de fer et comment prévenir cette condition. Récitez ce poème ou chantez la chanson à au moins trois femmes enceintes ou à dix filles, lors : d'une réunion hebdomadaire, de la journée scolaire des Prix, de la journée portes ouvertes ou de la journée des parents.

### OU

- b. Ecrivez **UNE** courte pièce de théâtre sur les causes et les effets de l'anémie chez les filles et comment éviter cette condition.

Cela peut inclure des informations sur une alimentation équilibrée, le traitement et la prévention de l'ankylostome, ainsi que les informations sur les suppléments de fer. Jouez cette pièce à un groupe (de 15) de filles du même âge lors de la réunion hebdomadaire des guides, lors d'une assemblée d'une ou lors d'autres rassemblements de l'écoles ou de la communauté.

### OU

- c. Fabriquez une affiche montrant les aliments que l'on peut manger pour avoir plus de fer dans son régime alimentaire. Par exemple, quelqu'un peut manger de la viande de bœuf ou de la chèvre. L'autre option c'est de mélanger la consommation des légumes qui renferment beaucoup de fer (telles que les épinards ou les haricots) avec des fruits et légumes riches en vitamine C (comme les oranges, les pommes ou le citron). Affichez ce poster sur le mur ou au tableau d'affichage de l'école, ou dans un autre lieu où d'autres enfants, parents et visiteurs peuvent le voir.

### OU

- d. Créez des "messages parlants". Ce sont des petits messages sur la prévention de l'anémie. Par exemple, des messages sur de bonnes pratiques d'hygiène pour éviter l'infection du paludisme. Mettez ces messages dans des endroits où beaucoup de gens peuvent les voir. Par exemple, sur un mur dans la cours de l'école, ou sur un mur d'une clôture. Demandez tout d'abord l'autorisation avant d'écrire

et afficher ces messages.

2. **Votre patrouille** devrait faire **UNE** des choses suivantes :

- a. En patrouille, rencontrez des professeurs des matières scientifiques dans votre école. Parlez-leur du Badge de Prévention de l'Anémie que vous allez obtenir.
  - Demandez-leur comment ils enseignent aux élèves la matière relative à l'anémie
  - Fixer un programme avec ces professeurs afin que la patrouille des guides puissent faire une présentation sur la prévention de l'anémie, ce, pendant le cours des sciences.
  - En patrouille, préparez la présentation et choisissez le rôle de chacun dans la présentation. Il faut que cette présentation soit participative pour les élèves de la classe.
  - Préparez un jeu avec des questions basées sur votre présentation. Divisez la classe en petites équipes avec le but d'organiser un concours pour avoir une équipe gagnante.

## OU

- b. Avec votre patrouille, mettez-vous d'accord sur le fait que chaque membre contacte **trois** amies (qui ne sont pas guides) pour leur parler de l'importance de la lutte contre l'anémie chez les adolescentes.
  - Préparez bien toutes les questions que vous allez aborder avec les filles.
  - Notez le nom des trois filles sur une feuille de papier.
  - Ecrivez les points que vous avez évoqués avec les filles.
  - Préciser les **deux** actions sur lesquelles vous vous êtes mises d'accord avec les filles concernant la prévention de l'anémie. Vous pourrez, par exemple, manger des aliments riches en vitamine C ; dormir sous une moustiquaire ; ne pas jouer dans le sol exposé aux ankylostomes ; et d'autres nombreuses activités.
  - Signalez si vos amis et vous avez été en mesure de mettre en pratique les actions pour au moins **DEUX** jours.

## OU

- c. Avec votre patrouille, créez un jeu sur l'anémie auxquelles les gens peuvent participer pour jouer et apprendre sur l'anémie.
- La patrouille peut décider du titre du jeu.
  - Le jeu doit être sur l'anémie et sa prévention, y compris les informations relatives à l'anémie, au fer, aux " amis du fer " et aux " ennemis du fer ", au paludisme, à l'ankylostome et aux suppléments de fer.
  - Chaque guide devrait jouer ce jeu avec au moins deux amies qui ne sont pas guides, et avec au moins deux adultes (tels que les parents, tantes, oncles, etc.)

