



BÉNIN

APEV-INNOVATION 2022-2024



Livret pour les familles
ÉDUIQUER POUR RÉUSSIR

Graines de Paix 2023

Graines de Paix a été fondée en 2005 à Genève par Delia Mamon. Son but est d'encourager la pleine éducation de qualité qui favorise la réussite scolaire de tous les enfants ainsi que leur épanouissement à travers l'inclusion, la prévention des violences et une culture de la paix. Grâce à une approche pédagogique systémique, l'action de Graines de Paix touche à la fois les enfants, les parents, les enseignants et les autorités éducatives et sociales. En 2019, Graines de Paix a reçu le prix Smart Peace de la Fondation Leaders pour la paix. En 2022, la Fondation a été récompensée par le prix UNESCO-Hamdan pour l'éducation innovante.

Équipe pédagogique de Graines de Paix :

Dre Edivanda MUGRABI

Sandrine SAISON-MARSOLLIER

Sonia BOUFFORT

CHABI O. Moumouni

Sabaïna ADELEKE

Christophe VILTARD, responsable des programmes

Jules ZANOÛ, coordinateur national

Traductions coordonnées par CHABI O. Moumouni

* ZIKI SIA Abdel Rahman, directeur d'école (en DENDI)

* CHABI G. Yaya, enseignant du primaire (en BARIBA)

* DJAOUGA S.Ibrahim, enseignant (en PEUL)

Édition et mise en page : Mathilde LAGIER

Illustrations : Elisabeth SCHLOSSBERG

Livret pour les familles

ÉDUQUER POUR RÉUSSIR

SOMMAIRE

Introduction	5
THÈME I : Éduquer de manière non violente, inclusive et valorisante	6
1. Quels sont les droits des enfants ?	7
2. Les besoins de l'enfant	14
3. Comment construire le bien-vivre ensemble ?	16
4-. Les Compétences socio-émotionnelles	23
THÈME II : Accompagner l'enfant dans ses apprentissages	34
1. Les conditions pour apprendre	35
2. Favoriser les apprentissages	37
THÈME III : Repérer, accompagner, référencer en cas de violence	50
1. Repérer le mal-être chez l'enfant	51
2. Apprendre aux enfants à signaler la violence	53
3. Accompagner l'enfant victime de maltraitance	55
4. Signaler/ Référencer le cas de maltraitance auprès des autorités	57
THÈME IV : Prévoir le risque pour anticiper ses effets	62
1. Adopter un comportement adapté en cas d'attaque terroriste	63
2. Identifier une mine antipersonnel	66

Introduction

Ce livret fait partie de la collection de ressources pédagogiques créées par la fondation Graines de Paix, dans le cadre du Programme *Apprendre en Paix, Eduquer Sans Violence*, (APEV 2022-2024). Il est destiné aux familles du nord du Bénin, pour soutenir les enfants dans leur développement.

Les familles y trouveront une série d'outils prêts à emploi pour comprendre les droits et les besoins des enfants et agir pour les respecter. Certaines fiches aident les parents à travailler sur les compétences socio-émotionnelles des enfants et les leurs. D'autres fiches leur permettent d'accompagner les enfants dans leurs apprentissages scolaires. D'autres enfin leur servent à se préparer émotionnellement et socialement pour affronter des situations difficiles en lien avec l'extrémisme violent.

La majorité de ces outils sont traduits en langues nationales, dans le but de faciliter leur compréhension et leur prise en main par les parents. En effet, les langues nationales sont essentielles pour garantir que les enfants puissent acquérir de solides compétences fondamentales en lecture, écriture et calcul. Elles sont également essentielles pour nommer les émotions, et construire l'identité personnelle et sociale des enfants béninois. Ces outils peuvent être apprivoisés seul-es, en famille ou en groupes des parents.

Avec le grand écrivain malien Hampatê Ba, ce livret souhaite rappeler aux familles un message de paix :

Dans les tourbillons qui vous emporteront, souvenez-vous de nos vieilles valeurs de communauté, de solidarité et de partage. Et si vous avez la chance d'avoir un plat de riz, ne le mangez pas tout seul !

*Si les conflits vous menacent, souvenez-vous des vertus du dialogue et de la palabre !
(...) au lieu de consacrer toutes vos énergies à des travaux stériles et improductifs, pensez à revenir vers notre mère la Terre, notre seule vraie richesse, et donnez-lui tous vos soins afin que l'on puisse en tirer de quoi nourrir tous les hommes. Bref, soyez au service de la vie, sous tous ses aspects !*

Nous espérons que ce livret puisse accomplir les buts auxquels il est destiné : aider les familles à trouver des meilleures manières d'éduquer leurs enfants, prévenir les violences et protéger les enfants contre les violences.

L'équipe pédagogique de Graines de Paix

THÈME I



Éduquer de manière non violente, inclusive et valorisante

Tous les parents souhaitent le meilleur pour leurs enfants. Grâce à la recherche scientifique, on sait que la réussite des enfants et leur épanouissement se construisent grâce à une éducation non-violente. L'ensemble des outils rassemblés dans cette partie du livret permettent de redéfinir un cadre de la relation parents-enfants en faveur des échanges apaisés plus valorisants, bienveillants et joyeux.

1. Quels sont les droits des enfants ?

Des textes nationaux et internationaux protègent tous les enfants du monde.

L'affiche 1 présente certains extraits importants de ces lois.

Les connaître aide les parents à les respecter et à les faire respecter.

Les parents et les autres personnes de référence respectent intuitivement un grand nombre des droits de l'enfant, mais il vaut la peine d'en connaître et d'en comprendre certains autres afin de pouvoir les promouvoir activement.

L'affiche 2 présente de manière simple et illustrée les 12 principaux droits des enfants.

L'affiche 3 souligne la nécessité de donner les mêmes droits aux filles et aux garçons, notamment en ce qui concerne la scolarisation.



Au Bénin, la loi dit STOP aux violences envers les enfants

La déclaration universelle des Droits de L'homme :

ARTICLE 5 : « Nul ne sera soumis à la torture, ni à des traitements cruels. »

La Convention relative aux droits de l'enfant :

ARTICLE 19 : « Les enfants ont le droit d'être protégés contre la violence et les mauvais traitements, physiques ou moraux. [...] »

ARTICLE 28 : « Les enfants ont le droit à une éducation de bonne qualité. L'enseignement supérieur des enfants devrait être encouragé le mieux possible. La discipline scolaire doit respecter la dignité des enfants. Les gouvernements doivent veiller à ce que les administrateurs scolaires revoient leurs politiques sur la discipline et éliminent les pratiques disciplinaires impliquant des violences physiques ou mentales, l'abus ou la négligence. »

ARTICLE 37 : « Nul n'est autorisé à punir des enfants d'une manière cruelle ou dégradante. »

La Charte africaine des Droits et du Bien-être de l'enfant

ARTICLE 16 : « Les Etats parties à la présente charte prennent des mesures législatives et administratives, sociales et éducatives spécifiques pour protéger l'enfant contre toutes forme de tortures, traitements inhumains et dégradants et en particulier, toute forme d'atteinte ou d'abus physique ou mental, de négligence ou de mauvais traitements y compris des sévices sexuels, lorsqu'il est confié à la garde d'un parent, d'un tuteur légal, de l'autorité scolaire ou de toute autre personne ayant la garde de l'enfant. »

La circulaire 100 du ministère de l'éducation

[...] Les seules punitions dont l'instituteur [peut] faire usage sont :

1. Les mauvais points
2. La réprimande
3. La privation partielle de la récréation
4. La retenue après la classe [...]
5. L'exclusion temporaire pour 3 jours au plus [...]

Il est absolument interdit d'infliger de châtiement corporel. [...]



Je suis un-e enfant, fille ou garçon, et j'ai le droit...

À une
alimentation
suffisante
et équilibrée



D'être protégé-e contre les
maladies, d'être soigné-e, de
recevoir des soins
particuliers
si j'ai un
handicap



De ne pas être
battu-e, torturé-e,
ou subir des sévices
corporels,
psychologiques
ou émotionnels



D'être protégé-e
contre les violences
sexuelles (viol,
attouchements,
harcèlement...)



D'avoir un refuge,
une maison,
d'être
secouru-e



D'avoir des
loisirs, de jouer,
de danser,
de chanter



D'être écouté-e
des adultes,
de donner
mon avis sur
les choses qui
me concernent



D'avoir
une famille
et d'être
entouré-e
et aimé-e



D'aller à
l'école,
d'apprendre et
d'avoir accès
à une bonne
éducation



À mon
intimité



D'être protégé-e contre l'exploitation,
de ne pas faire un travail d'adulte,
un travail forcé et dangereux



À la sécurité
sociale





Nin, bi tondurowa Nin bi tonkurowa yé ya wénin bu man kua

Bu man diannu
kin n'di n'débu
yé yo ko man
buwando bu win



Bu man konsu nu ku ka bara.
Bu man konsu nin bii kpannon



Buku man so, sere bu
man mèra ko. Bu ku
nin daakari sésia



Bu man konsu
wési minnabu so
ka tirasi



Nan wanyéru mon, u
kum min yinnu kpa
ban na mam faaba ko
kari ndi



Nan da dasi karé ka
dwéébu, yasibu ka
womu su



Bukurobu ban
da man su daki



Nan bwéséru
mon nan ka
wan tombu
sô. Kpa bu
mam kiru
sôsi



Bu man kéwu
diru doké kpa
un ka pki nan
sonsiru gia
mon



Bu nin asiri
biru ukuri



Bu man konsu, kpa nku ka wasara
ko. Bu ku kaman bukurobu sonbunu
danguinu, kosia



Na dakari
kpinu kii





A bara kokinin non, harouboro Aou Wéboro, a gonnan sariya.....

