

144

81 EN

# L'ENSEIGNEMENT SANITAIRE PAR LES HISTOIRES

REFERENCE  
CITY WA SUPPL

**David Hilton M.D.**

144-81EN-5399

L'ENSEIGNEMENT SANITAIRE  
PAR LES HISTOIRES

David Hilton M.D.

LIBRARY, INTERNATIONAL REFERENCE  
CENTRE FOR COMMUNITY WATER SUPPLY  
AND SANITATION (IRC)  
P.O. Box 93150, 2509 AD The Hague  
Tel. (070) 814911 ext. 141/142

RN: 15N 5399  
LO: 144 01EV

## AVANT-PROPOS

Nous avons fait l'expérience, dans le Nord-Est du Nigéria, d'utiliser les histoires aux fins de l'enseignement sanitaire. Ayant été fort impressionnés par les bons résultats qui se sont produits, nous nous sommes décidés de vous mettre au courant de cette méthode, dans l'espoir que ceci permettra à beaucoup plus de monde de jouir d'une pleine santé.

Bien que nous utilisions cette méthode depuis déjà quatre ans, il nous reste encore beaucoup à apprendre. Pour cette raison, nous demandons aux lecteurs de ce livret de nous aider à le perfectionner. Si vous voyez de modifications ou d'autres moyens susceptibles d'améliorer ou de rendre plus efficace l'enseignement, prière de ne pas hésiter à nous les communiquer pour qu'on puisse les incorporer dans d'autres éditions ultérieures.

Je suis reconnaissant aux enseignants et élèves de L'Ecole de Formation en Santé Rurale de Lardin Gabas de la contribution qu'ils ont apportée aux histoires dont nous nous sommes servis, ainsi qu'à mon épouse de ses nombreuses observations utiles et la préparation et duplication du manuscrit.

Nous espérons que l'emploi de ces simples cours aboutira à faire connaître à de beaucoup plus nombreux les bénéfices de la santé, et par suite, à la plus grande gloire de Dieu.

Dr DAVID HILTON, MD  
Spécialiste en Médecine Interne  
Programme de Santé Rurale  
de Lardin Gabas  
PO Box 626  
Jos, NIGERIA

Octobre, 1979

## NOTES ET REMERCIEMENTS DU TRADUCTEUR

C'est la conviction que cette méthode d'enseigner la santé conviendrait aussi bien aux populations rurales de l'Afrique francophone qu'à celles de l'Afrique anglophone qui m'a incité à faire la traduction de ce texte. J'ai changé les noms des personnages, et aussi les événements de certains des récits afin de présenter de façon plus exacte les situations familiales et culturelles du Rwanda; l'enseignant lui-même adaptera encore davantage les détails des histoires comme bon lui semblera. J'ai ajouté au texte original une histoire sur le Contrôle des Naissances, ainsi qu'une deuxième histoire sur la Malnutrition.

Je suis redevable à Mlle Anne Espitalié de sa généreuse collaboration à la traduction du texte ainsi qu'à la première correction du manuscrit. J'aimerais aussi exprimer à Mme Margot Cameron et à Mme Rosalind Woodhouse mes vifs remerciements d'avoir apporté tant de soin à la tâche de perfectionner et de dactylographier la traduction du texte. Les illustrations (uniques à la version française) sont des reproductions tirées, soit en état original ou de façon adaptée au nouveau texte, de l'oeuvre de David Werner, "WHERE THERE IS NO DOCTOR" (2ème éd., Palo Alto 1978), publiée par l'Hesperian Foundation.

Ce livret est publié par:            Tear Fund  
   11 Station Road  
   Teddington  
   Middlesex TW11 9AA  
   Great Britain

à qui prière d'adresser  
les commandes d'exemplaires supplémentaires.

Dr Richard Rowland,  
Médecin Agréé  
auprès du Gouvernement rwandais  
Eglise Episcopale au Rwanda  
Hôpital de GAHINI  
BP 22 KIGALI, Rwanda

Brighton, avril 1981

## TABLE DES MATIERES

|   | <u>page</u> |
|---|-------------|
| <u>INTRODUCTION</u>   |             |
| L'Enseignement par les histoires  | 1           |
| Les possibilités infinies que<br>présentent les paraboles               | 6           |
| Pourquoi l'éducation sanitaire?   | 7           |
| Détails des méthodes qu'utilise<br>l'enseignement                       | 9           |
| <br>  |             |
| <u>CHAPITRE I</u>   |             |
| <u>LA MALARIA</u>   |             |
| 1. Zaninka parle à Numukobwa de la<br>malaria                           | 11          |
| 2. Madame Nyiramana apprend comment<br>éviter la malaria                | 13          |
| 3. Théâtre et Chansons  | 15          |
| 4. Consultations anti-paludiques pour<br>enfants âgés de moins de 5 ans | 15          |
| <br>  |             |
| <u>CHAPITRE II</u>  |             |
| <u>LA DIARRHÉE</u>  |             |
| 1. Sindamuka et sa femme apprennent<br>comment éviter la diarrhée       | 17          |
| 2. Le meilleur traitement pour la<br>diarrhée                           | 20          |
| 3. Théâtre et Chansons  | 23          |
| 4. Comment préparer la Solution<br>Sucre et Sel                         | 24          |
| <br>  |             |
| <u>CHAPITRE III</u>   |             |
| <u>LES VERMINOSES INTESTINALES</u>                                      |             |
| 1. L'Ascariidiose   | 25          |
| 2. L'Ankylostomiase sur la colline<br>de Kigufi                         | 26          |
| 3. Niyonshima se renseigne sur<br>le ténia                              | 28          |
| 4. Théâtre et Chansons  | 29          |
| 5. Révision : Devinettes  | 30          |

TABLE DES MATIERES  
(suite)

|   | <u>page</u> |
|---|-------------|
| <u>CHAPITRE IV</u>  |             |
| <u>LATRINES</u>   |             |
| 1. L'Importance d'utiliser la latrine   | 31          |
| 2. Théâtre et Chansons  | 33          |
| 3.)   |             |
| 4.) Creuser une latrine   | 34          |
| 5.)   |             |
| <br>  |             |
| <u>CHAPITRE V</u>   |             |
| <u>LA MALNUTRITION</u>  |             |
| 1. Nzabahoneza découvre les moyens de donner une meilleure nourriture à ses enfants | 36          |
| 2. Hélène et Viviane luttent contre la malnutrition                                 | 38          |
| 3. Théâtre et Chansons  | 43          |
| 4. Comment préparer les aliments mi-solides   | 43          |
| 5. Comment se fabriquer un instrument pour mesurer la croissance des enfants        | 43          |
| 6. Evaluation de l'état nutritionnel des enfants                                    | 44          |
| 7. Révision   | 44          |
| <br>  |             |
| <u>CHAPITRE VI</u>  |             |
| <u>PLANIFICATION ET CONTROLE DES NAISSANCES</u>                                     |             |
| Planifier : la clé du bien-être et de la bonne santé                                | 47          |

-----oOo-----

## INTRODUCTION

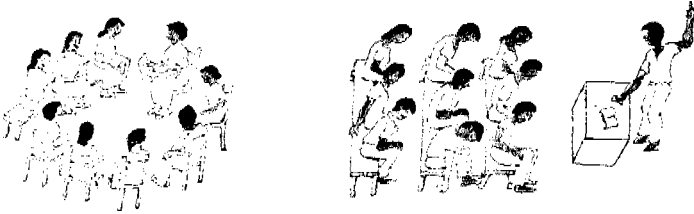
### L'ENSEIGNEMENT PAR LES HISTOIRES

Les méthodes audio-visuelles les plus efficaces, à savoir les paraboles et théâtre, sont celles que l'on utilise déjà depuis des siècles. Le Programme de Santé Rurale à Lardin Gabas en a également fait l'expérience au cours de ses activités dans une région isolée et peu développée du Nord-est du Nigéria. Les analphabètes, qui apprennent traditionnellement par voie orale, deviennent souvent confus lorsqu'on leur montre des photographies ou dessins. Chaque éducateur sanitaire connaît non seulement les symptômes d'ennui et d'agitation qui se manifestent pendant les cours d'enseignement, mais aussi les frustrations fréquentes que lui-même éprouve devant la non-réussite d'innovations qu'il essaye d'y apporter. D'après notre expérience, l'enseignement par histoires aide beaucoup à résoudre les problèmes rencontrés.

