

Modules pour les jeunes (10-15 ans et/ou 15 + ans)

Module	Temps nécessaire	Cible
La puberté « spéciale garçon » <ul style="list-style-type: none"> • Les hormones • Les changements psychologiques et physiques pendant la puberté • L'anatomie • Clarifier les mythes autour des émissions nocturnes, éjaculations, et érections • L'hygiène pendant la puberté 	3.5 heures	Garçons, 10-15 ans et 15+ ans
La toxicomanie <ul style="list-style-type: none"> • L'ampleur du problème • Les effets néfastes de la cigarette et de l'alcool - au niveau individuel et au niveau de la société • Les bienfaits d'arrêter de fumer 	3 heures	Garçons et filles, 10-15 ans et 15+ ans
Dangers de la grossesse précoce et du mariage précoce <ul style="list-style-type: none"> • L'ampleur du problème • Les causes et conséquences • Prendre responsabilité • Ce que dit la loi 	3.5 heures	Garçons et filles, 15+ ans
Le leadership <ul style="list-style-type: none"> • Qualités d'un leader • Nos personnes modèles • S'auto-évaluer • Ce qu'on peut faire pour augmenter nos qualités de leadership • Une qualité clé du leadership : le travail en groupe • Une qualité clé du leadership : la bonne écoute 	3.75 heures	Garçons et filles, 10-15 ans et 15+ ans
La confiance en soi et communiquer avec confiance avec les parents et les prestataires de santé <ul style="list-style-type: none"> • Qu'est-ce que la confiance en soi ? • Auto-évaluation • Prendre confiance pour parler aux parents et aux prestataires 	3 heures	Filles, 10-15 ans et 15+ ans
La communication assertive <ul style="list-style-type: none"> • La communication non-verbale et la communication verbale • La différence entre la communication passive, agressive, et assertive • La pratique de la communication assertive • La communication assertive pour repousser l'influence négative des pairs et pour résoudre des conflits 	3.5 heures	Garçons et filles, 10-15 ans et 15+ ans
La puberté « spéciale filles » <ul style="list-style-type: none"> • Les hormones • Les changements psychologiques et physiques pendant la puberté • L'anatomie • L'hygiène pendant la puberté • Les règles : la science ; gérer ses règles, les mythes et tabous ; l'hygiène menstruelle 	6.5 heures	Filles, 10-15 ans et 15+ ans
Les relations saines <ul style="list-style-type: none"> • L'amitié saine • L'amour saine • La fidélité • Repousser les rapports sexuels • Le consentement au sein des relations 	6 heures	Garçons et filles, 15+ ans

Les stéréotypes de genre <ul style="list-style-type: none"> • Qu'est-ce qu'un stéréotype ? • La différence entre le genre et le sexe • Qu'est-ce qu'un stéréotype de genre • Les conséquences des stéréotypes de genre sur la société • Combattre les stéréotypes de genre 	3.5 heures	Garçons et filles, 10-15 ans et 15+ ans
La nouvelle masculinité et combattre la violence basée sur le genre <ul style="list-style-type: none"> • Qu'est-ce qu'un stéréotype de genre et les conséquences des stéréotypes de genre sur la société • La violence basée sur le genre • Les fondations des relations saines • Exprimer sainement ses émotions • Redéfinir l'homme et nouveaux types de courage 	6 heures	Garçons, 15+ ans

Modules pour les adultes

Module	Temps nécessaire	Cible
Des techniques pour mener des séances efficaces avec les jeunes <ul style="list-style-type: none"> • Gérer et motiver les participants • La bonne communication et la bonne écoute • L'importance de l'assertivité • Conseils pour parler en public 	3.5 heures	Animateurs-éducateurs
Appuyer ses enfants pendant la puberté <ul style="list-style-type: none"> • Définir l'adolescence et les stades de développement • Changements physiques et psychologiques pendant l'adolescence • L'importance de la communication assertive • Répondre aux différents comportements des adolescents • Evaluer ses propres valeurs • Causes et conséquences de la grossesse précoce • Actions à prendre en tant que parent 	5.5 heures	Parents ayant des enfants en âge de puberté
Renforcer les techniques de communication avec les clients adolescents <ul style="list-style-type: none"> • Les adolescents • La bonne écoute • Encourager le client • Communiquer clairement avec les clients • Le respect du client • Le counseling pour la communauté et la pratique 	5.5 heures	Prestataires de santé
L'hygiène menstruelle <ul style="list-style-type: none"> • Les jeunes filles et la puberté • L'anatomie • La menstruation • Comment soutenir les jeunes filles • L'hygiène menstruelle et les tabous • Passer à l'action 	4 heures	Adultes, y compris les enseignants

Note : Les horaires ici incluent les temps de pause mais pas le temps de déjeuner. Il est recommandé de prévoir une pause goûter pour les séances courtes d'environ 15 minutes, et 2 pauses goûter d'environ 15 minutes chacune pour les séances longues