An' wanri gila wan
Ka kungu.



N' man todjou zangnin yo
gan'na, n' man baabou, n' dé
abara monwon tè n' man
gounan wannii.



N' ma souka kari,
ahou n' man mon
tonnou goumon.



N' man kèrouman
harou boroyo loh
bèrkètè ga n' nan
gabii.



An gon nan fou.
N' bé n' man ga ;



An' gon nan
wokati horiyo
winnin.



Harikoussou
yo ma hawan
garou a ga,
n' bé an min
dam, abonwon
sénii yo ga.



An' gonan
iyanzéyo,
n' nan
kpassiyo



An' kpé
kéoubougou
ka dou béyo
n' nan kiba
hinnonyo.



N' ma awinnin
asiri dabu.



N' man kèrouman
harikoussouyo gbé ga.
N' souga tilassi.



A houdé
mon gon nan
kèrouma yo





Mii suka num, mii woodi sariyaa to debbo naa gorko

Nyamdu geetu



Haani mi hakkilane,
mi nyawte, mi faanane
to nii woodi aleebu



Haanaa fiyeego,
toyreego faa
hakkillo mun
yawta



Haani famine
hawje dow catte
gam fukko de



Wooda wuro to
faamante



Wooda seyo, fiyo,
wettaare



Hettinane, holla
jiide mun der ko
haanani am



Wooda
baaba e inna
den yidee



Yeha jande,
hokke annal
geetal



Fal bannu
am bo



Haani hakki laneego to wadine gotte
semteeje to doolo dow gollal nal
kaliije



Dow hakki
laneego fal
ballal





Affiche 3 : Tous égaux

Comment assurer des droits égaux aux filles et aux garçons ?

Une famille et un pays ne peuvent grandir en mettant de côté la richesse qui représente la scolarisation des filles et des garçons. Amadou Hampatê Ba l'avait également souligné dans sa lettre à la jeunesse « *C'est à vous, jeunes gens et jeunes filles, adultes de demain, qu'il appartiendra de laisser disparaître d'elles-mêmes les coutumes abusives, tout en sachant préserver les valeurs traditionnelles positives* ».

Français
Bariba
Dendi
Peul

Tous égaux !
Bèsè kpuro sa nin wa !
Iri kourou go sawayo!
En fu, en potan nun !



L'égalité, ça s'apprend !
Bese n'ninraru n'onsiru !
Sawayo, n'kin deni deni!
Sariya suka, ko ekkintee nun !

2. Les besoins de l'enfant

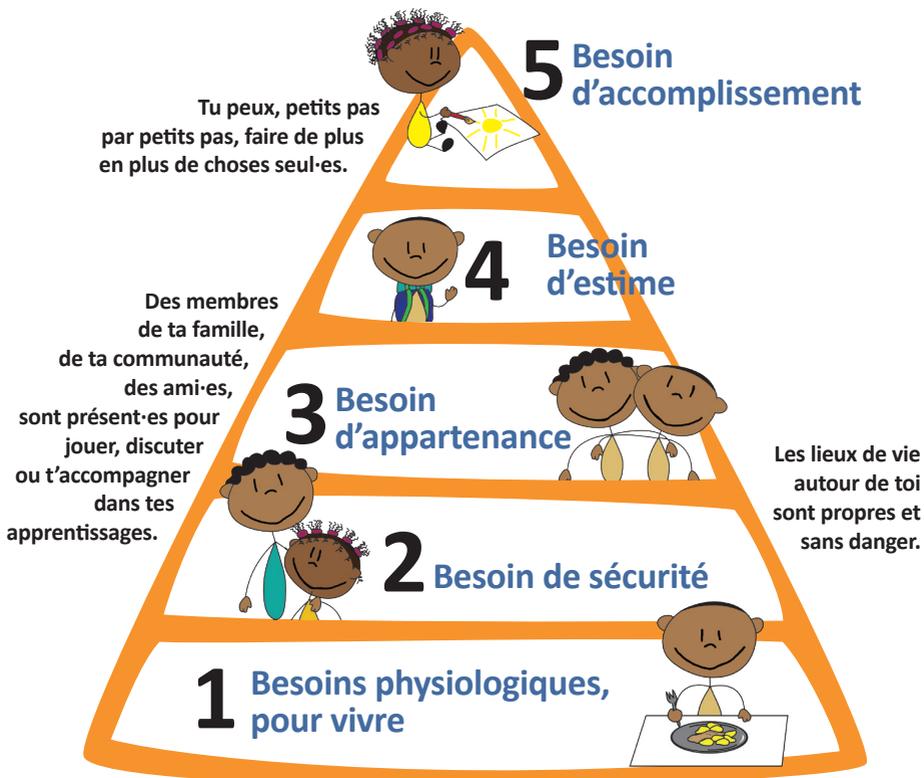
Pour que les enfants grandissent en bonne santé et puissent se développer conformément à leur potentiel, ils ont besoin de relations affectives stables et fiables.

Les parents peuvent faire beaucoup pour répondre aux besoins de l'enfant. Ils doivent notamment satisfaire ses besoins psychiques fondamentaux tels que l'amour et l'attachement, l'acceptation et la reconnaissance, la confiance et l'orientation, la joie et le jeu.

L'affiche 4 rappelle les besoins fondamentaux des enfants.



Affiche 4 : La pyramide des besoins de l'enfant



3. Comment construire le bien-vivre ensemble ?

Le bien-vivre ensemble se construit par des mots bienveillants prononcés au quotidien, par des règles partagées et par des actions qui rassemblent.

L'affiche 5 présente 8 mots pour bien-vivre ensemble pouvant inspirer petits et grands au quotidien.

Pour favoriser le cheminement de l'enfant vers une citoyenneté autonome et responsable, il est important de leur offrir un cadre avec des règles à respecter au sein de la famille. Cela garantit le bien-être et la sécurité de tous et toutes. La **fiche-outil 1** présente la charte de la famille.

L'affiche 6 et la fiche-outil 2 sont des supports pour discuter en famille et redéfinir ensemble la place de chacun, tout en répartissant équitablement les règles entre les filles et les garçons.



Français
Bariba
Dendi
Peul

8 mots pour bien-vivre ensemble

Gari konu nomba ita su ka wanru di sannu sannu n'dé min n' wénin
Séni kôse aiyaku irin'huna n'na min fô
Boliide jeetati gam gonki welana en

Respect

Bêrê winbu
Giri ma nonyo
Dowtaago



Politesse

Wi kpinbu/Tonnu
dokébu
Giri ma nonyo
Neddaaku



Gentillesse

Nu ku tia
Guné fô
Geeto



Justice

Saria
Saria
Batol googa



Écoute

Swa dakibu
Hanga danyo
Hettina



Affection

Ton kiru
Bôrô baayo
Vidde



Partage

bonnu
Zémi ni yo
Sennugo



Solidarité

Somirù
Kêrê ga yo
Wallugo





Fiche-outil 1 : La charte de la famille

On appelle charte de la famille un ensemble de règles élaborées en famille pour construire un cadre stable et sécurisant, pour permettre à l'enfant de comprendre ce qui est attendu de lui ou d'elle. Ces règles sont accompagnées de sanctions quand un enfant transgresse une règle ou adopte un comportement inacceptable (comme taper ou casser, dire des mots mal placés...).

Les sanctions doivent être comprises comme des réparations symboliques (comme un mot d'excuse) ou matérielle (comme la réparation d'un objet cassé ou le nettoyage d'une bêtise). Réparation : avec l'enfant, chercher ce qui pourrait réparer la faute commise (s'excuser, réparer, aider à refaire).

Retrouver les pas-à-pas de la construction d'une charte en famille à la page suivante.

Charte de la famille

1. Réfléchir, en qualité d'adulte, aux règles que l'on souhaite établir dans la famille. Elles peuvent évoluer au fur et à mesure que l'enfant grandit.
2. Partager ces règles avec l'enfant.
3. Définir ensemble les conséquences et les sanctions, en cas de non-respect de ces règles. Ces sanctions dites réparatrices doivent respecter la règle des 3R :
 - **Respectueuses** de la dignité de l'enfant
 - **En Relation** avec la faute commise
 - **Raisonnables** et mesurées en fonction de la faute commise
4. S'engager personnellement pour le respect des règles. Obtenir l'adhésion de l'enfant.
5. Tester les règles et les sanctions. Les modifier au besoin, après discussion avec l'enfant, en fonction des situations de la vie de tous les jours.
6. Se féliciter mutuellement, s'encourager aussi souvent que possible pour toutes les réussites.