La technique sur laquelle se base l'éducation sanitaire par histoires consiste à incorporer dans le récit d'une histoire les objectifs de l'enseignement, en exposant, sous forme d'aperçu général, comment certains problèmes de santé d'une ou plusieurs personnes se sont résolus du fait d'avoir apporté quelques changements aux pratiques traditionnelles. Par exemple, l'histoire d'un village attaqué par des bandits habitant les collines environnantes sert très bien à expliquer la philosophie fondamentale du programme: les villageois, ayant longtemps continué, selon leur habitude traditionnelle, à soigner les blessures des victimes des bandits, se décident finalement à s'unir afin de se débarrasser des bandits en les mettant en prison, et finissent par vivre toujours heureux. En racontant l'histoire d'une jeune mère à la maman d'un enfant malade, il faut éviter toute référence à l'insuffisance éventuelle de la dernière, de sorte à lui permettre de s'identifier avec la mère de l'histoire et d'en tirer ainsi profit. Ainsi en est-il aussi pour une femme qui amène à la clinique un enfant souffrant de diarrhée: apprendre l'histoire d'une autre famille où la diarrhée avait été un problème fréquent, la rendra à même de résoudre son propre problème en prenant soin de la nourriture et de la préparation de l'eau.

### Aucun besoin de formation médicale

Durant leur stage de trois mois, les élèves en santé rurale - que les villageois-mêmes choisissent entre eux - ne reçoivent aucune instruction didactique sur l'éducation sanitaire. On sait que ces stagiaires enseignants, plutôt que de recourir à des discours, continueront à leur tour à agir selon les mêmes méthodes d'enseignement que celles utilisées au cours de leur propre formation. Les enseignants conduisent les cours



Causez avec les gens ... ne leur faites pas des discours!

en se racontant des histoires devant la classe; ensuite ils invitent les étudiants à raconter ce qu'ils en ont appris, ainsi qu'ils auront eux-mêmes à le faire en rentrant de nouveau au village. Chaque étudiant se met maintenant à en faire à son tour la répétition. Raconter des histoires n'exige aucune formation médicale de la part des enseignants. De ce fait se trouve surmonté l'un des plus graves obstacles à l'extension des services de santé de base: le manque de collaborateurs.

Les étudiants, âgés de 20 à 50 ans, dont un homme et une femme respectivement de chaque village, sont très doués pour varier la scène ainsi que les personnages ou événements des histoires, et s'intéressent vivement à les dramatiser et à composer des chants adaptés à leur contenu.

### Efficacité

Il est certain que ce genre d'enseignement sanitaire est efficace. L'une des histoires utilisées par les agents de santé concerne une femme qui avait connu la perte de trois bébés, morts de fièvre. Finalement, ayant amené son dernier-né à une clinique pour qu'il reçoive du daraprim, elle le voit grandir en bonne santé.

La plupart des villages qui ont pu jusqu'à présent tirer profit de cet enseignement constate comment un grand pourcentage des enfants fréquente les cliniques, tandis que d'autres villages, plus anciens, annoncent avec joie que les femmes ne passent plus la plus grande partie de leur temps sur la route en allant à des dispensaires lointains pour se faire traiter contre la fièvre.

Au moment où nous nous approchâmes d'un village qu'on allait visiter, un agent de santé se précipita joyeusement vers nous pour nous annoncer que, dès son retour, 35 personnes s'étaient



creusé au cours de l'année leurs propres puits. L'agent avait profité de toute occasion pour raconter l'histoire d'un village où la plupart de la population souffrait chroniquement de douleurs et distensions abdominales accompagnées d'urines sanguineuses; comment les villageois creusèrent ensuite suffisamment de puits pour assurer leurs besoins en eau potable et d'utilité afin d'éliminer la nécessité d'utiliser un marécage voisin; et comment, grâce au traitement adéquat contre la schistosomiase, dont ils disposaient dans le dispensaire le plus proche, les villageois de l'histoire virent largement se diminuer leur problème.

Les agents de santé rurale d'un autre village, récemment installés dans un nouveau poste de santé, y passèrent leur première semaine à laver et panser les ulcères tropicaux dont 40 écoliers souffraient aux jambes. En leur rendant ce service, les agents racontèrent l'histoire d'une famille dont les enfants avaient connu le même problème jusqu'au moment où ils commencèrent à se laver régulièrement tous les jours avec de l'eau et du savon. Lors de notre dernière visite aucun enfant de ce village ne souffrait d'ulcères aux jambes.

Le tétanos néonatal tue un grand nombre de bébés dans la région parce que le cordon ombilical est coupé avec une tige de blé et qu'on se sert de la terre pour arrêter l'écoulement du sang. A ceux qui fréquentent les cliniques prénatales les collaborateurs font apprendre l'histoire d'une femme qui, après avoir perdu deux bébés présentant les symptômes de tétanos, réussit finalement à maintenir en vie ses subséquents bébés grâce à la sage-femme qui lui enseigna à se laver les mains, à étaler par terre un linge propre, et à se servir d'une lame de rasoir et d'un bout de ficelle préalablement stérilisé par ébullition pour effectuer la séparation du cordon ombilical. On a vu l'élimination presque totale du tétanos néonatal dans les villages profitant de cet enseignement.

### Croyances traditionnelles

Les histoires traitent souvent de croyances, ou superstitions, traditionnelles. On rencontre la pratique courante d'attacher des amulettes aux extrémités des enfants pour éloigner les maladies, dans l'histoire de la mère dont l'enfant attrape, malgré cette précaution, la rougeole. Dès que la mère apprend qu'ajouter à l'amulette, les vaccinations et mesures prophylactiques destinées à combattre le paludisme la rend plus efficace, ses autres enfants ne succombent pas à la rougeole.

### Parabole

Une autre histoire nous présente un fermier à qui le fils demande pourquoi il n'avait pas semé son blé de façon plus serrée

afin d'en augmenter la récolte; le père explique que de laisser d'espace entre les plantes leur permet de mieux pousser et de se produire davantage. Cette histoire se suit de questions destinées à faire connaître que ce même principe peut s'appliquer également aux hommes.

### Occasion

En plus de l'effet valable qu'elles exercent parmi les malades qui viennent se faire soigner, les histoires sont d'une utilité aussi pertinente lorsqu'on se les raconte dans les réunions villageoises telles que les mariages et les cérémonies servant à donner son nom à un nouveau-né. Elles conviennent également bien lors de la présentation de pièces de théâtre dans les écoles ou au sein de réunions de femmes organisées par l'église, ou encore à l'occasion de visites à domicile rendues par les agents de santé. On entend souvent chanter les paysans au rythme du grain qu'ils battent, ou du blé qu'ils broient. Les agents de santé reviennent se perfectionner deux fois par an au centre de formation, pour apprendre des nouvelles histoires et réviser les anciennes.



Ce que vous conseillez, suivez-le vous-même  
(sinon, qui vous fera attention?)

Tout le monde peut le faire!

Inventer les histoires est à la portée de quiconque doué de l'imagination et possédant de simples connaissances de la santé. Les ingrédients essentiels sont les objectifs de base de l'éducation sanitaire et un scénario inspiré par la culture locale.

Nos objectifs relatifs à la nutrition infantile sont les cinq qui suivent:

1. continuer aussi longtemps que possible la période d'allaitement;
2. à l'âge de quatre mois commencer à donner la bouillie de cacahouettes;
3. à l'âge d'un an commencer à donner des gâteaux de haricots et d'autres aliments;
4. commencer par nourrir cinq fois par jour l'enfant;
5. retarder de deux ans, au moins, la prochaine grossesse.

Sur ces objectifs se base l'histoire d'une femme dont le bébé de neuf mois commence à perdre du poids, et s'affaiblit. L'un des collaborateurs à la Clinique des malades de Consultation externe s'aperçoit qu'elle est enceinte; il lui explique le plan d'alimentation et ce qu'elle devrait faire pour retarder la prochaine grossesse; l'histoire se termine bien pour mère et enfant.

L'éducation par histoires - technique qui vend toute chose aux téléspectateurs sophistiqués du monde entier, depuis la pâte dentifrice jusqu'aux automobiles - fonctionne bien pour nous aussi sur le plan sanitaire. Ce fait nous permet de croire qu'il n'y a aucun doute que les histoires puissent s'utiliser presque partout pour aider les gens à s'améliorer la santé.

A titre d'exemple, nous citons l'histoire (initiée par un agent de santé anonyme) de Niyonshuti et sa femme, des fermiers qui habitaient la région de Kibindi. Parmi les habitants de la région il y avait de nombreux qui non seulement n'avaient pas assez de latrines mais, en plus, n'utilisaient pas celles qui existaient. Ils tiraient l'eau d'un ruisseau. Niyonshuti et sa femme commencèrent à souffrir de douleurs abdominales accompagnées d'une diarrhée fortement glaireuse. Ils s'affaiblirent progressivement. Or c'était un problème qui frappa souvent leur village.

Un jour qu'elle alla au ruisseau chercher de l'eau, la femme de Niyonshuti se sentit trop faible pour se poser la cruche d'eau sur la tête. Un passant lui demanda ce qu'elle avait. Il lui dit, "Ce que vous êtes faible, même vos yeux sont

enfocés." Elle lui parla de sa diarrhée chronique et de ses crampes abdominales. Il demanda s'il y avait des latrines au village. La réponse était que non. Il lui dit que le problème provenait de petits microbes transmis par le corps d'une personne dont les selles sont infectées. Ces microbes peuvent être transmis à d'autres personnes par des mouches ou même le vent. Il lui dit que les villageois devraient enterrer leurs selles dans une latrine bien couverte ou dans le sol à l'aide d'une houe. "Demandez donc aussi aux hommes du village," continua-t-il, "de protéger la partie du ruisseau où vous tirez l'eau, de façon à empêcher les vaches de s'y approcher; vous arriverez ainsi à avoir de l'eau non infectée de microbes." Il lui parla en plus d'un poste de santé situé non loin d'elle, où elle pourrait s'obtenir des médicaments contre la maladie.