## LES CONDITIONS D'OBTENTION DU BADGE, POUR LES GUIDES AINEES

Pour obtenir ce badge, vous devez démontrer votre maîtrise dans les **QUATRE** domaines de capacités pour le Point I. En plus, votre patrouille et vous, devriez mener au moins **TROIS** activités dans le Point II et **DEUX** activités dans le Point III.

### Point I. Domaines de connaissances

**Domaines d'apprentissage : Définition de l'anémie, ses causes, effets et pourquoi c'est important de la prévenir chez les femmes enceintes et chez les enfants ; Comment prévenir et lutter contre l'anémie ; Les connaissances et croyances des membres des familles et de la communauté vis-à-vis de l'anémie.**

**Individuellement**, vous devriez maîtriser les points suivants :

- a. **Qu'est-ce que l'anémie ?** Nommez **trois** signes de l'anémie. Nommez **trois** causes de l'anémie chez les adolescentes et les femmes enceintes.
- b. Nommez **cinq** aliments riches en fer que mangent les guides âgées et leurs familles dans votre communauté ou à l'école. Nommez **trois** autres aliments riches en vitamine C. Expliquez comment les habitudes alimentaires (et non seulement les aliments) peuvent aider votre corps à bien assimiler le fer trouvé dans la nourriture que vous consommez.
- c. Expliquez **trois** dangers associés à l'anémie chez les adolescentes. Mentionnez **trois** moyens de prévention et de lutte contre l'anémie chez les femmes enceintes et chez les adolescentes dans la communauté ou à l'école.
- d. Expliquez 1) Pourquoi on donne les pastilles de fer aux femmes enceintes, 2) A quel moment de grossesse on donne ces pastilles de fer, 3) Combien de cachets de fer doivent-elles prendre par jour ?, et 4) Pendant combien de mois les femmes enceintes devraient-elles prendre les pastilles de fer ?

## Point II. Exercices pratiques

**Domaines d'apprentissage : Des aliments riches en fer que l'on trouve à la maison et au sein de la communauté ; Comment préparer des repas avec les aliments riches en fer ; Activités que vous pouvez mener pour éviter et lutter contre le paludisme et contre l'infection par l'ankylostome ; Des aliments enrichis en fer dans votre communauté ; Savoir identifier les pastilles de fer et où les trouver.**

1. Individuellement, vous devriez être capable de faire UNE des choses suivantes :
  - a. Dressez une liste de tous ce que vous allez manger pendant **trois** (3) jours et indiquer à quel moment de la journée vous consommez ces aliments (précisant l'aliment et l'heure à laquelle vous le consommez : au petit déjeuner, pendant la pause, au déjeuner, au dîner ou comme casse-croûtes).
    - Parmi les aliments que vous avez listés, identifiez lesquels sont riches en fer. Identifiez aussi lesquels renferment la vitamine C.
    - Proposez d'autres aliments que l'on peut manger afin d'augmenter la quantité de fer dans la nourriture. Suggérez des moyens par lesquels vous pouvez aider votre corps à mieux assimiler le fer dans la nourriture que vous consommez.

### OU

- b. Identifiez deux amies dans votre classe (qui ne sont pas guides). Ensemble, proposez, à l'écrit, au moins cinq moyens de prévenir ou de lutter contre le paludisme ; au moins trois moyens de prévention ou de lutte contre l'infection de l'ankylostome ; et au moins trois moyens de vous assurer que vous consommez assez de fer.
  - Lesquels des moyens suggérés vos amies et vous avez pratiqués récemment ? et pourquoi ?
  - Lesquels des moyens listés vos amies et vous N'AVEZ PAS pratiqués récemment et pourquoi ?

- Etablissez un plan pour améliorer les moyens de prévention et de lutte contre l'anémie
  - Ecrivez le plan et partagez-le avec les membres de votre patrouille.
  - Rassemblez tous les plans des membres de la patrouille pour en faire un livre.
2. Votre patrouille devrait faire UNE des choses suivantes :
- b. Préparez une liste d'aliments que vous proposeriez au responsable de patrouilles pour qu'il l'ajoute sur la liste pour une excursion de camping de deux jours pour une patrouille.
  - Il faut inclure des aliments riches en fer et des aliments 'amis du fer'.
  - Utilisant ces aliments, préparez un menu de 2 jours pour la patrouille en excursion de camping pendant le week-end.
  - Avec votre patrouille, préparez et mangez au moins deux aliments riches en fer et au moins un aliment 'ami du fer'.