Les sanctions réparatrices

Exemples de comportements non conformes avec les règles du bien-vivre ensemble et propositions de sanctions réparatrices

Comportements observés	Exemples de sanctions réparatrices
Avant toute sanction : je relis la règle transgressée dans la charte de la famille	
Enfants indiscipliné·es, impoli·es, irrespectueux·ses	<p>Je reformule les propos irrespectueux en propos respectueux.</p> <p>Je réfléchis à l'émotion suscitée par mes propos ou mon comportement.</p> <p>Je présente mes excuses à la personne offensée.</p> <p>J'accomplis un service pour la personne lésée.</p>
Bagarre	<p>Je m'isole et respire.</p> <p>Je réfléchis à un moyen non violent de partager ma colère ou mon désaccord.</p> <p>Je présente mes excuses à la personne offensée.</p>
Vol/détérioration d'un bien d'autrui	<p>Je rends l'objet volé.</p> <p>Je le répare, je le remplace par un autre objet.</p> <p>Je présente mes excuses à la personne offensée.</p>
Harcèlement	<p>Je réfléchis à mes besoins en tant qu'harceleur·se (reconnaissance, appartenance, pouvoir...)</p> <p>Je cherche un autre moyen de répondre à mes besoins.</p> <p>Je réfléchis et note les émotions ressentis par le ou la membre de la famille harcelé·e.</p> <p>Je rends un service à la personne que j'ai harcelée.</p>
Refus d'effectuer un travail	<p>Je m'isole et respire.</p> <p>Je réfléchis à mon besoin au moment où je refuse de faire ce qui m'est demandé.</p> <p>Je réfléchis à l'intérêt de ce travail pour ma famille.</p> <p>Je planifie un moment dans la semaine pour faire ce travail. Je demande de l'aide si besoin.</p>
Mensonges	<p>Je réfléchis aux besoins qui m'ont conduit à mentir.</p> <p>J'exprime mon besoin et rectifie le mensonge en disant la vérité.</p> <p>Je présente mes excuses.</p>



Affiche 6 : A la maison, filles et garçons,
mêmes droits, mêmes devoirs





Fiche-outil 2 : Liste des tâches pouvant être demandées aux enfants, filles et garçons, selon leur âge

Avant 3 ans

- Ranger les jouets
- Plier des linges simples
- Mettre ses chaussures aux bons endroits
- Nettoyer la table ou d'autres objets avec un linge humide
- Ramasser les ordures
- Laver et déchirer des feuilles de légumes, verser des ingrédients dans un bol

Entre 3 ans et 5 ans

- Ranger ses jouets
- Ranger ses vêtements
- Rassembler la vaisselle sale
- Aider à cuisiner
- Balayer la cour
- Balayer la maison

À 5 ans

- Ramasser la vaisselle sale
- Ranger ses jouets
- Plier les linges simples
- Arroser les plantes

Vers 6 ou 7 ans

- Aider à faire les courses
- Ranger la maison
- Plier et ranger ses vêtements
- Mettre le linge à sécher
- Balayer la maison
- Aider à cuisiner
- Aider à laver la vaisselle
- Préparer son petit-déjeuner
- Ramasser les ordures
- Arracher les mauvaises herbes dans la cour

Dès l'adolescence

- Nettoyer les sols, les WC, la salle de bain, la cuisine, les casseroles chaque fois que nécessaire, mais au moins une fois par semaine
- Aller au marché ou à la boutique faire des achats
- S'occuper du potager
- Ramasser les ordures
- Concevoir, prévoir et préparer les repas
- Faire les achats de nourriture et autres matériels nécessaires au fonctionnement de la famille

4. Les Compétences Socio-émotionnelles

Les compétences socio-émotionnelles, ou compétences de vie, se développent tout au long de la vie. Elles permettent d'adopter les attitudes nécessaires pour construire une identité saine, gérer ses émotions, prendre des décisions responsables et établir des relations constructives. Elles favorisent le bien être personnel et collectif.

Les outils proposés dans les pages suivantes permettent de travailler, de manière formelle, les compétences socio-émotionnelles (**fiche-outil 3, 4 et 5 et affiche 7**), la communication (**fiches-outils 6 et 7**), l'estime de soi et la confiance en soi (**affiche 8**). Passer par la langue maternelle a ici une grande importance. En effet, les compétences socio-émotionnelles se construisent et se renforcent en s'arrimant sur la langue utilisée à la maison.



Fiche-outil 3 : Développer les compétences socio-émotionnelles à la maison

Pour aider à développer de manière efficace les compétences socio-émotionnelles de l'enfant, il est nécessaire que les parents développent leurs propres compétences émotionnelles puisqu'ils représentent un « modèle » que l'enfant va pouvoir observer et imiter.

Dans sa relation avec soi-même

S'interroger : Est-ce que j'exprime des émotions à la maison ? De quelle manière ? Est-ce que les stratégies que j'utilise pour réguler mes émotions sont adaptées et fonctionnelles ?

Analyser ses réactions à l'expression des émotions des enfants : Est-ce que j'accueille avec bienveillance les émotions de mes enfants ? Ou sont-elles minimisées, ridiculisées, ignorées ? Est-ce que je parle avec mes enfants des émotions qu'ils et elles ressentent ? Est-ce que je stimule des conversations en famille sur les émotions ?

Identifier et différencier ses émotions : Par exemple, si je me sens mal, est-ce de la tristesse, de la colère ou du dégoût ?

Utiliser différentes méthodes pour réguler ses émotions :

- des exercices de relaxation (contracter, puis décontracter différentes parties du corps peut permettre de réduire les tensions musculaires et se détendre).
- pratiquer différentes techniques de respiration visant à ralentir le rythme de sa respiration.
- se centrer sur la planification et sur le positif (par exemple, penser aux étapes à franchir et à la façon de gérer l'événement négatif, penser à des choses joyeuses et plaisantes au lieu de penser à l'événement négatif).
- accepter et réévaluer positivement une situation (par exemple, trouver une signification adaptative ou positive à un événement difficile).
- mettre en perspective (par exemple, relativiser la gravité de l'événement en se demandant « *Est-ce que j'y repenserai la semaine prochaine ? Et dans une année ? Et sur mon lit de mort ?* »).

Dans sa relation avec les enfants :

Utiliser les quatre étapes de la communication non violente :

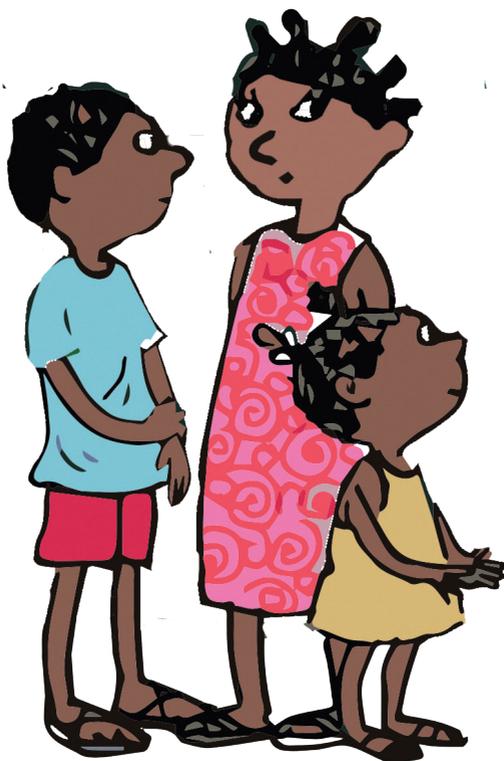
1. Décrire la situation de manière factuelle, sans jugement : dire « *il y a du monde qui attend.* » plutôt que « *tu veux toujours passer devant tout le monde.* » ;
2. Exprimer son propre ressenti en utilisant le pronom « je » et en évitant le « tu » ;
3. Expliquer les besoins qui ne sont pas respectés dans cette situation : dire « *je me sens énérvé-e car je voulais...* » plutôt que « *tu es terrible...* » ;

4. Proposer une solution concrète (ou demander à l'interlocuteur ou interlocutrice ce qu'il ou elle suggère pour résoudre le problème) : dire « *la prochaine fois j'aimerais que tu...* » plutôt que « *fais un effort dorénavant* ».

Converser sur les émotions ressenties avec les enfants

Utiliser le vocabulaire approprié pour nommer les émotions

En conclusion, donner de la valeur aux émotions (plutôt que les rejeter ou les désapprouver) permet aux parents de développer leurs compétences émotionnelles ainsi que celles de leurs enfants.





Affiche 7 : Vocabulaire plurilingue pour nommer ses émotions

Français
Bariba
Dendi
Peul

Je ressens une émotion quand...

Nin lakari yara sewa saye.../A bini kim da.../ Ko mii lotoomi to...

On me vole
Ba man gbinnimon
To dén' nan zéyi
Mii wujfé



Je fais mes devoirs
Nan nin sonburu mon
N'dé agaa gbé tè
Mii wada golle am



Je fais du sport
Nan dasi karamon
Aga gaa féri
Mii firta bannu



Je me repose
Nan winré
Ago hounan'zébou
Mii suuti



On se moque de moi
Ba man yin mon
N'ga harou
Mii jalee



On me tape
Ba man soomon
N'gaa kaari
Mii fiye



Mon jouet est cassé
Nin dwétia yan sangira
A horii guinan saara
Gotal am nawnike



Personne ne joue avec moi
Go u kum k aman dwébu mon
N'baa boroufo sou horè n'nanhè
Godde fijidintaa e am



Je suis avec mes ami-es
Nan wan kan in bôrôba
Agoonon n'nan a kpassiyo
Mii wondi e joodiraabe am