A cause de sa faiblesse elle eut du mal à rentrer chez-elle avec l'eau, mais une fois arrivée, voilà qu'elle repartit avec son mari pour se faire soigner tous les deux. Ensuite se sont-ils creusés une latrine et un puits. Les autres villageois en firent autant, et sous peu se trouvèrent-ils tous en bonne santé.

#### LES POSSIBILITES INFINIES QUE PRESENTENT LES PARABOLES

adapté de The Gospel of Matthew de William Barclay  
Vol.II, pp 61ff

Les paraboles sont "la vérité en images". Nous pouvons nous demander pourquoi Jésus, l'un des maîtres suprêmes des petites histoires, s'est servi de cette méthode et quels sont les avantages spéciaux qu'elle offre.

a) Les paraboles nous conduisent à une vérité concrète. Les personnes capables de saisir et comprendre les idées abstraites sont rares; la majorité pense en images. Nous essayons de décrire la beauté; mais plus facile est dire "c'est une belle personne", et cette description suffit. Pour qu'elle soit comprise et de conséquence, une parabole doit être révélatrice, elle doit faire surgir dans l'esprit humain la substance d'une grande idée; et la qualité primordiale qui la caractérise c'est qu'elle présente la vérité sous une forme d'imagerie visible et compréhensible à tout le monde.

b) Si l'on désire communiquer à d'autres un enseignement qui leur est incompréhensible, on doit commencer par aborder des choses qu'ils comprennent déjà. La parabole commence par l'exposition d'un sujet qu'un chacun comprend puisque cela fait partie de son expérience, et à partir de là est susceptible de le mener vers des choses qu'il ne comprend pas.

c) La grande valeur éducative de la parabole provient du fait qu'elle crée de l'intérêt. Le moyen le plus sûr d'intéresser les gens, c'est de leur raconter des histoires. (Le moyen le plus sûr de perdre leur intérêt, c'est de leur faire un cours.) Dès qu'un individu cesse de s'intéresser pour quelque chose, on n'arrive plus ni à le faire écouter ni à regagner son attention. Les histoires éveillent toujours l'intérêt.

d) Une parabole permet à une personne de découvrir toute seule et d'elle-même la vérité. Elle ne se met pas à penser à la place d'un autre. Elle se dit: "Voilà une histoire, comment distinguer la vérité? Qu'est-ce que cela signifie pour moi? Essaie de découvrir pour toi-même." Ce sont des choses qu'on ne peut pas dire à un autre, il doit se les découvrir lui-même. Walter Pater a dit qu'on ne peut pas dire ce qui est vrai à quelqu'un, on ne peut que le diriger de façon à lui permettre de le découvrir tout seul. A moins que nous ne découvrons la vérité nous-mêmes, elle demeure pour nous chose éloignée; et à moins de découvrir la vérité nous-mêmes, nous l'oublierons rapidement. En obligeant les gens à formuler leurs propres conclusions et leurs propres pensées, la parabole leur rend la vérité plus réelle et la fixe dans leur mémoire.

e) La parabole, ainsi que Jésus l'utilisa, était chose parlée, non lue. Son impact devait être immédiat, et non le résultat d'une longue étude appuyée de commentaires et de recours à des dictionnaires. De même qu'un éclair illumine une nuit obscure, de même la vérité illumine l'esprit d'une personne.

#### POURQUOI L'EDUCATION SANITAIRE?

"La santé, c'est la richesse", comme le dit un ancien proverbe. Personne n'aime être malade. Pourtant la plupart des efforts initiés par l'Education Sanitaire sont inefficaces pour améliorer de façon réaliste la santé des masses.

Pourquoi? L'une des raisons provient du fait que l'Education Sanitaire a besoin de s'associer à une motivation solide pour lui permettre de supprimer ou modifier certaines habitudes connues d'être sources directes de la maladie. Raconter l'histoire de quelqu'un qui avait réussi à résoudre des problèmes pareils à ceux des auditeurs aboutit souvent à une identification menant à la motivation.

### But de l'éducation sanitaire

Le but de l'éducation sanitaire n'est point d'augmenter les connaissances mais plutôt d'encourager le développement d'habitudes saines. Il est recommandé aux enseignants d'éviter toute forme de méthodes mécaniques telles les récitations par coeur de faits biologiques, parties du corps humain, etc. Pour les masses, le besoin le plus urgent est celui de savoir QUOI FAIRE pour être sain.

### Les méthodes

Les participants aux cours habituels que dispense l'Enseignement Sanitaire perdent tous rapidement intérêt. Les agents sanitaires, de leur part, se rendent très bien compte de la nature négative et peu valable des résultats que produisent les méthodes d'enseignement adoptées.

Pourtant, tout le monde aime les contes. Raconter des histoires et proverbes demeure depuis des siècles, dans les traditions africaines, la façon d'apprendre. Le théâtre représente la première, et d'après nous la meilleure méthode d'enseignement audio-visuelle. Les images se détériorent vite à cause des dommages occasionnés par les fourmis ou un toit qui laisse entrer la pluie. Les piles d'appareil enregistreur s'usent vite, mais les contes restent inépuisables et toujours à disposition là et partout où se trouve du monde. Pour cette raison nous nous servons uniquement de contes pour tous aspects de notre enseignement sanitaire, et recommandons à vous les lecteurs d'en faire autant.

### Les options d'éducation sanitaire

Les maladies les plus fréquentes de l'Afrique-Occidentale peuvent être évitées en menant une vie hygiénique. Un gramme de prévention vaut, bien sûr, un kilo de cure.

Les cours traitent en premier lieu, et par ordre de prévalence, des problèmes sanitaires les plus graves, à savoir: le paludisme, les maladies diarrhéiques, les verminoses intestinales, la malnutrition. Bien que la méningite soit souvent traitée de qualificatifs dramatiques, ce sont les quatre pré-citées qui constituent les maladies meurtrières en Afrique-Occidentale. Il y a ensuite 24 cours dont chacun d'une durée d'approximativement deux heures, y compris les révisions et introduction aux cours, etc. Une certaine flexibilité permet l'adaptation de ces cours au programme scolaire (dont la durée est d'une année), à raison d'une leçon par semaine.

### Obligations

Quand les étudiants sont prêts à rentrer chez-eux on leur conseille d'utiliser histoires, chansons et proverbes dans

leurs communautés. Ils auront à collaborer avec le Directeur d'école et les associations locales de femmes, etc. Ensuite, à l'occasion de leur subséquent retour, pourraient-ils raconter leurs expériences, et discuter de ce qui a été réalisé et d'autres problèmes éventuels.

### Elèves ou Enseignants?

Ceux qui auront profité de l'enseignement devraient à leur tour apprendre aux autres à s'améliorer la santé: l'évaluation des visites à domicile est à conseiller pour constater s'ils mettent en pratique ce qu'ils ont appris.

## DETAILS DES METHODES QU'UTILISE L'ENSEIGNEMENT

### I. Histoires

- a. Le professeur raconte l'histoire à la classe.
- b. A la fin de l'histoire, le professeur pose des questions à la classe pour voir ce qu'elle a appris.
- c. Une personne est choisie parmi les étudiants qui aura à répéter l'histoire.
- d. Le professeur et les autres élèves en évaluent la performance.
- e. La classe se divise ensuite en groupes de quatre ou cinq personnes.
- f. Chaque élève raconte à son tour l'histoire à son groupe jusqu'à ce que tous aient eu l'occasion de le faire.
- g. Chaque groupe joue une courte pièce de théâtre basée sur les histoires, les élèves jouant le rôle d'acteurs.
- h. Dès que tout est terminé la classe se réunit de nouveau pour que chaque groupe présente à son tour sa pièce devant toute la classe.
- i. La classe évalue ensuite chacune des présentations, et si ceci se désire, sélectionne celle qu'elle estime être la meilleure pièce. Cette procédure nécessitera deux heures, dépendant du nombre d'élèves.

### II. Théâtre

Le groupe qui aurait joué la meilleure pièce aura droit à se servir comme décor de houes, pots, etc., afin de la présenter à l'ensemble de l'école, à une école primaire voisine, ainsi qu'à une réunion de femmes ou autre rassemblement villageois.

### III. Chants et devinettes

Chaque membre de la classe devra composer une chanson sur le thème de l'histoire et la faire apprendre par les autres membres (les Africains possèdent presque tous un talent naturel pour composer les chants antiphoniques). D'autres ont des dispositions pour inventer les devinettes (voir l'exemple à la page 30).