## **OU**

- a. En patrouille, faites un livre de cuisine composé des aliments riches en fer pour les femmes enceintes. Vous pouvez vous renseigner auprès des professeurs de la matière d'économie domestique.
- Chaque membre de la patrouille fait une recette (quantité des ingrédients et étapes à suivre dans la préparation) d'aliments riches en fer pour une femme enceinte.
  - La patrouille devrait sélectionner les cinq recettes les plus favorites.
  - En patrouille, préparez et partager deux des recettes les plus favorites.
  - Compilez les recettes les plus favorites en brochure de recettes à distribuer aux femmes de la communauté ou de l'école. La brochure devrait être faite maison.

3. Votre patrouille devrait effectuer UNE des actions suivantes :
- a. Visitez le marché/faites les magasins pour établir une liste de CINQ aliments enrichis en fer :
- Demandez au commerçant, au professeur, à la formatrice ou aux parents de vous dire ce l'on peut préparer avec chacun des aliments sur votre liste (par exemple, faire du pain de la farine enrichie en fer).
  - Faites des recettes dans lesquelles on va utiliser les cinq aliments sur la liste et partagez-les avec les filles /femmes de la communauté.
  - Dans votre patrouille, préparez un repas utilisant au moins un aliment riche en fer acheté au marché.

### OU

- b. Visitez une clinique, dispensaire ou hôpital proche de chez vous :
- Renseignez-vous sur les moyens par lesquels on peut aider la femme enceinte en matière de prévention et de lutte contre l'anémie.
  - Demandez quand les femmes enceintes devraient-elles aller pour les services prénataux.
  - Etablissez un programme indiquant les jours et les heures de services prénataux dans la structure de santé.
  - Trouvez **trois** raisons pourquoi certaines des femmes enceintes ne viennent pas profiter de services médicaux/prénataux, et **trois** raisons pourquoi elles ne prennent pas toujours les pastilles de fer. Si possible, essayez de vous renseigner à la fois auprès des patientes et auprès du responsable de santé.
  - Du point de vue des patientes et des responsables de santé, notez leurs suggestions concernant les points suivants : 1) l'amélioration du taux de participation des femmes aux services médicaux et 2) comment encourager les femmes à prendre les pastilles de fer.

### **Point III. Services aux groupes défavorisés**

**Domaines d'apprentissage : Capacités de communication avec les filles du même âge et avec les membres de la communauté ; Messages clés sur les effets de l'anémie et comment la prévenir ou l'éviter ;**

**Comportements que vos pairs et vous, pouvez adopter pour éviter l'anémie.**

1. Votre patrouille devrait faire **UNE** des choses suivantes :
  - a. Composez une chanson rap, un poème, une danse artistique, ou une pièce sur l'importance du fer dans la nourriture. Vous devriez présenter votre production à un groupe d'adolescentes et/ou aux femmes enceintes : 1) dans une structure de santé, 2) au sein de la communauté, par exemple lors d'une réunion d'un groupe de femmes, 3) lors d'une journée scolaire de sports, ou lors d'une journée de visites des élèves par leurs parents, ou 4) lors des journées de santé de l'enfant.

**OU**

- b. Faites un poster montrant comment les adolescentes et les femmes enceintes peuvent éviter l'anémie. Affichez ce poster dans les lieux suivants : 1) dans un centre de santé, 2) dans un lieu communautaire, par exemple, lors d'une réunion d'un groupe de femmes, 3) à l'église, 4) lors d'une journée scolaire de sports ou lors d'une journée de visite des élèves par leurs parents, ou 5) lors des journées de santé de l'enfant.

**OU**

- c. Préparez trois repas riches en fer. Participez à une exposition locale afin de partager votre repas ou partagez-le lors d'une journée porte ouverte d'une école.