Les signes corporels/ **Wesinan'gariko/** Gaa dobouyo/ **Gebe bannu**

Yeux : yeux écarquillés, regard détourné, larmes

Nonni : nonni wiyabu nonni gawabu, nonni yiré nu

Mon yo : mon bèrèyo, fériyo, monwon siriyo

Gite

Bouche : dents qui claquent, bouche grande ouverte, sourire

Non : non wikiabu donu n'sonabu, yinsu

Min : minfériyo, hingué kariyo kèrèga, harouyo

Tunnuko

Peau : chair de poule, sueurs

Wési n'gonna : wési kiriru séébu winyanu

Ga kourou : Ga hamini tounouyo, soungnin yo

Gurol

Gestes : tremblements, bras croisés, jambes croisées

Koobu/kokosu : noman gbina, nasu sonnabu

Tê yo : Guiguiriyu

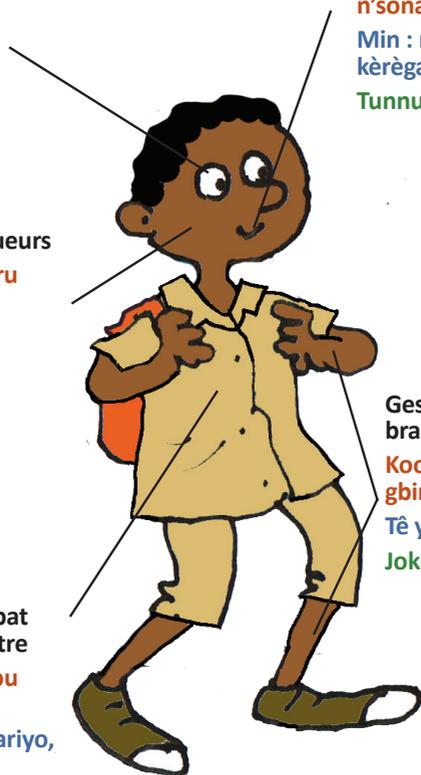
Jokkule

À l'intérieur : cœur qui bat vite, nœuds dans le ventre

Wési n'sôwô : gonru sobu nuku bwirisiru

Gakounan : Binin hizé kariyo, goundé boundou

Der bannu



Mes émotions/ **Nin gonru gari/ A koussou man/ Mii loo ji am**

	Français	Bariba	Dendi	Fulfuldé (Peul)	Boo	Yoruba	Fon
	Joie/être content·e	nukudobu nukurudobu	bininkanin	Leedu welukoi/ leedu ane weli	Ponã, nosnã	Idunu;ayo	awajije
	Colère	mɔnru	binin	Monne	Pɔfɛ	ibinu	xomensi
	Tristesse	nukusankiraru nukusankunu	bininsari bininsaro	Kpinne bisine	Posia, noseya/ noseja/	ibanuje	Wukuku/ wubla
	Surprise	Subaru	biti	Djohol	bońsae	ivalenu	ajji
	Peur	berun benun nandabu	hanburé	Kulal	Via	iberu	xesi
	Honte	sékùru	haawé	Sintene	wí	itiju	winyá
	Stress	Businu busikunu	gabuyo	Taayol	Sòdèdèe	wahala	noudjèakondji



Fiche-outil 4 : Vocabulaire plurilingue et exercice pour dépasser la peur

Il est important de s'exercer régulièrement à réguler ses émotions. Cela est d'autant plus vrai pour les émotions intenses qui peuvent paralyser et empêcher d'agir. Cet apprentissage émotionnel favorise la mise en œuvre d'un comportement plus approprié en cas de peur ou de stress intense.

Étape 1 :

Se questionner et questionner l'enfant, régulièrement, les situations et les personnes qui lui font peur

Étape 2 :

S'interroger et questionner l'enfant sur les ressentis corporels associés à la peur.

Étape 3 :

S'exercer et inviter l'enfant à respirer.

Étape 4 :

S'exercer et inviter l'enfant à visualiser des choses agréables qu'il ou elle imagine, quelqu'un qu'il ou elle aime beaucoup et dont la présence lui fait du bien.

Vocabulaire plurilingue en rapport avec la peur

Français	Bariba	Dendi	Peul (fulfuldé)	Ditamari	Waama	Nagot
Panique	wururabu	guidanni	pilotolo	kudèètèkperi	Saàné terun	mondjaya
Tremblement	diribu ou wassi sirabu	guiguiriyo	tchélol			igbon
Mal à l'aise	dakari Kpindu sariru	lakari goroyo zammin	Humuèhakilo/ bènè mèdjudaki		botun	kogbadon
Inquiétude	naanabu	lakari tunuyo	midjaèrè	mèd	dosaka	Ayadja
Crainte	sérubu	hamburé béri	pitol gabarè	fédédiéfè	dosimâ	ibèhun
Peur	bèrum	hamburé	kulul	kufôwaa	furuku	odjô

Le "u" en langue est prononcé "ou" en français.



Le ballon intérieur

Étape 1 : Placer une main sur le ventre et l'autre sur la poitrine.

Étape 2 : Porter toute son attention sur sa respiration. Gonfler tout doucement le ventre, en inspirant l'air par le nez, comme si c'était un ballon imaginaire. Le ballon grossit dans le ventre.

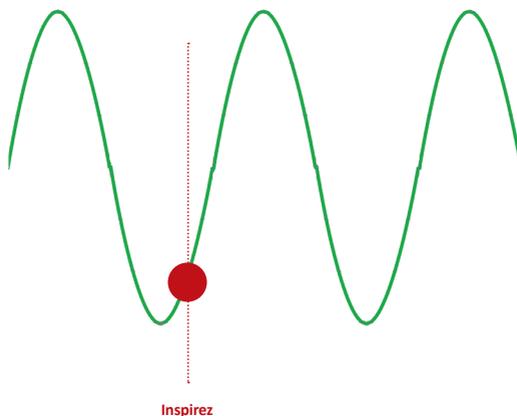
Étape 3 : Quand il n'y a plus assez de place dans le ventre, gonfler le ballon dans la poitrine jusqu'aux clavicules, à la base du cou.

Étape 4 : Quand le ballon est complètement gonflé, dégonfler le lentement, du bas vers le haut, en soufflant uniquement par la bouche.

Répéter cet exercice 3 fois.

La cohérence cardiaque

Étape 1 : Tracer une courbe sur une feuille ou sur le sol comme celle-ci-dessous :



Étape 2 : Suivre la courbe avec le doigt tout en respirant selon les indications suivantes :

- Inspirer en comptant jusqu'à 5 en montant le long de la vague.
- En haut de la vague, bloquer sa respiration en comptant jusqu'à 5.
- Expirer en descendant la vague en comptant jusqu'à 5.

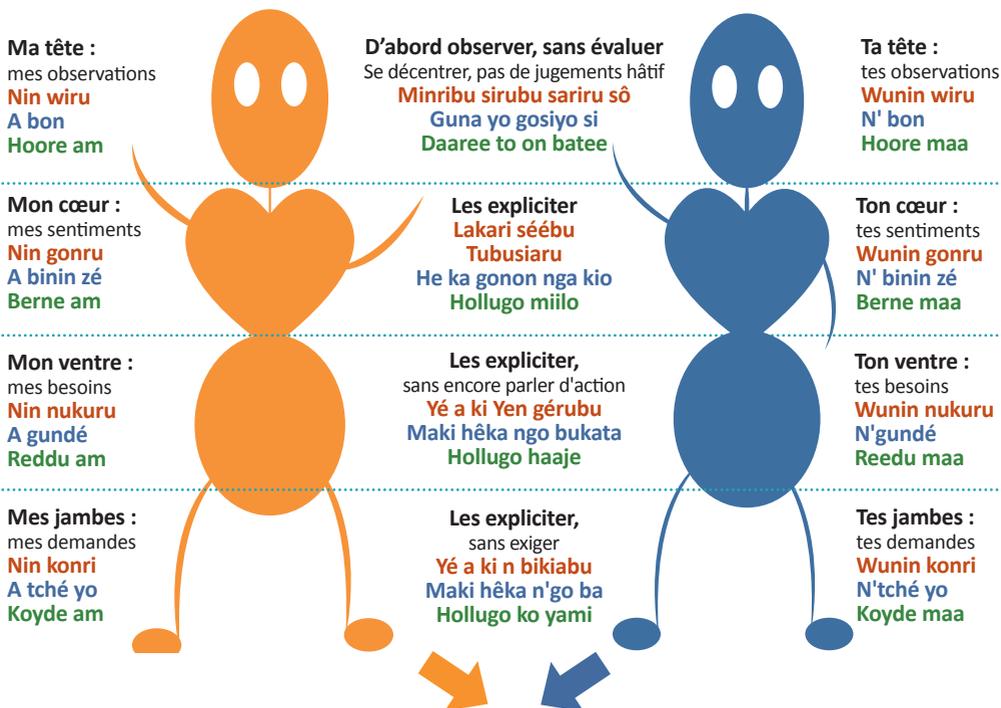
Proposer de faire cette respiration 3 fois de suite, chacun-e à son rythme.



Fiche-outil 6 : Vocabulaire plurilingue pour communiquer de manière non violente

La communication non violente (CNV) est un mode de communication qui est attentif à la façon dont nous nous exprimons et dont nous écoutons l'autre, dans des situations de la vie courante, notamment celles ressenties comme conflictuelles.

Pour cela nous devons fixer notre attention sur quatre éléments détaillés dans le schéma ci-dessous :



Français
Bariba
Dendi
Peul

CONNEXION - EMPATHIE - SOLUTION

GBINNAN - NUKUTIA - WIISIBU
MARUGU - GUNDÉ FÔ - SÉNI MIN
 Naatugo der tuulo hokkannol hiite - der (pootaabulu,
 jande binnirde...) - faamugo Dabareeji

Exemple :

Observation : Mon enfant parle fort pendant que j'écoute les nouvelles.

Expression des émotions : Cela m'agace et me met en colère. Je lui exprime mon agacement :
 " *Quand tu parles fort comme cela, je n'entends plus rien. Je sens la colère qui monte en moi.* "

Exprimer son besoin : " *J'ai besoin de plus de calme pour écouter mon émission.* "

Exprimer sa demande : " *Je te demande de parler moins fort ou bien de te déplacer un peu plus loin afin que je reste au calme.* "



Fiche-outil 7 : Les Messages en « je »

Lorsque notre enfant dit ou fait quelque chose qui provoque en nous des émotions négatives telles que la colère, la peur, la honte... au lieu de lui adresser un « message-tu » (« tu es méchant, tu es vraiment irresponsable, tu ne m'écoutes jamais, tu es égoïste, etc. »), formulons des messages en JE.

Suivre les trois pas :

1. Décrire le comportement qui nous gêne
2. Dire ce que l'on ressent face à ce comportement
3. Dire l'effet concret de ce comportement sur nous

Exemple : Mon enfant parle fort pendant que j'écoute les nouvelles.