### IV. Autres leçons

Ici peuvent s'inclure des leçons qui enseignent à mettre en pratique les leçons apprises à l'aide d'histoires. Ce genre d'enseignement exigera une préparation préalable pour s'assurer de la disponibilité du matériel nécessaire. Le professeur aura toujours à prévoir bien d'avance les détails de la prochaine leçon.

### V. Révision

Il est essentiel que du temps suffisant soit consacré à réviser les histoires déjà étudiées. La première et la dernière leçon de chaque trimestre serviraient bien aux fins de ces révisions.



CHAPITRE ILA MALARIALeçon No.1    Zaninka parle à Numukobwa de la malaria

Zaninka et Numukobwa habitaient une ville tout près du lac Muhazi. Elles avaient été enfants ensemble, et se sont mariées le même jour. Zaninka épousa un proche voisin, Numukobwa un homme de Kigali. Toutes les deux eurent des enfants.

Zaninka était bonne ménagère; en plus tenait-elle ses enfants bien propres. Elle les amenait régulièrement à l'Ecole des Parents pour les consultations pré-scolaires où ils recevaient chaque mois du daraprim pour les empêcher d'avoir la malaria. Ses enfants n'avaient pas constamment la malaria comme ceux qui ne prenaient pas le daraprim.

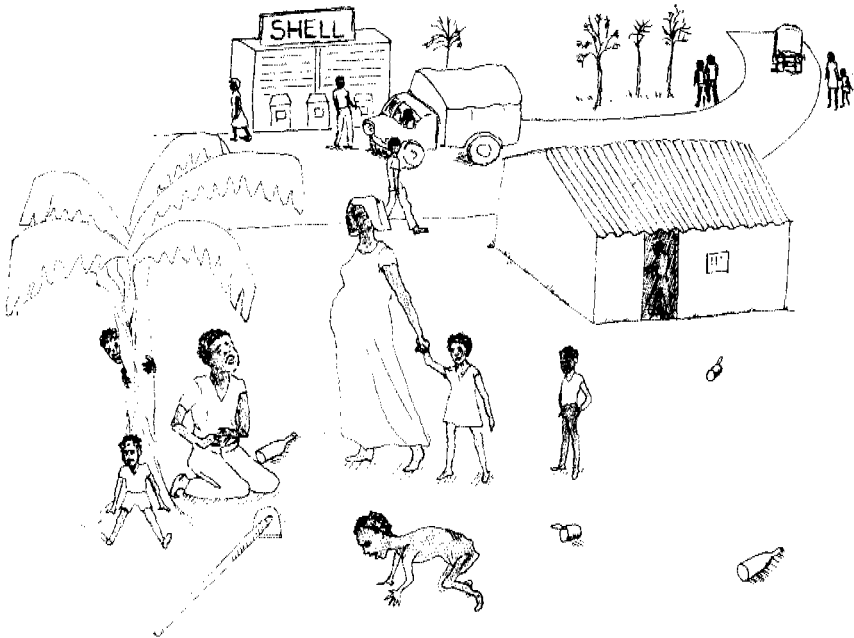
A Kigali, Numukobwa ne soignait pas convenablement ses enfants. Elle se disait que puisqu'ils vivaient en ville ils n'attraperaient pas si facilement les maladies propres aux régions rurales. Loin de donner à ses enfants du daraprim pour éviter la malaria elle ne les tenait pas propres, et négligea également la maison. Elle ne balayait jamais. Des marmites cassées, boîtes vides et bouteilles traînaient partout à l'extérieur. Elle se disait qu'il ne valait pas la peine de soigner un logement appartenant à autrui. Or ces récipients étaient remplis d'eau dans laquelle se multipliaient les larves de moustiques. Il y avait tellement de moustiques dans la maison qu'on avait de difficultés à dormir la nuit. Les enfants ne se portaient pas bien non plus. Ils avaient sans cesse de la fièvre, et mal à la tête.

Un jour, le petit garçon de Numukobwa eut un accès de fièvre, et il mourut. Une semaine plus tard, sa fille aussi eut la fièvre et mal à la tête; elle vomissait et était très faible. Numukobwa se dit que puisqu'ils étaient venus d'une région étrangère, les mauvais esprits leur faisaient du tort. Elle se rendit chez un guérisseur traditionnel qui donna à l'enfant les fèces d'un oiseau. Mais cela ne lui fit aucun bien. Finalement la fille mourut elle aussi.

Numukobwa et son mari se tourmentaient à cause de ce qui s'était passé. Et puis eux aussi tombèrent malade de fièvre, et eurent mal à la tête. Zaninka de son côté entendit parler de la mort des enfants de Numukobwa. Elle s'en alla rendre visite à Numukobwa et son mari. En arrivant à Kigali, on la dirigea chez Numukobwa. Zaninka eut du mal à y dormir à

cause des piqûres de moustique. Elle avait remarqué les boîtes, bouteilles et marmites cassées qui encombraient l'extérieur. Là où l'on se lavait il y avait de l'eau stagnante dans laquelle les moustiques pondaient leurs oeufs, qui se développaient en larves.

Zaninka conseilla à Numukobwa de ramasser toutes les boîtes, bouteilles et marmites cassées, et de les enterrer dans un trou. Elle devrait aussi, lui dit-elle, évacuer l'eau de l'endroit où l'on se baignait, ce qui ferait se diminuer la population de moustiques. "Les moustiques," lui dit-elle, "se multiplient dans l'eau stagnante. Les moustiques disséminent la malaria. Les enfants ont besoin qu'on les amène à l'Ecole des Parents pour qu'ils puissent recevoir le médicament préventif qu'ils devraient prendre tous les mois."



Déchets de pots, bouteilles et boîtes,  
enterrons-les

Numukobwa suivit les conseils de Zaninka. Ils fréquentèrent leur Centre local de Consultations pré-scolaires et y reçurent un produit qui les aida à se remettre de la fièvre et de leurs crises de mal de tête. Ils reçurent aussi tous les mois du daraprim. Elle prit l'habitude de balayer et d'éliminer à l'extérieur tout endroit où pourraient se multiplier les moustiques. Dorénavant se trouvèrent-ils tous en meilleure santé.

- Questions:
1. Qu'est-ce qui est arrivé aux enfants de Numukobwa?
  2. Pourquoi les enfants de Zaninka se portaient-ils bien?
  3. Quels conseils Zaninka a-t-elle proposés à Numukobwa?
  4. Quel est le médicament qui empêche qu'on attrape la malaria?

## Leçon No.2 Madame Nyiramana apprend comment éviter la malaria

Il y avait une certaine femme qui s'appelait Mme Nyiramana, qui avait un fils qui était constamment malade. Elle était vendeuse de boîtes et de bouteilles. Partout dans sa clôture on voyait des boîtes et des bouteilles, dans lesquelles s'accumulait de l'eau. Des myriades de moustiques se multipliaient dans cette eau stagnante.

Elle s'étonnait de ce que son fils attrapait tout le temps la fièvre. Il eut un jour une céphalée affreuse et une fièvre élevée accompagnée de frissons. Mme Nyiramana s'acheta chez une voisine quelques comprimés d'aspirine et un comprimé de nivaquine pour le garçon. Mais la fièvre ne descendit pas. Alors elle l'amena chez le guérisseur, qui lui donna un médicament.

Quelques jours plus tard, le garçon mourut. Mme Nyiramana parla sans cesse du fait qu'elle lui avait donné de l'aspirine et du nivaquine, mais sans aucun succès. Elle ne pouvait pas comprendre pourquoi le garçon eut tant de malaria. Elle se demanda si peut-être Dieu ne voulait pas que le garçon continue à vivre.

Mme Nyiramana continua longtemps à se tourmenter l'esprit à cause de ce qui s'était passé. Un jour entendit-elle parler d'un agent sanitaire qui habitait non loin d'elle. Elle alla le voir. Elle lui raconta l'histoire du décès de son fils. L'agent sanitaire lui dit qu'il aimerait lui rendre visite pour voir sa maison. En arrivant chez-elle il voyait

des myriades de moustiques qui sortaient de partout, car c'était le soir. L'agent sanitaire vit des boîtes et des bouteilles partout dans la clôture qui contenaient de l'eau stagnante. Il vit aussi les larves de moustiques dans l'eau.

Il appela Mme Nyiramana et lui montra que les boîtes et bouteilles servaient de gîte où se multipliaient les moustiques et que c'était à cause de cela qu'il y avait tant de moustiques dans sa maison. "Des moustiques ont piqué votre fils et l'ont infesté de malaria, qui l'a tué," lui dit-il, "car quand un moustique pique, il introduit dans le corps un poison qui cause la fièvre." Il lui dit d'amener les enfants au dispensaire tous les mois, le jour des vaccinations, pour qu'ils reçoivent régulièrement du daraprim, qui empêche la malaria. Mme Nyiramana en fit autant, et voilà que les enfants se portaient bientôt tous mieux. Ainsi sont-ils tous devenus beaucoup plus heureux.