2. Votre patrouille devrait effectuer **UNE** des actions suivantes :

- a. Votre patrouille devrait s'engager à titre volontaire, à travailler dans une clinique de soins prénataux pendant trois sessions. Avant ces sessions, préparez des points de présentation :
- Pour informer les femmes des dangers de l'anémie pour leur santé et celle du bébé.
  - Pour discuter des mesures de protection de la maman et du bébé à travers une bonne alimentation et la prise de pastilles de fer.
  - Après la session, discutez et partagez votre expérience avec votre patrouille.

**OU**

- b. En patrouille, faites une belle fiche pour rappeler aux femmes enceintes de prendre leurs pastilles de fer tous les jours. Souvenez-vous que cette Fiche devrait afficher des messages expliquant : 1) Ce que c'est l'anémie et ses dangers pour la santé, 2) Ce que les femmes doivent faire pour l'éviter, 3) Ce qu'il faut faire pour ne pas laisser ses cachets de fer à la portée des enfants ou des animaux domestiques, par exemple, les garder sur une étagère bien élevée.
- Chaque membre de la patrouille devrait identifier une femme (par exemple, de sa famille, ou une institutrice, une employée de l'école ou une ouvrière) qui prend déjà des pastilles de fer.
  - Donnez à cette femme la fiche de suivi que vous avez préparée. Ecrivez sur la fiche le nom de la femme et la date.
  - Vérifiez une fois par semaine pendant QUATRE semaines pour s'assurer que la future maman prend son cachet de fer par jour.
  - Sur cette fiche de rappel, notez les dates de votre visite à la maison et à chaque fois mentionne si elle suivait bien le programme (prendre un cachet par jour).
  - Partagez votre fiche modèle avec un responsable local de santé pour l'encourager à l'utiliser avec d'autres femmes.

## OU

c. Avec votre patrouille, organisez une rencontre des enseignants des matières scientifiques de votre école. Parlez-leur du Badge de Prévention de l'Anémie que vous allez obtenir.

- Demandez-leur des vous expliquer comment ils enseignent à leurs élèves les questions portant sur l'anémie.
- Avec eux, organisez une présentation sur la prévention de l'anémie à toute la classe.
  - En patrouille, préparez la présentation et déterminez le rôle de chacun lors de la présentation. Cette présentation devrait inciter la participation active de tout le monde dans la classe.
  - Préparez un quiz avec des questions portant sur la présentation. Divisez la classe en petites équipes avec le but d'organiser un concours pour avoir une équipe gagnante.

*La publication de ce manuel est rendue possible par le soutien généreux du peuple américain à travers le soutien qu'il accorde à l'Agence internationale des Etats-Unis pour le Développement (USAID), Bureau de l'Afrique de l'Est, partenariats pour les réseaux de santé, USAID, numéros d'activités 623-0010/623-1007,01 et 623-1008,01, à travers le Centre régional pour la Qualité des Soins médicaux. Le contenu de ce document est la responsabilité des auteurs et ne reflète pas forcément l'opinion de l'USAID ni du gouvernement des Etats-Unis.*

*La publication de ce manuel est rendue possible par le soutien généreux du peuple américain à travers le soutien qu'il accorde à l'Agence internationale des Etats-Unis pour le Développement (USAID) et le Bureau de l'USAID chargé de la santé, des maladies infectieuses et de la nutrition, au sein du Bureau pour la Santé mondiale sous les termes de la Convention de Coopération No. HRN-A-00-98-00046-00, à travers le projet FANTA, opéré par l'Académie pour le Développement Educatif (AED). Le contenu de ce document est la responsabilité des auteurs et ne reflète pas forcément l'opinion de l'USAID ni du gouvernement des Etats-Unis.*



**USAID**  
FROM THE AMERICAN PEOPLE



girls worldwide say 

World Association of Girl Scouts and Girl Guides  
የዓለም አቀፍ የግብዓት ልጆችና የግብዓት ልጆች ማህበረ ሰብ  
Association Mondiale des Guides et des Scouts



FOOD AND  
NUTRITION  
TECHNICAL  
ASSISTANCE