Message-je : « Quand tu parles si fort pendant que j'écoute les nouvelles (comportement), je suis agacée (ressenti), je n'arrive pas à entendre ! (effet concret) »

Transformons nos messages en TU » en « messages en JE » :

Message en TU	Message en JE
Arrête-toi.	Je ne peux pas expliquer lorsque quelqu'un parle en même temps que moi.
Tu ne devrais pas faire ça.	Je suis découragée de voir qu'on n'arrive pas à avancer.
Si jamais tu recommences...	Ça m'attriste de voir que nos accords ne sont pas respectés.
Tu es insupportable	Je ne savais pas que cela te troublait au point de t'énerver.
Tu cherches à attirer l'attention	Cela te touche profondément, n'est-ce pas ?
Pourquoi n'es-tu pas gentil ?	Je m'excuse de te dire ça, et je réalise que cela te met mal à l'aise.
Tu devrais comprendre mieux	Je crois que je n'explique pas suffisamment bien. J'aimerais connaître tes sentiments à propos de ce que j'ai dit, et savoir ce que tu aimerais que je fasse différemment...
Tu devrais avoir honte !	Je comprends que cela te perturbe, et j'aimerais que cela ne soit plus le cas.
Tu fais tout m'exaspérer !	Quand tu élèves la voix, j'ai peur parce que je me dis que quelqu'un pourrait être blessé et j'ai besoin d'être assuré que nous sommes tous en sécurité.



Affiche 8 : Vocabulaire plurilingue pour nourrir l'estime de soi et la confiance en soi

Français
Bariba
Dendi
Peul

Estime de soi et confiance en soi
Comme le feu, elles ont besoin d'être nourries
Tii kinru ka winsin'nanin dukébu
M'kusuma bakasine mbinn
Hoolaago hoore mum



S'encourager
San sani sésiabu
N' bon non gabi
Muyugo

Dire non à la violence
A ku dakari sésiabu wisi
M' ma kari/lakari tunuyo ganwan
Wiu aawo dow catta

S'accepter
Tii wurabu
Bon tutuyo
Nootaago

Exprimer ses besoins
A géré yé akin
Man hê ka gon'ga séni
Hollugo haaje mum

Faire de son mieux
Min kon kpin ko n'de
M' ma tê hê ka mba hini
Wadugo no waawi atchugoomun

Se reposer
A winra
Hi man zébu m'ma
Suntaago atchugo

Se féliciter
Tii siarabu
M bon sabu yo
Yettugo hoore

Se sourire
A gniin
Haru n'bon sê
Jalugo e

THÈME II



Accompagner l'enfant dans ses apprentissages

La réussite scolaire des enfants est un sujet de préoccupation important pour la plupart des parents. Quelle place un parent peut-il tenir dans la scolarité de son enfant ? Comment accompagner l'enfant dans ses devoirs à la maison ? Comment les aider VRAIMENT dans leurs apprentissages scolaires ?

Cette partie du livret offre des multiples pistes pour répondre à ces questions.

1. Les conditions pour apprendre



Fiche-outil 8 : Les conditions pour apprendre

Il est important de consacrer chaque jour, un temps, pour être présent auprès de son enfant lorsqu'il ou elle fait ses devoirs. Quelles que soit ses compétences en lecture, écriture et mathématiques, être présent et disponible lui témoigne l'intérêt porté à ses apprentissages. Pour cela :

Étape 1

Prévoir un moment (même court) et un lieu pour s'asseoir à côté de l'enfant.

Étape 2

S'assurer d'être prêt·e à écouter pleinement.

Étape 3

L'inviter à prendre le matériel dont il a besoin.

Étape 4

L'inviter à bien observer ce qu'il ou elle doit faire, à reformuler les consignes en langue nationale, à répéter, écrire, manipuler des objets pour mieux comprendre (pour compter par exemple), faire des schémas ou dessiner (voir fiches-outils 9 à 14).

Étape 5

L'inviter à faire des pauses, à bouger régulièrement tout au long de son temps de devoir (voir fiche-outil 16).

Étape 6

L'encourager régulièrement, lui donner des feed back (voir fiche-outil 15).

2. Favoriser les apprentissages

Les fiches-outils de cette partie donnent des indications et des pistes à suivre pour favoriser l'apprentissage des enfants. Elles prennent appui sur la pédagogie active.

Pour lire : Voir les **fiches-outils 9 et 10**

Pour écrire : Voir la **fiche-outil 11**

Pour faire des mathématiques :

Pour certains enfants, il n'existe aucun lien véritable entre l'apprentissage des mathématiques et la vie de tous les jours. Les parents, quel que soit leur niveau, peuvent faire découvrir les mathématiques autrement, en impliquant les enfants dans leur quotidien. Discuter des mathématiques en langue nationale peut aider grandement l'enfant à surmonter la peur de cette matière scolaire. Autant que possible, faites les courses avec votre enfant et demandez-lui de calculer la somme totale de vos achats, en français et en langue nationale. Si c'est possible, laissez-le calculer la monnaie restante. Permettez à votre enfant de vous aider à faire quelques petits travaux à la maison qui exige de prendre des mesures, de les convertir dans une autre unité de mesure et d'évaluer le nombre de planches nécessaires pour refaire une porte ou pour construire un jardin potager.

Ces exemples sont de puissants moyens pour aider vos enfants à comprendre l'utilité des maths et à s'y intéresser. D'autres outils plus formels sont proposés sur la **fiche-outil 12**. Ils permettent d'améliorer les compétences en mathématiques par les enfants, en s'appuyant sur les langues nationales.

Pour apprendre des mots de vocabulaire :

Les familles peuvent aider les enfants à apprendre la langue de l'école, avec l'aide d'un outil précieux tel que les langues nationales. Pour cela, il faut laisser l'enfant jouer, parler, écrire, penser, imaginer, créer, chanter... dans les deux langues. Sans peur de commettre des erreurs, les enfants avanceront plus vite. Les **fiches-outils 13 et 14** proposent quelques outils permettant aux enfants de travailler la lecture et le vocabulaire, qui représentent le socle de tout autre apprentissage.

Pour donner des feed back et encourager : Voir la **fiche-outil 15**

Pour se détendre :

Les enfants ont également besoin de bouger pour mieux apprendre.

La **fiche-outil 16** propose des exercices qui aident l'enfant à développer leur concentration nécessaire aux études, tout en se décontractant.



Étape 1 : Avant la lecture complète

1. Se donner un but : Pourquoi je lis le document ? Qu'est-ce que je cherche à savoir ?
2. Survoler le texte pour obtenir une vue d'ensemble, en cherchant des indices sur le contenu :
 - Le titre
 - Les dessins ou images qui peuvent aider à comprendre ce qui est écrit dans le document
 - Les mots « amis » ou les mots les plus fréquents (voir la liste de mots à la page suivante)
 - Les mots connus
3. Faire la carte d'identité du document avec la méthode DANSS :
 - **Date** : Quand ce texte a-t-il été écrit ?
 - **Auteur ou autrice** : Qui l'a écrit ?
 - **Nature** : Quoi ? De quel type de document s'agit-il (texte/dessin/photos/ images/ schémas/graphique...)
 - **Sujet** : De quoi parle ce document ?
 - **Sources** : D'où sort ce document ? Ses sources sont-elles fiables ? Les informations sont-elles correctes ?
4. Faire des hypothèses sur les informations qui seront dans le texte : « ce texte va parler de... »
5. Se questionner : poser des questions sur le texte et sur ses propres connaissances : Que sais-je déjà sur ce sujet ? Que dois-je savoir à la fin ? Que pourrait-on me demander sur le texte ? etc.

Étape 2 : Lecture attentive

- Lire paragraphe par paragraphe.
- Reformuler ce qu'on a compris avec ses propres mots, dans la langue du milieu ou en français.
- Prendre des notes ou souligner des mots clés dans le document.
- Demander de l'aide si besoin.
- Lire à voix haute en mettant le ton.

Mots les plus fréquents dans les textes en français :

Avoir, être, aller

Jouer, savoir, voir, venir, pouvoir, vouloir,
prendre, dire, donner

à, a, ou, où, eu, eux, y, en, au, aux, au, aux, un

je, tu, il, elle, nous, vous, ils, elles, on

un, deux

lui, elle

un, une

avec, sans

sur, dans,

petit, grand

femme, homme, enfant

qui, que, quoi, quand

bien, bon

moi, toi, soi

plus, pas

mon, ma , mes

ton, ta, tes

son, sa, ses

le, la , les

de, du, des

ce, cette, cet, ces

notre, nos

votre, vos

se, si

pour

comme

mais

ne... pas



Pour lire - Fiche-outil 10 : Vocabulaire plurilingue pour comprendre les consignes

Français
Bariba
Dendi
Peul

Bien comprendre les consignes permet à l'enfant de comprendre le travail demandé et ainsi de l'exécuter plus facilement. Ces mots reviennent dans tous les exercices. Les reconnaître facilement et comprendre leur signification, permet à l'enfant de gagner beaucoup de temps lorsqu'il fait son travail.

Écrire

yôrubu
Hantu yo
Winnugo



Dessiner

Tirô nkôbu
Bia têtô
Wadugo foto



Entourer

Sikénabu
Koli yo
Filfitinol



Relier

Bu gbinnan
Marugu kèga
kawtol



Nommer

Bu gnisiru kin
Kê yoo
Ettol



Barrer

Bu kôri/ kôribu
tusuyo
biisugo



Compléter

Bu yibia
tontonu
Hebbitol



Réfléchir

Bu busiku
lassabu
mijaago



Chercher

Bu kasu
Chégui yo
Dartol



Observer

Bu minri san san
Gunayo
Daarogo



Compter

Bu gari
Kabu yo
limol



Mettre dans l'ordre
(croissant ou décroissant)

Bu sokii kosia(sa pibudi
ka baka gia, sa bakandi ka
pibu gia)

N ma yassifa ka kpéna
ibéri /ka kpéna za ibéri ko
kpéna ikinin

Gattoldiga Petti faa mawdi



Remplacer les (...) par...