- Questions:
1. Qu'avez-vous appris de cette histoire?
  2. Pourquoi Mme Nyiramana avait-elle tant de moustiques dans sa maison?
  3. Qu'est-ce qui faisait que son fils attrapait constamment la malaria?
  4. Qu'est-ce qui a fait que l'enfant eût des frissons?
  5. Qui est-ce qui a aidé Mme Nyiramana à découvrir la raison pour laquelle son fils est mort?
  6. Qu'est-ce qui empêche les enfants d'attraper la malaria?



### Leçon No.3    Théâtre et Chansons

**Théâtre:** Diviser les participants en groupes de quatre personnes. Chaque groupe choisira laquelle des deux histoires de ce chapitre il désire dramatiser. Après les répétitions chaque groupe prendra son tour à jouer devant les autres sa pièce. On sélectionnera ensuite la pièce qu'on juge être la meilleure au point de vue démonstratif. On pourrait alors la présenter à la communauté entière, ou devant toute l'école, avec le concours des responsables intéressés.

**Chansons:** Proposer que chaque participant compose une chanson sur le thème de la malaria, qui devra comprendre les quatre éléments suivants: symptômes, cause, prévention, traitement que proposent les histoires. Les paroles pourraient éventuellement prendre la forme suivante, où le leader présente le thème dans les strophes tandis que les autres répondent dans le refrain qui suit chaque strophe:

**Refrain:**    La Bonne Santé, c'est ce que nous souhaitons.

**Strophes:**    La fièvre m'embête,  
Les moustiques l'amènent.

De l'eau stagnante auprès de chez-nous  
C'est là où se multiplient les moustiques.

Amenons nos enfants au dispensaire  
Pour qu'ils restent en bonne santé.

Déchets de pots, bouteilles et boîtes  
Enterrons-les.

On chantera, avant la présentation de la pièce de théâtre, plusieurs chansons qu'auront composées les élèves.

### Leçon No.4    Consultations anti-paludiques pour enfants âgés de moins de 5 ans

Tâcher, s'il est possible, de faire venir à cette leçon les parents et toute la famille des élèves (surtout les mères et les très jeunes enfants).

Une fois rassemblés tous les participants, présenter des pièces de théâtre provenant des deux premières leçons; ou, ce qui serait encore mieux, une pièce qu'auront composée les élèves eux-mêmes sur le thème de la malaria et sa prévention. Poser ensuite des questions sur ce que l'on vient de voir et entendre.

Expliquer que les parents d'enfants âgés de moins de 5 ans peuvent les amener une fois par mois au Centre nutritionnel et que l'Ecole des parents, en plus de ses autres activités,

se charge de dispenser chaque mois le daraprim aux enfants pour les empêcher d'attraper la malaria. S'ils habitent une région où fonctionne un agent sanitaire de base, ils devraient amener leurs enfants au poste approprié le jour des vaccinations, pour leur faire recevoir le daraprim. Enfants âgés d'un à 5 ans prennent 1 comprimé par mois, tandis qu'enfants âgés de moins d'un an ne prennent que le quart (1/4 cē) d'un comprimé de daraprim 25 mg toutes les semaines.

UN GRAMME DE PREVENTION VAUT MIEUX QU'UN KILO DE CURE!

CHAPITRE IILA DIARRHÉELeçon No.1 Sindamuka et sa femme apprennent comment éviter la diarrhée

Sindamuka et sa femme avaient une petite parcelle dans la région de Kirarintale. Les paysans de là-bas puisaient leur eau d'un petit ruisseau au bas de la colline. Ils avaient chez-eux des latrines, mais elles n'étaient pas bien entretenues, et pour cela les enfants avaient peur d'y aller faire leurs besoins. Ils préféraient aller dans la bananeraie. En allant se puiser de l'eau, tout le monde faisait ses besoins où il voulait, dehors, sur le chemin, car il n'y avait pas de latrine communautaire.

Sindamuka et sa femme souffraient de temps en temps de douleurs abdominales. Parfois avaient-ils aussi le ventre ballonné. Un jour, ils commencèrent à apercevoir du sang et de la glaire dans leurs selles, qu'ils passaient de quatre à sept fois par jour. Ils commençaient à maigrir et à manquer de forces. De nombreux gens de la même région se plaignaient du même problème.

Un jour, la femme de Sindamuka est descendue au ruisseau puiser de l'eau. Lorsqu'elle voulait lever la cruche jusqu'à sa tête, elle n'avait plus la force de le faire. Il y avait tout près un jeune homme qui la regardait. Il vint lui demander ce qui se passait. "Pourriez-vous m'aider à lever cette cruche," lui demanda-t-elle, "je me sens si faible aujourd'hui que je n'y arrive pas."

"Mais que vous arrive-t-il?" lui demanda le jeune homme; "vous êtes tellement faible, même vos yeux sont cernés."

"Depuis quelque temps je passe du sang dans les selles et j'ai la diarrhée," répliqua la femme. "C'est dès lors que je ressens cette faiblesse. Mon mari, lui aussi, a la même chose."

"Est-ce que vous vous servez d'une latrine pour déféquer?"

"Oui, mais la latrine de chez-nous n'est pas en bon état, et les enfants ont peur d'y aller. Eux, ils font leurs besoins dans la bananeraie," répliqua la femme.

"Et cette eau-ci, c'est ce que vous buvez à la maison?"

"Oui, Monsieur," répondit-elle.

"Vous devriez aller vous faire examiner les selles au dispensaire, et votre mari aussi," lui dit-il, "là on vous donnera le produit qu'il vous faut. Et quand vous vous serez remis, n'oubliez pas de creuser une bonne latrine et de faire attention à ce qu'elle soit bien recouverte de façon à ce que même les enfants n'aient plus peur d'y aller. Apprenez-leur à n'aller nulle part ailleurs pour faire leurs besoins. Car, déféquer à l'extérieur, voilà la raison pour laquelle la diarrhée se dissémine. Les mouches viennent se poser sur les fèces, puis elles s'envolent jusqu'à chez-vous et se posent sur la nourriture qu'elles y trouvent non-couverte. Vous mangez alors de la nourriture contaminée, et voilà que les microbes vous entrent dans le corps et vous tombez malade de diarrhée. Ou bien, vous buvez cette eau sale qui, elle aussi, est pleine de microbes qui peuvent déclencher la diarrhée, ainsi que d'autres maladies en plus."



Utilisons une latrine!



Il posa la cruche sur la tête de la femme. A cause de sa faiblesse, ce n'est qu'avec difficulté qu'elle réussit à rentrer chez elle. Mais, le lendemain même elle se rendit, avec Sindamuká au dispensaire. Là, on examina leurs selles. L'Assistant-Médical leur répéta l'enseignement concernant l'emploi de la latrine.

"Demandez aussi des conseils quant à la possibilité de trouver un moyen d'assainir votre ruisseau," leur dit-il. "Peut-être pourrait-on creuser un puits à côté du ruisseau qui vous assurera de l'eau propre. Il est également important de vous laver les mains avant de manger et en venant de faire vos besoins. Couvrez toujours les aliments, et lavez bien les fruits et les légumes frais avant de les manger."

Ils reçurent un médicament, et retournèrent à la maison. Quand ils s'étaient bien remis, ils creusèrent une nouvelle latrine chez eux, et apprirent aux enfants à s'en servir toujours. Ils firent des démarches auprès du Conseiller local pour lui demander de consulter un expert concernant la possibilité de creuser un puits convenable et sain à côté du ruisseau. De nombreux parmi leurs voisins creusèrent aussi des nouvelles latrines chez-eux, et le Conseil de Cellule se décida de faire creuser sur le chemin qui conduit au ruisseau une latrine communautaire, destinée à servir les paysans qui venaient puiser de l'eau. Sous peu tout le monde jouissait d'une meilleure santé.

- Questions:
1. Comment s'appelait la région où habitaient Sindamuka et sa femme?
  2. Quels étaient les symptômes de la maladie qu'on y rencontrait fréquemment?
  3. Où avaient les paysans l'habitude de faire leurs besoins?
  4. Comment se dissémine cette maladie?
  5. De quelle manière les paysans ont-ils trouvé une solution à leur problème?
  6. Que fut-il nécessaire de faire avant que la situation ne s'améliore?

NB - pour les enseignants: Les maladies qui peuvent provenir d'une contamination fécale des aliments ou de l'eau sont les suivantes, dont les symptômes de toutes sont les mêmes:- diarrhée, sang et glaire dans les selles.

1. Gastroentérite bacillaire banale (ou "diarrhée banale") - guérit spontanément en faisant attention à la bonne réhydratation orale.