Kôsina ka (...)
Baru na (...)
Battitole...

Quand on me félicite,
je me sens



Compléter par...

Bu yibia ka ...
Tontonu n'na...
Kebbitol.....

Je me
sens ...





Lorsque l'enfant ne sait pas encore écrire, il ou elle pourra se servir des membres de la famille pouvant l'aider à organiser les idées sous forme d'un écrit. Cela prépare l'enfant à écrire par lui-même ou elle-même par la suite.

Étape 1

Expliquer le déroulement à l'enfant. Lui dire que vous écrirez tout ce qu'il ou elle vous dira.

Étape 2

Les questions à se poser :

- Que veux-tu écrire ?
- Quelles informations essentielles veux-tu donner ?
- Pour qui ? À qui souhaites-tu écrire ? Qui est le destinataire ?
- Quelle est la nature du document que tu souhaites écrire (lettre/poésie/recette/ histoire...) ?

Étape 3

Demander à l'enfant de dicter phrase par phrase. Lui demander de ralentir, répéter ou reformuler si besoin. Lire chaque phrase écrite à voix haute. Discuter avec l'enfant de ce qui est lu, ajouter ou corriger des mots au besoin.

Étape 4

Relire l'ensemble du texte à voix haute. Suivre avec son doigt au fur et à mesure de la lecture. Cela permet à l'enfant de reconnaître et mémoriser certains mots.



Étape 1 : Lire et comprendre l'énoncé du problème

a. Lire et comprendre

En français et en langues locales :

- Reformuler ou faire reformuler la situation problème par l'enfant pour favoriser sa compréhension.
- Faire ressortir les mots qui font sens en mathématiques et qui seront utiles pour comprendre le problème.

b. Reconnaître les écritures mathématiques : les signes, les nombres...

- Ils pourront être utilisés pour résoudre le problème.

c. Lire les questions, les consignes

En français et dans les langues locales :

- Questionner l'enfant pour s'assurer qu'il ou elle a bien compris ce qu'on lui demande.
- Faire reformuler en langues locales pour favoriser la compréhension.
- Dans son cahier, sous la forme d'un tableau, écrire les mots importants de la consigne et des questions. Ils lui serviront à écrire ses réponses.

Étape 2 : Organiser les informations du problème

En français et dans les langues locales, demander à l'enfant de représenter le problème : avec des objets, avec des dessins, dans un tableau pour mieux visualiser les quantités et identifier l'opération à effectuer.

Étape 3. Résoudre le problème

- Poser les opérations.
- Rédiger la réponse en se servant des mots des questions.



Pourquoi construire un jeu de cartes-dominos ?

Pour favoriser l'apprentissage, l'intériorisation de mots et pour travailler la famille de mots.

Comment construire un jeu de cartes-dominos ?

- Demander aux enfants de dire tous les mots qu'ils et elles connaissent en rapport avec l'activité déroulées.
Ces mots sont recopiés au tableau.
- Plus il y a de mots, plus il y aura de cartes pour jouer.
- Former des groupes de 4 à 10 joueurs et joueuses, puis distribuer à chaque groupe des cartes (ou feuilles blanches) de petite taille et leur proposer de créer des cartes-dominos : la moitié de droite de la carte est occupée par un dessin fait par l'enfant représentant un des mots écrits au tableau, la moitié de gauche est occupée par un des mots écrits au tableau (ce mot doit être différent de celui représenté par le dessin).

Comment jouer aux cartes-dominos ?

Quand toutes les cartes ont été créés (tous les mots ont été dessinés et écrits au moins une fois), expliquer la règle du jeu :

- Chaque enfant reçoit entre 6 et 7 cartes dominos selon le nombre de joueurs et joueuses. Une carte-domino est posée sur la table et le reste des cartes fait office de pioche.
- Un joueur ou une joueuse commence la partie en piochant une carte : si la carte possède le dessin/mot correspondant au mot/dessin de la carte posée sur la table, le joueur ou la joueuse peut la poser. Sinon, il ou elle pioche et passe son tour.
- Ensuite, c'est au tour d'un deuxième joueur ou d'une deuxième joueuse de piocher une carte (voisin ou voisine de droite ou de gauche et ainsi de suite dans le sens circulaire). Au fur et à mesure de la partie, les cartes-dominos forment une chaîne.
- Le premier joueur ou la première joueuses à avoir posé toutes ses cartes-dominos gagne la partie. Il se peut que le jeu soit bloqué. Alors le joueur ou la joueuse ayant le moins de cartes est déclaré-e vainqueur.



Qu'est- ce que l'étiquette de vocabulaire bilingue et à quoi sert-elle ?

L'étiquette bilingue est une fiche qui permet aux enfants d'enrichir leur vocabulaire en se concentrant sur l'étude d'un mot à la fois pour le comprendre avec l'aide de la langue locale.

L'étiquette de vocabulaire bilingue utilise un modèle à quatre cases à compléter et à lire en miroir pour comprendre le sens d'un mot ou d'un concept :

- Dans la partie supérieure (en violet) : en français
- Dans la partie inférieure (en orange) : dans la langue locale

L'étiquette de vocabulaire bilingue améliore l'acquisition et la compréhension du vocabulaire nouveau par la médiation en langue locale.

Comment compléter l'étiquette de vocabulaire bilingue ?

Le mot sélectionné est inscrit dans un ovale au milieu de l'étiquette et traduit dans la langue locale.

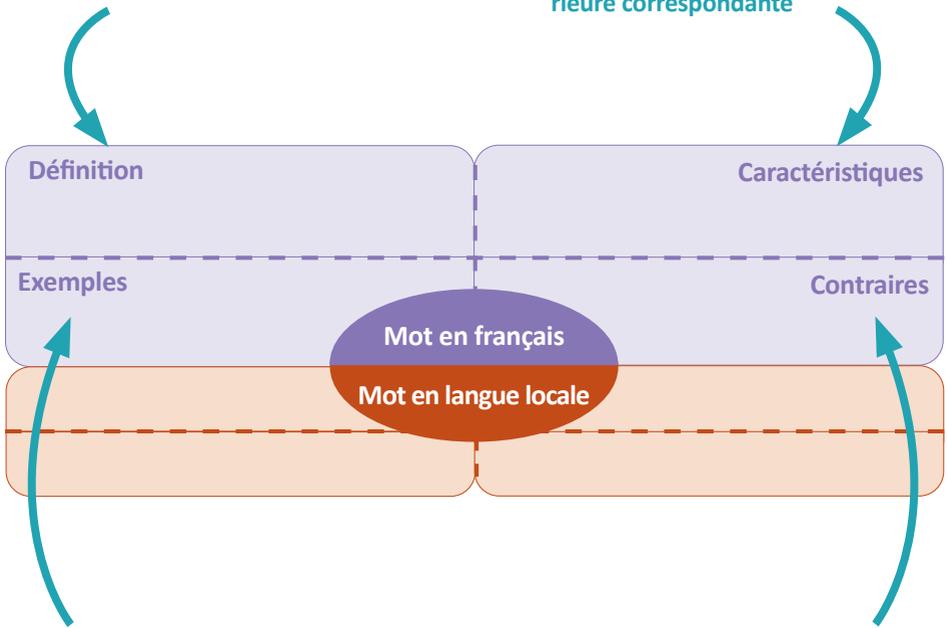
Les quatre cases qui entourent le mot sont complétées selon les indications du tableau ci-dessous, par l'écriture et/ou par le dessin pour favoriser la compréhension visuelle.

L'enfant définit le mot de vocabulaire/le concept :

- en français dans la partie supérieure
- en langue locale dans la partie inférieure correspondante

L'enfant éclaire la définition en donnant les aspects constitutifs du mot ou du concept défini :

- en français dans la partie supérieure
- en langue locale dans la partie inférieure correspondante



Dans cette partie, l'enfant illustre sa compréhension du mot ou du concept en donnant des exemples concrets qui peuvent être issus de la vie quotidienne :

- en français dans la partie supérieure
- en langue locale dans la partie inférieure correspondante

Dans cette partie, l'enfant précise sa compréhension en donnant des contre-exemples et des antonymes du mot ou du concept :

- en français dans la partie supérieure
- en langue locale dans la partie inférieure correspondante



Pour donner des feed back et encourager

Fiche-outil 15 : Vocabulaire plurilingue pour encourager

Il est très important de donner des feedbacks individualisés aux enfants. Mettre des mots sur leurs réussites et les points qu'ils et elles doivent retravailler ainsi que sur leur état émotionnel favorisent les apprentissages. Cette compétence s'apprend.

Pour s'entraîner :

Étape 1

Prendre quelques minutes pour réfléchir à ses propres ressentis.

Étape 2

Utiliser un langage précis pour nommer les émotions : triste, heureux-se, en colère, ennuyé-e, etc.

Étape 3

Observer votre enfant au travail et partager vos observations.

Étape 4

Lui demander de reformuler ses ressentis si vos observations ne correspondent pas à ce qu'il ou elle ressent vraiment.