2. Verminoses intestinales, surtout l'ascaridiose et trichocéphalose.
3. Dysenterie bacillaire pouvant se manifester par des crises aiguës ou bien par des colites chroniques muco-sanguinolentes.
4. Dysenterie amibienne pouvant se manifester par des crises aiguës diarrhéiques ou bien par des colites chroniques muco-sanguinolentes. Les formes hépatiques existent également.
5. Choléra.
6. Phase intestinale de la bilharziose à *S. mansoni*.

**NB: PREVENTION VAUT MIEUX, ET AUSSI MOINS CHER, QUE GUERISON!**

### Leçon No.2 Le meilleur traitement pour la diarrhée

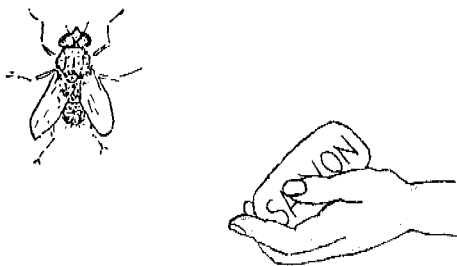
Madame Maragahinda avait donné naissance à cinq enfants, mais de ces cinq il n'en restait que deux. Les autres sont morts de la diarrhée. Ils avaient tous les selles très liquides, et leurs corps étaient devenus très faibles et maigres. La grand-mère avait conseillé à Mme Maragahinda d'arrêter de faire téter les petits enfants tant qu'ils avaient la diarrhée, et de leur donner plutôt un certain médicament indigène. Cependant, trois d'entre eux moururent.

Un jour, Mlle Nyiramumaro, soeur cadette de Mme Maragahinda, vint de l'hôpital, où elle travaillait, lui rendre visite. C'était l'occasion de son congé annuel. Elle s'aperçut que les enfants allèrent faire leurs besoins dans la bananeraie et n'allaient pas dans la latrine. En allant elle-même dans la latrine, elle avait remarqué les nombreuses mouches qui en sortaient; elle remarqua également combien elles étaient nombreuses là où l'on faisait, tout près, la cuisine.

Nyiramumaro explique à Mme Maragahinda comment de tout petits microbes, trop petits pour qu'on puisse les voir à l'oeil nu, se trouvent dans les selles des gens. Quand quelqu'un malade de diarrhée fait ses besoins à ciel ouvert, les mouches qui se posent sur les matières fécales, ou les bêtes qui marchent dedans, transportent les microbes jusqu'aux intérieurs des maisons. Ainsi, un enfant qui joue par terre et se met les doigts dans la bouche, peut lui-même introduire des microbes dans son corps, où ils commenceront tout de suite à se multiplier. "Voilà pourquoi," lui dit Nyiramumaro, "les enfants ont souvent la diarrhée. Ou bien," continue-t-elle, "les mouches qui pullulent autour de l'endroit où se fait la

cuisine et se posent sur la nourriture y laissent des microbes. Ces microbes on les avale ensuite en prenant de la nourriture. Du moment où les microbes entrent dans le corps d'un enfant ou d'un adulte ils s'y multiplient vite et déclenchent une diarrhée."

Nyiramumaro explique qu'en faisant ses besoins dans une latrine bien aménagée et soigneusement couverte, on peut aider à empêcher la multiplication des microbes. D'autre part, s'il arrive qu'on n'est pas chez-soi et qu'on se trouve obligé de faire ses besoins à ciel ouvert, on devrait bien couvrir les selles avec du sol pour que les mouches et les bêtes ne puissent pas propager les microbes. On devrait en plus toujours se laver les mains après être allé faire les selles, et avant de manger. Egalement important est-il de protéger tous les aliments en les couvrant d'un torchon propre.



Mettre tous les aliments à l'abri des mouches

Nyiramumaro se met à observer l'un des enfants malades de diarrhée. Elle voit que son corps est devenu maigre et faible. Elle explique à Mme Maragahinda la manière de préparer la Solution Sucre et Sel pour les enfants malades de diarrhée. "Tu prends une bouteille genre Primus. Tu la laves bien avec de l'eau bouillante. Puis tu la remplis d'eau qui aura bouilli. Verse maintenant une partie de cette eau bouillie dans un verre pour faire le mélange. Ajoute à l'eau dans le verre 2 cuillerées plates de sucre (cuillères à soupe). Ajoute aussi une pincée de sel (que tu tiendras entre pouce et premier doigt), suivie d'une deuxième pincée de sel. Mélange bien le tout et puis retourne-le à la bouteille. Goûte la solution pour t'assurer que le goût n'est pas plus salé que celui des larmes. Donnes-en à l'enfant en petites

quantités, au moins aussi souvent qu'il passe des selles, et jusqu'à ce qu'il soit guéri. Continue à faire têter l'enfant s'il est toujours au sein. S'il y a aussi de la fièvre, ou si la diarrhée ne s'arrête pas dans un délai de deux jours, amène l'enfant au dispensaire."

Nyiramumaro ajouta que la solution serait également utile chez les enfants plus âgés, ainsi que chez les adultes, lorsqu'ils souffraient de diarrhée. Les deux enfants de Mme Maragahinda disposèrent de deux bouteilles de la solution avant que leur état ait commencé à s'améliorer.

Quand son mari rentra, Mme Maragahinda lui raconta tout ce que lui avait appris Nyiramumaro. Ils se décidèrent à creuser une latrine convenable. Ils prirent l'habitude de bien recouvrir le trou chaque fois qu'ils se servaient de la latrine. Ils apprirent aux enfants à utiliser toujours la latrine lorsqu'ils avaient envie de faire leurs besoins. Ils commencèrent à couvrir la nourriture pour la tenir à l'abri des mouches. Ils se lavèrent toujours les mains en sortant de la latrine. Ils les lavaient aussi avant de se mettre à table. A ces fins ils s'aménagèrent une cuvette d'eau et du savon, mais il a fallu que plusieurs personnes s'y lavent plusieurs fois les mains avant qu'ils pussent se permettre de jeter l'eau, car ils n'en disposaient que de très peu.

Ils se rendirent compte qu'ils n'attrapaient plus comme avant tout le temps la diarrhée. Si l'un des enfants développait la diarrhée ça ne les inquiétait plus autant que dans le temps, car ils commencèrent tout de suite à lui donner la solution sucre et sel. Mme Maragahinda ainsi que son mari étaient très reconnaissants de tous les renseignements et bons conseils que Nyiramumaro leur donna au sujet de la santé.

- Questions:
1. Qu'est-ce qui a été la cause de la mort des enfants de Mme Maragahinda?
  2. D'où provenait cette diarrhée?
  3. Comment peut-on éviter de tomber malade de la diarrhée?
  4. Comment peut-on se préparer la solution sucre et sel à la maison?

Leçon No.3    Théâtre et Chansons

**Théâtre:** Diviser les participants en groupes de quatre personnes. Chaque groupe choisira laquelle des histoires de ce chapitre il désire dramatiser (ou, ce qui serait encore mieux, composera une pièce dans laquelle seront incorporés les symptômes, cause, prévention et traitement de la diarrhée). Après les répétitions, chaque groupe jouera à son tour sa pièce devant les autres. On sélectionnera ensuite la pièce que l'on juge être la meilleure au point de vue démonstratif. On pourrait alors la présenter soit à l'occasion d'une fête, soit à l'ensemble de l'école ou à la communauté villageoise.

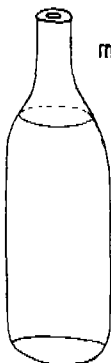
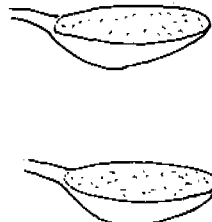
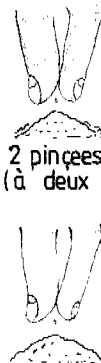
**Chansons:** Chaque participant composera une chanson sur le thème de la diarrhée, comprenant symptômes, cause, prévention et traitement. Les chansons indiqueront ce que les participants auront appris à l'aide des histoires présentées dans ce chapitre (pour l'exemple d'une telle chanson, voir la leçon no.3 sur la malaria, p.15).

On chantera, avant la présentation de la pièce de théâtre, plusieurs des chansons composées par les participants.

SOLUTION DE SEL ET SUCRE - POUR EMPECHER ET TRAITER LA DESHYDRATATION

Dans 1 litre d'eau bouillie      2 cuillerées plates de sucre ou du miel (du miel est encore mieux)

mettre

2 pinçes de sel (à deux doigts)

Ajouter en plus  $\frac{1}{2}$  tasse de jus d'orange, si possible

#### Leçon No.4    Comment préparer la Solution Sucre et Sel

##### Fournitures:

1. une bouteille propre, genre Primus;
2. de l'eau bouillie (1 litre environ), refroidie;
3. du sucre ordinaire;
4. du sel;
5. une cuillère à soupe;
6. (s'il est possible) un bébé malade de diarrhée;
7. un verre ou une tasse pour faire le mélange.