Exemple :

« Je vois que tu es heureux-se d'avoir réussi cet exercice, je t'encourage à... (remédiation pédagogique) »

« J'observe que tu es triste de ne pas avoir répondu correctement aux exercices, je te propose... » (remédiation pédagogique)

« Je vois que tu es fâché-e car tu n'avances pas comme tu le voulais, tu pourrais... » (remédiation pédagogique)

Des mots pour encourager les enfants

Français	Bariba	Dendi	Peul
Tu peux y arriver	Ka kpi a yé ko	Mba Hini ka tê	A waawan ko yottii
Tu vas progresser	wunin yinra ko sosi	Mbéiyo ba ton tonnu	A yahan yeeso
Tu es doué-e	wunin yinra wunin won kéré	Mbéiyo bisa ngiri	Awoodi annal majjum
Tu es solidaire	A ra somiru ko	N'ki ba gaayo	A laati ballo
Bravo!	A ka taka wéénin	À hima mman kontô yo	Woodi!
Tu as réussi	A kpian	N'hini	A hebi
Tu t'améliores de jour en jour	Wunin yinra sosimon min yambu sàrà	Nbéiyo go tontonu ,Hannu kuru	Aa woodina finné fu
Quel-le champion-ne !	An na goni wa mi !	Ni ya bisa !	An woni ardiï do !
Joli !	A nan buran wà !	Boori yonoñ !	Woodi !
Ne pleure pas, je peux t'aider	A ku swi, kom kpi num somi	Su hin, a ba hini kanga	Taa wullu, mi waa-wan ko walluma
Fameux !	yisiru yari bu/ Ayisirù yàrà	Mañ hùnù yo/ um mañyaahùnu	Woodi !
Respire, retrouve le calme	A winsiyo, win lakari ya ko wurama	Kêê ka batu, n lakari mà kanni	Fowtu, fukkin hakkillo
Je sais que tu es capable	Na yin Kan Kan min Ka Kpi	A béi Kan ba hini	Mii anni a waawan
C'est beaucoup mieux	Ya sannon kua tôtô	A na sôki tè bayo	Dum naywii puyi
Tu agis comme un-e grand-e	Wounin kokosu kà buguro gii wéénin	n go tê zanka haru kusu	A wada ha mawdo
Tu peux être fier-ère de toi	Ka kpi a wunin nukùrù dobu tusia	n ba hini kan biniñ yéyo kiba	Haani jettaa hoore maa
Tu as toute les qualités pour réussir	Gannu kunnu konméyin a ka kpi a ko	Hê kan ba kpéi nani munguinin kuru goonoñ ngà	Aa woodi semme no kebirta
Tu fais du bon travail	Sonburu guia a mon	Gbéi hinnon non n'go tè	A wada golle boodude
Bel effort, continue !	Kokariwa ; An gansi !/ Soñ géra a noñ, An gansi !	Na gbéi. m'ma gaa dam !	Golle geete tokki-too !
Super !	A nin nin yàrà !	Un hunu waani !	Woodi !



Ces mouvements sont à effectuer assis ou debout. Ils permettent de se détendre et de mieux travailler ensuite. Tout au long des exercices, il est important de porter une attention à sa respiration pour respirer profondément et calmement. Ils peuvent être faits aussi souvent que possible, et au moins toutes les 20 minutes avec des enfants d'âge primaire.

ACTIVITÉS ASSISES

Activité 1 : La poupée de chiffon

- Bien s'asseoir sur la chaise ou le banc avec le dos bien droit.
- Poser les deux pieds au sol.
- Respirer, s'étirer, bailler.
- Ensuite, faire bouger doucement son dos dans tous les sens en respirant calmement.
- Faire bouger doucement son dos, de droite à gauche, de gauche à droite en respirant calmement.
- Faire bouger doucement son dos en avant et en arrière en respirant calmement.
- Reprendre sa position de départ.

Activité 2 : L'équerre

- Tout en restant assis-e, étendre le plus loin possible bras et jambes en soufflant.

Activité 3 : Les moulinets

- Faire des moulinets de plus en plus lentement avec les chevilles.
- Faire des moulinets de plus en plus lentement avec les poignets.

Activité 4 : Les éventails

- Bien s'asseoir sur la chaise ou le banc.
- Poser les coudes sur la table.
- Placer les doigts en éventail.
- Bouger chaque doigt tour à tour (c'est le pouce qui commande, c'est l'index...).

Activité 5 : La mouche

- Suivre des yeux une mouche imaginaire qui vole sans bruit dans la cour.

Activité 6 : Les coquilles

- Frotter ses deux mains l'une contre l'autre.
- Les placer en coquilles sur les oreilles.
- Frotter ses deux mains l'une contre l'autre.
- Les placer en coquilles sur les yeux.
- Respirer calmement.
- Retirer les mains.



ACTIVITÉS DEBOUT

Activité 7 : La locomotive

- Se redresser le dos bien droit.
- Respirer, s'étirer, bailler.
- Marcher sur place très vite.
- Marcher sur place en ralentissant de plus en plus.

Activité 8 : L'élastique

- Contracter tout le corps : poings, bras, visage, jambes...
- Décontracter son corps en soufflant.

Activité 9 : L'arbre dans le vent

- Faire bouger doucement son dos, de droite à gauche, de gauche à droite en respirant calmement.
- Faire bouger doucement son dos en avant et en arrière en respirant calmement.
- Reprendre la position de départ.

Activité 10 : L'équilibre

- Fixer un point au loin, les bras le long du corps.
- Se mettre sur une jambe.
- Garder l'équilibre.
- Fermer les yeux pendant 5 secondes (l'animateur ou animatrice compte).
- Ouvrir les yeux pendant 5 secondes (l'animateur ou l'animatrice compte).
- Poser la jambe.
- Recommencer, sur l'autre jambe.

*Exercices inspirés de : Pratiques corporelles de bien-être, novembre 2013
de Annie Sébire et Corinne Pierotti*

THÈME III



Repérer, accompagner, référencer en cas de violence

Il est parfois difficile pour un enfant de parler des violences qu'il ou elle subit, c'est pourquoi il est utile de savoir reconnaître les signes ou changements de comportement d'un enfant. Ces signes peuvent indiquer que quelque chose les affecte. Cette partie du livret aide la famille à identifier les cas de violence et savoir quoi faire afin d'aider l'enfant victime.

1. Repérer le mal-être chez l'enfant



Les comportements suivants peuvent être des signes de mal être :

- Enfant devenu-e triste.
- Enfant qui ne joue presque plus avec ses ami-es.
- Résultats scolaires en baisse.
- Enfant qui dort beaucoup en classe .
- Enfant très angoissé-e.
- Enfant qui travaille trop.
- Enfant qui ne mange plus.
- Enfant qui a peur de retourner à l'école.
- Enfant qui a des marques sur le visage ou sur le corps.
- Enfant qui change de comportement, qui n'est plus le ou la même.



2. Apprendre aux enfants à signaler la violence



Affiche 9 : Tu n'es pas seul.e

Français
Bariba
Dendi
Peul

Signale toute violence sur toi ou sur un autre enfant !

Sonsiru bonri yindou sô, lakari sébu sariru sô

Dénindéniyo n' nan lakari kaniyo, n'mam' béyani kana ki n' nan sanan'nii. Sén'ni hèkan' tèn'sè aou n' hansinin sè!

Maatin catta fu gadanteda, naa bo de ji' uda suka gon wadana!

Frappé·e

Soobu

Kari yo

Piide

Tapé·e

Soobu ka sina

Faata yo

Jennooje

Insulté·e

Wonnu

Wobi yo

Wonnu

Brutalisé·e

Buku buku kobu

Boukou boukou tèyo

Tiidal

Moqué·e

Yaakobu/yinsu

Haru yo

Jaleede

Menacé·e

Bitèni kobu/Lakari

sébu

Bitani yo

Toyraa

Pressioné·e...

Nonni sonbu

Fitinan yo

Tiidela



Tu n'es pas seul·e ! Les enseignant·es et la direction de ton école sont là pour t'aider !

A n'da wunin nonni sonbu Kpuro. Ka wunin kpasi n'gia bôbu yaré/géré!

N' nan bara n' forokou! N'mintiriyo n'nan' kéou bougou harikoussou yo goonon n' bam' ga.

A tan bane !

3. Accompagner l'enfant victime de maltraitance



Fiche-outil 18 : Accompagner l'enfant victime de maltraitance

Ci-dessous, des recommandations en 4 étapes pour savoir comment faire pour aider un enfant en cas de maltraitance. Il ne s'agit pas de devenir un enquêteur ou une enquêtrice mais de fournir à l'enfant les aides appropriées. Quelle que soit la situation, il faut veiller à respecter la vie privée de l'enfant et la confidentialité.

1. Approcher l'enfant

- Garder en tête le principal objectif : venir en aide à l'enfant pour améliorer sa situation.
- Trouver le moment opportun et le lieu approprié pour parler.
- Installer un sentiment de confiance. Être attentif-ve à son propre langage oral et corporel afin de poser les premières bases de relations de confiance.
- Lui faire part de votre inquiétude à son sujet.
- S'adapter, respecter l'enfant ou le ou la jeune et lui parler avec un vocabulaire adapté à son âge.
- Poser des questions ouvertes, comme : Que puis-je faire pour t'aider ? En quoi puis-je t'être utile ?
- Montrer son intérêt pour ce que l'enfant ou le ou la jeune dit et pratiquer l'écoute attentive, sans parti pris et sans jugement.

Attention : Il peut y avoir des incohérences ou une certaine confusion dans les propos de l'enfant ou du ou de la jeune. Il ne faut pas s'en étonner, en particulier lorsque l'enfant a subi un traumatisme (car sa mémoire sera sélective, pourra être confuse, etc.).

2. Écouter activement et sans jugement

Écouter activement et sans jugement c'est mettre de côté tout jugement sur l'enfant ou sur la situation.

3. Réconforter et informer

Réconforter consiste à offrir un soutien émotionnel, notamment en faisant preuve d'empathie, en lui donnant de l'espoir d'un rétablissement, et à apporter une aide pratique pour les tâches qui peuvent lui sembler insurmontables à ce moment-là.

4. Encourager l'enfant ou le ou la jeune à aller vers des professionnel·les

Renseigner l'enfant ou le ou la jeune sur les solutions disponibles vers lesquelles il ou elle peut s'orienter pour obtenir de l'aide et du soutien. L'aider à identifier une personne de confiance pour le conduire dans un service social (centre social ou centre d'éducation spécialisée).

Guide de formation : Premiers Secours en Santé Mentale Jeunes Association PSSM France

4. Signaler/ Référencer les cas de maltraitance auprès des autorités



Fiche-outil 19 : Signaler/ Référencer les cas de maltraitance auprès des autorités

Lorsque le cas de violence est extrêmement grave, et que l'intégrité physique, psychique ou sexuelle d'un enfant est, ou semble, menacée, il est impératif de porter à la connaissance des autorités chargées de la protection de l'enfant des informations relatives au cas détecté, en vue d'une réponse de leur part.

Circuit de signalement dans un établissement scolaire

RESPONSABLE SIGNALEMENT	À QUI ?	COMMENT ?
Personnel Enseignant Personnel administratif des écoles Personnel de santé des écoles	Si présence de travailleurs sociaux ou travailleuses sociales : signalement à ces personnes Si absence de ces personnes : signalement au service social le plus proche, signalement aux services de sûreté/sécurité (commissariat, gendarmerie)	Information par téléphone Transmission de fiche de signalement Transmission de rapport sur le cas

Numéros de contact d'appel à l'aide (de la région)

LOCALITÉ	COMMISSARIAT	CONTACT
ALIBORI	Karimama	98 95 30 35
	Banikoara	60 92 90 90
	Malanville	63 86 55 23
	Kandi	69 89 77 81/97 07 61 80
ATACORA	Materi	98 73 88 21
	Tanguiéta	65 78 20 77
	Cobly	63 28 88 36
	Toucountouna	94 88 85 33

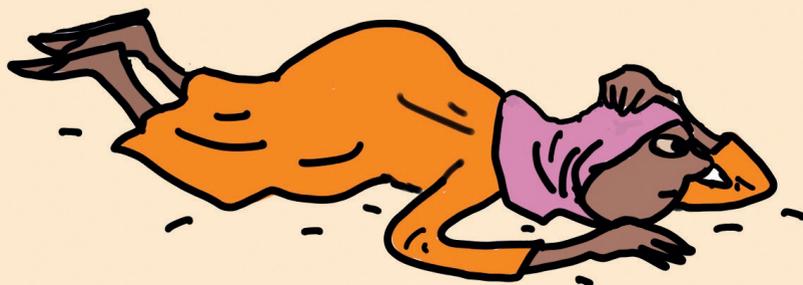
Des acteurs pouvant aider

Région/ zone	Nom de la structure	Groupes cibles	Services de prise en charge disponibles	Coordonnées du point focal
ALIBORI	CPS Karimama	Personnes handicapées Personnes âgées Groupe vulnérables Enfants et femmes	<ul style="list-style-type: none"> • Identifier, à travers une étude du terrain, les risques sociaux qui entravent le développement humain durable au sein de la communauté desservie ; • Œuvrer à la résolution programmée des problèmes sociaux en se basant sur les potentialités du milieu, les ressources de l'état et les appuis des partenaires ; • Donner des appuis conseils aux individus, aux familles et aux élus locaux en cas de nécessité ; • Contribuer à l'exécution des projets et programmes, de portée multisectorielle, compatible avec la mission du masm ; 	Chef CPS karimama : Cédric Assogba 67113767
	DDASM (alibori)			Ogou Juste : 97 60 41 86
	ONG AFVA (association des femmes vaillantes et actives) Unicef : PM...			95 74 41 21
	Centres des Sœurs OCPSP : Centre d'Accueil et de Protection Marie mère de Jésus de SEGBANA Centre de Récupé- ration des Enfants en situation diffi- cile de BAGOU			52 77 50 40 52 08 94 60

ATACORA	DEDRAS PSB			Séphora M'Po : +229 97 51 71 56 Léon Yakongou: +229 95 86 59 23
	Autre vie (communes d'intervention)	Jeunes filles scolarisées ou non-vulnérables Filles-mères abandonnée	<ul style="list-style-type: none"> • Compétence de vie • VBC • Santé de reproduction • Autonomisation 	Ricardo Avlessi: 97 68 07 03
	DDASM Natitingou		Coordination des actions des CPS	Yacoubou A. Mama : 96 97 23 53
	UNICEF			Chef bureau UNICEF Natitingou : 97 28 42 91 PIIAM Plan Inter- national Benin (Natitingou) : 95 86 59 23
	DEDRAS ONG			Superviseur du projet AGIR de DEDRAS ONG : 97 98 14 14
	Consortium : Action Education internationale et Plan internatio- nale (dans les 9 communes)	Ecoliers de 6 à 11 ans	Appui à la gouvernance et aux initiatives relais	
Centres des Sœurs OCSPS : Orphelinat les Saints Innocents de Natitigou Centre d'Accueil Sainte Thérèse de l'Enfant Jésus de TOUCOUTOUNA			Soeur Pancras Koba 96 23 94 38 / 66 24 87 77 64 37 69 91	

BORGOU	CPS Parakou 1	Voir (CPS)	Voir (CPS)	C/ CPS Parakou 1 Brice Satchivi : 95 04 31 77 Rosaline Ekue 66303809
	CPS Parakou 2			C/CPS Parakou 2 Hélène Lokohoun- de : 94 94 82 83
	PARAKOU APEM (Association pour la protection de l'Enfance Malheu- reuse) . NIKKI CPS			Directeur : 97 16 35 54 Educateur : 95 04 47 94 Secrétaire : 51 65 12 08 C/ C PS M. Akodo : 95 65 65 05
	Centres des Soeurs OCPSP : Orphelinat Sainte Thérèse de l'En- fant Jésus de TCHATCHOU Centre de Récupé- ration Nutrition- nelle Saint Emile de FÔ BOURÉ			69 68 25 40

THÈME IV



Prévoir le risque pour anticiper ses effets

Cette dernière partie du livret présente une fiche pour aider à se protéger au mieux des violences commises par des groupes extrémistes violents. Une autre fiche donne des conseils pour identifier une mine antipersonnel.

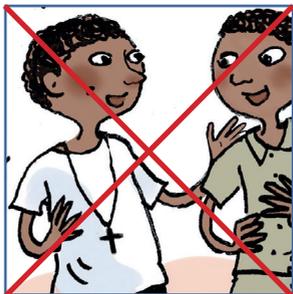
1. Adopter un comportement adapté en cas d'attaque terroriste



NE PAS S'EXPOSER AUX AGRESSEURS



Faire attention à sa tenue vestimentaire, (ex : éviter les couleurs et vêtements ressemblant à ceux des FDS, VDP ou Kolgwéogo.)



Selon sa religion, ne pas afficher son appartenance religieuse.



Éviter d'aller puiser de l'eau très tôt le matin (4h,5h) ou le soir vers 18h, dans les points d'eau auprès des camps, car ce sont des heures stratégiques de relèvement et de ravitaillement des Forces De Sécurité.



Éviter d'enregistrer dans son portable un numéro en spécifiant si la personne est un FSD, VDP ou Kolgwéogo dans les zones d'insécurité.

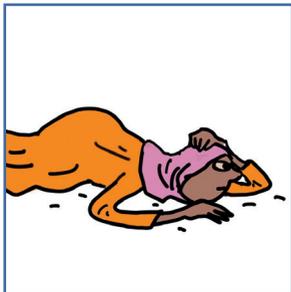


Si possible avoir toujours sur soi sa pièce d'identité ou un document d'identification. En plus, avoir des personnes à même de certifier votre présence dans le village.



Éviter de parler des terroristes en public. Utiliser des pseudonymes pour les désigner.

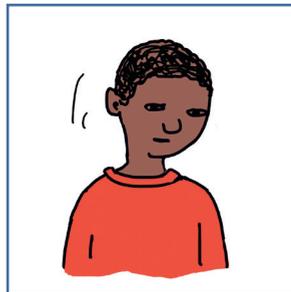
APPRENDRE À SE COMPORTEUR FACE AUX AGRESSEURS



Lors d'un coup de feu, se coucher au sol, chercher un abri dans une maison, un mur, ou un arbre.



Ne pas fuir ou faire demi-tour face à un agresseur qui vous interpelle.



Éviter de regarder dans les yeux, baisser la tête.



Répondre sincèrement aux questions des agresseurs.



Éviter de résister à l'agresseur sous n'importe quel prétexte.

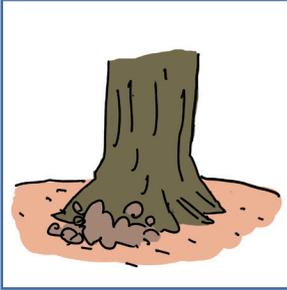


Ne pas faire de gestes brusques, comme par exemple en voiture, pour enlever la ceinture de sécurité.

2. Identifier une mine antipersonnel



Fiche-outil 21 : Identifier une mine antipersonnel



Observer son environnement pour identifier des indices de piège.

- Les endroits où la terre est remuée.
- Un fil dans le sol.
- Une branche sur le côté de la route, un habit suspendu dans un arbre...



Pour se déplacer :

- Ne pas emprunter une voie le premier
- Suivre les traces de pas déjà faites sur le chemin
- Ne pas dépasser un cortège de Force De Sécurité.



Graines de Paix
www.grainesdepaix.org

Graines de Paix
Carrefour Bidossessi
Immeuble les tours jumelles
BP 1072 Abomey-Calavi, Bénin
+229 90 87 95 90

Réalisé avec le soutien de :



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bureau de la coopération suisse au Bénin



REPUBLIQUE
ET CANTON
DE GENEVE

POST TENERBRAS LUX

Service de la solidarité internationale (SSI)