On procédera, devant les participants, à la préparation de la Solution Sucre et Sel de la manière suivante:

1. Verser de l'eau dans le verre.
2. Ajouter 2 cuillerées plates de sucre.
3. Ajouter 2 prises de sel (pinçées entre le pouce et l'index).
4. Mélanger et verser dans la bouteille.
5. Remplir la bouteille jusqu'au bord en ajoutant de l'eau bouillie, et agiter.
6. Goûter la solution, dont le goût ne doit pas être plus salé que celui des larmes.
7. Donner à l'enfant en petites quantités aussi fréquemment que possible, et au moins aussi souvent qu'il passe des selles. (Il est à noter qu'on peut donner cette solution à un enfant qui vomit.)

NB - Si en plus de la diarrhée il y a de la fièvre, ou si la diarrhée persiste au-delà de 24 heures, amener l'enfant au dispensaire ou à l'hôpital.

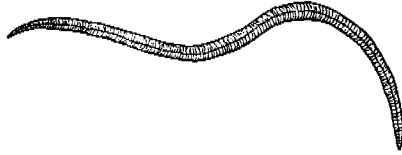
CHAPITRE IIILES VERMINOSES INTESTINALESLeçon No.1 L'Ascariidose

Une équipe de l'hôpital est venue un jour rendre visite à la région Remera. Elle venait vacciner les enfants, et s'entretenir avec les paysans au sujet de leurs besoins et problèmes sanitaires. C'était l'occasion d'une grande réunion plénière qu'avait convoquée le Conseiller de la région avec le concourse du Bourgmestre.

L'un des docteurs s'introduit aux auditeurs, en leur présentant en même temps ses collègues, puis demanda: "Existents-ils parmi les paysans de problèmes de maladie et de santé qui les préoccupent de façon particulière?" Les paysans discutèrent entre eux, puis un homme prit la parole. "Oui," dit-il, "nos enfants ont tous des vers. Souvent nous les voyons dans leurs selles. Il y a, en plus, beaucoup d'enfants qui ont le ventre ballonné, le corps maigre, et qui toussent."

Le docteur demanda alors: "Les paysans ont-ils des latrines chez-eux? Les emploient-ils toujours lorsqu'ils doivent aller faire les selles?" On lui répondit que bien que la majorité avait des latrines chez-eux, beaucoup de ces latrines n'étaient pas en bon état, et que les enfants continuaient toujours à faire leurs besoins à l'extérieur, dans la bananeraie. Une dame, qui elle-aussi, faisait partie de l'équipe venue de l'hôpital, expliqua alors que les selles d'une personne malade de vers sont pleines d'oeufs d'ascaris. Quand cette personne fait ses besoins n'importe où à l'extérieur, ces oeufs peuvent être transmis jusqu'à la nourriture des autres par des mouches ou le vent.

"Quand quelqu'un mange de cette nourriture contaminée," dit-elle, "les oeufs éclorement dans son ventre et y font sortir les vers, qui se développent ensuite en vers adultes. Ce sont alors ces vers qui consomment et profitent de toute la nourriture du malade, tandis que lui n'en bénéficie pas. Les vers lui font aussi tousser. Si tout le monde passait les selles dans une latrine et les recouvrait tout de suite de sable ou de terre, les mouches ne pourraient plus transmettre les oeufs. Si, en plus, tout le monde couvrait la nourriture de façon à la mettre à l'abri des mouches contaminées, et se lavait les mains avant de manger et après avoir fait ses besoins, les paysans se trouveraient largement débarrassés de ce problème."



Les paysans étaient reconnaissants des conseils que leur avait donnés l'équipe. Les chefs de Cellule et les membres du Comité encouragèrent tout le monde à se creuser des latrines convenables et d'encourager, à leur tour, les enfants à les utiliser toujours. Dans quelques semaines les paysans se rendirent compte comment avaient été bons et utiles les conseils qu'ils avaient reçus. Leur problème commençait bientôt à les ennuyer beaucoup moins.

- Questions:
1. Quel était le besoin primordial qui préoccupait les habitants de la région de Remera?
  2. Quels sont les indices de la présence d'ascaris dans le corps?
  3. Quels conseils l'équipe de santé a-t-elle donnés aux paysans pour réduire ce problème?

LA PREVENTION VAUT MIEUX QUE LA CURE !

### Leçon No.2 L'Ankylostomiase sur la colline de Kigufi

Les paysans qui habitaient la colline de Kigufi étaient de bons cultivateurs. Ils étaient enthousiastes, le sol était fertile et ils avaient l'habitude de travailler dur pour s'assurer la nourriture. Ils y étaient heureux. Quand ils étaient aux champs ils faisaient leurs besoins en plein air ou dans la bananeraie. Les enfants de leur part avaient peur de faire leurs besoins dans la latrine. Peut-être tomberaient-ils dedans ! Quand ils étaient aux champs, personne ne portait de souliers.

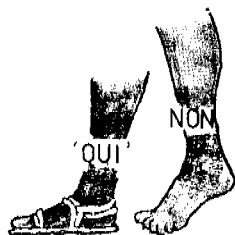
Un jour plusieurs d'entre eux commencèrent à avoir des crampes abdominales, accompagnées parfois d'une diarrhée sanguinolente, et la sensation de ne pas être bien. De nombreux enfants ressentirent les mêmes choses et manquaient de forces.



Il y avait un homme qui s'appelait Nkurunziza. Il préférait aller sans souliers aux champs, car disait-il, les souliers lui faisaient mal en travaillant. Il ne portait des souliers que lorsqu'il allait au marché.

A lui aussi, arriva un jour le même problème dont se plaignaient tant d'autres qui habitaient la même colline. Il avait mal au ventre, passait du sang dans les selles, et ressentit qu'il lui manquait de force. Il n'avait plus envie d'aller au champ; il se rendit donc au dispensaire, où se trouvait un agent de santé.

"Cette maladie se transmet de personne à personne du fait que les gens, au lieu de se servir d'une latrine, font leurs besoins à l'extérieur. Un passant arrive ensuite et met les pieds là ou près de l'endroit, où un autre a déféqué. Les petits vers lui pénètrent les pieds nus et il attrape la maladie. Une fois installés dans le ventre d'un être humain, les vers lui sucent le sang et il commence à manquer de force."



"Allez vous faire examiner les selles à l'hôpital. On vous y donnera le médicament qu'il vous faut. Vous devriez aussi creuser une latrine convenable chez vous et essayer de ne jamais aller sans souliers. Vous devriez en plus insister que tous les membres de votre famille utilisent la latrine, et en recouvrent le trou soigneusement après chaque usage. Vous devriez amener toute la famille à l'hôpital pour recevoir le produit vermifuge."

Nkurunziza se fit examiner à l'hôpital. On trouva qu'il souffrait de vers ankylostomes. Il prit le produit, et commença à aller mieux. Il creusa une latrine convenable chez lui et tous les membres de la famille commencèrent à s'en servir; même les enfants n'avaient plus peur car on avait bien rempli les lacunes entre les bois renfermant

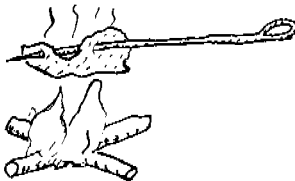
le trou. Ils commencèrent à porter tout le temps des souliers. D'autres paysans suivirent leur exemple. Ils étaient soulagés du fléau de l'ankylostomiase qui leur faisait manquer de force à cause des pertes de sang que cette maladie leur occasionna. Ils pouvaient de nouveau bien cultiver leurs champs.

- Questions: 1. Où allaient les paysans faire leurs besoins?  
 2. De quelle maladie souffraient-ils?  
 3. Qu'ont fait les paysans pour s'aider eux-mêmes à éviter cette maladie?

### Leçon No.3 Niyonshima se renseigne sur le ténia

La femme de Niyonshima était très bonne ménagère, elle préparait de la très bonne nourriture en quantité suffisante. Cependant, son mari Niyonshima avait toujours faim, même lorsqu'il venait de bien manger. Niyonshima ne pouvait pas comprendre cela, car il avait toujours suffisamment à manger. Le jour du marché, il avait l'habitude de s'acheter de la viande rôtie à la broche, qu'il aimait beaucoup.

Un jour, il raconta à un ami son problème. Il avait faim même immédiatement après avoir mangé et parfois s'était-il aperçu de la présence de longs vers blancs, segmentés dans ses selles. Son ami répondit que, lui aussi, avait une fois connu de pareils ennuis, avant qu'il n'eût appris la cause du problème. Il raconta comment, en allant au dispensaire, on lui avait expliqué pourquoi il avait constamment faim. Les vers se logent dans les corps de bestiaux, surtout des vaches et porcs, et passent ensuite dans les corps humains par la voie de viande qui n'a pas été bien cuite. Dès que ces vers s'installent dans un corps humain, ils se mettent à consommer la nourriture qu'a mangée l'individu, qui par conséquent ressent tout le temps la faim.



Faire attention - bien cuire toute viande, surtout le porc!

Niyonshima demanda à son ami si la viande rôtie à la broche qu'il achetait au marché pouvait en être la cause. Son ami constata que c'était fort probablement de là que provenaient de tels vers. Il conseilla à Niyonshima de dire à sa femme de faire bien attention de faire cuire la viande pendant au moins vingt minutes.

Le lendemain, son ami accompagna Niyonshima jusqu'au dispensaire pour lui faire examiner les selles. Niyonshima écouta alors de nouveau comment les gens attrapent le ténia. Il reçut un médicament. Ce produit lui donna une diarrhée durant quelque quarante-huit heures pendant lesquelles il voyait beaucoup de vers blancs. Il se décida de ne plus jamais manger de la viande rôtie à la broche au marché, et en plus, demanda à sa femme de faire bien cuire leur viande. Dès lors il n'eut plus d'ennuis de faim constante. Il commença bientôt à regagner du poids et à se sentir beaucoup plus fort.

- Questions: 1. De quoi souffrait Niyonshima?  
 2. Qu'en pourrait, selon son ami, être la cause?  
 3. Comment peut-on éviter le ténia?

#### Leçon No.4    Théâtre et Chansons

Théâtre: Diviser les participants en groupes de quatre personnes. Chaque groupe choisira laquelle des histoires de ce chapitre il désire dramatiser. Après les répétitions, chaque groupe jouera à son tour sa pièce devant les autres. On sélectionnera la pièce que l'on juge la meilleure au point de vue démonstratif. On pourrait alors la présenter soit à l'occasion d'une fête, soit à l'ensemble de l'école ou à la communauté villageoise.

Chansons: Chaque participant composera une chanson sur le thème des verminoses intestinales, comprenant symptômes, cause, prévention et traitement, selon l'histoire présentée. Pour l'exemple d'une telle chanson, voir la leçon no.3 sur la malaria (p.15).

- Questions: 1. Est-ce que la chanson explique bien pourquoi on attrape une verminose, ou est-ce qu'elle se limite simplement à décrire comment on peut en être contaminé?  
 2. Est-ce que la chanson explique comment éviter les verminoses?

Leçon No.5 Révision : Devinettes

Pendant cette leçon, révisez l'enseignement sanitaire contenu dans les chapitres I, II et III en vous servant des pièces, chansons, et devinettes. L'exemple d'une devinette suit:

Je suis une toute petite bestiole ailée et je fais un vrombissement. Personne n'a peur de moi, pourtant je tue plus de personnes par ma piqûre que ne tue un serpent.  
Qui suis-je?

Réponse: Moustique



Enumérez les raisons susceptibles de rendre cette famille malade de vers

CHAPITRE IVLATRINESLeçon No.1 L'importance d'utiliser la latrine

Il y avait une certaine région qui s'appelait Impano ce qui signifie: "cadeau". Mais les paysans avaient changé le nom de la région pour l'appeler "Ishyano" ce qui signifie "malheur". Les paysans ont changé le nom car presque tous les habitants de la région ne se portaient pas bien. Ils souffraient de plusieurs maladies. Certains se plaignaient de crampes abdominales, d'autres de diarrhée sanguinolente, d'autres encore avaient des vers dans les selles: des ascaris et des vers solitaires. Les paysans n'avaient pas des latrines bien entretenues. Beaucoup d'enfants avaient peur d'y aller faire leurs besoins. Ils préféraient aller dans la bananeraie. La région fourmillait de mouches.

Un voyageur est venu un jour à la région rendre visite à son frère qui était membre du Comité de Cellule, et qui s'appelait Ndapfakugerageza. Le visiteur, son frère aîné, était agent de santé dans une autre région. Il remarqua comment de nombreux faisaient leurs besoins à ciel ouvert, par exemple en allant puiser de l'eau, parce qu'il n'existait aucune latrine communautaire. Il se rendit compte que de nombreux paysans souffraient d'ennuis intestinaux. On disait que la région était malsaine. Certains paysans se proposaient de déménager pour aller ailleurs.

Le visiteur dit à son frère: "La cause de ce manque de bonne santé provient du fait qu'on a l'habitude de déféquer dehors. Les mouches se posent tout de suite sur cette saleté, et emportent les microbes maléfiques jusqu'à nos maisons pour contaminer la nourriture. Ces microbes, voilà la raison de ces maux de ventre et de diarrhée."

"Ou bien quand il pleut, les microbes se transportent de l'endroit où l'on a déféqué, jusqu'à l'endroit où l'on puise son eau à boire. Ou bien encore, si quelqu'un met le pied dans les fèces, les larves du ver ankylostome lui pénètrent les pieds, s'établissent dans son corps, lui donnant mal au ventre, et il commence à maigrir."

"Pour éviter tout cela", continue le visiteur, "tous les paysans devraient se creuser une latrine convenable chez eux, et bien remplir les lacunes entre les bois renfermant le trou pour ne pas faire peur aux enfants. Avec le concours des autres membres du Comité de Cellule, ne pourrait-on pas

faire creuser une latrine communautaire destinée à l'usage de ceux qui vont puiser de l'eau?"



Utilisons une latrine

"Tout le monde devrait s'habituer à faire toujours sans exception ses besoins dans une latrine. S'il arrive qu'on se trouve dans la brousse et, par conséquent, obligé de faire ses besoins à ciel ouvert, on devrait enterrer ou recouvrir ses selles comme le fait un chat. On devrait en plus toujours se laver les mains après être allé faire les selles et avant de se mettre à table. On devrait laver les fruits et les légumes frais avant de les manger. On ne devrait jamais négliger de recouvrir le trou de latrine après chaque utilisation, afin d'empêcher les mouches de se multiplier."

Lorsque les habitants d'Ishyano apprirent ce qu'avait conseillé le frère de Ndapfakugerageza, ils se mirent d'accord pour mettre en oeuvre ses conseils. Le Comité de Cellule ordonna qu'on construise une latrine communale, assez éloignée de l'endroit où on venait puiser de l'eau. On effectua ceci. Les habitants aussi construisirent des latrines chez eux, et commencèrent à les utiliser.

La santé des habitants s'améliora car les microbes de maladie ne se propageaient plus. Sous peu, rendit-on à la région son ancien nom d'Impano.

- Questions:
1. Où déféquaient les habitants d'Ishyano?
  2. De quoi se plaignaient-ils?
  3. Qui est venu leur rendre visite?
  4. Quelle était la cause, selon le visiteur, de leur problème?
  5. Comment peut-on prévenir ce problème?
  6. Est-ce que leur santé se serait améliorée s'ils avaient déménagé à une autre région?

## Leçon No.2 Théâtre et Chansons

**Théâtre:** Diviser les participants en groupes de quatre personnes. Chaque groupe décidera comment il va dramatiser l'histoire de ce chapitre, ou bien composer une autre pièce. Après les répétitions, chaque groupe jouera sa pièce devant les autres. On sélectionnera ensuite la pièce qui illustre l'histoire le mieux. Ce groupe pourrait alors présenter sa pièce à l'occasion d'une fête, à l'ensemble de l'école, ou à la communauté villageoise.

**Chansons:** Chaque participant composera une chanson sur le thème de latrines comprenant, premièrement les symptômes de diverses maladies résultant d'un non-emploi de latrines, et deuxièmement les améliorations aperçues lorsqu'on utilise la latrine comme il le faut.



### Leçons Nos. 3, 4 & 5    Creuser une latrine

Fournitures: Des houes, haches, outils à creuser; des bois tronçonnés en rondins de 1,5m de longueur; herbe; boue; une cruche (dont on aura fait partir le fond) munie d'un couvercle qui tient bien; une natte; d'autres bois pour construire la clôture.

L'emplacement à choisir serait l'endroit où le besoin d'une latrine s'avère l'un des plus pressants (soit l'école, l'église, le marché, ou un foyer particulier). Les participants arrivent convenablement munis des houes, haches et outils nécessaires au creusage d'un trou. Ils discutent d'abord l'éventualité de se procurer d'autres fournitures



supplémentaires, et s'accordent conjointement quant au rôle spécifique que chacun d'entre eux aura à jouer.

#### COMMENT CREUSER UNE LATRINE

1. La distance qui sépare l'emplacement de la latrine de toute source d'eau doit être d'au moins 20 à 40m.
2. Jamais ne doit-on situer la latrine à proximité de la cuisine ou de l'endroit où l'on mange.
3. La latrine devrait se situer du côté de la maison d'où les vents dominants en emporteront toute mauvaise odeur.
4. Creuser un trou de 1m de largeur et aussi profond que possible. (NB: La profondeur dépendra de la nature du sol et de la compétence de la main d'oeuvre. Profondeur à souhaiter: Plus de 2m).
5. Couvrir le trou de rondins de 1,5m de longueur. Remplir les lacunes entre les bois de boue, d'herbe ou de ciment. Laisser au centre un trou dans lequel on enfoncera la cruche dont on avait préalablement fait partir le fond et dont l'orifice se situera vers le haut. Le crépissage s'effectuera en boue ou en ciment.
6. Poser le couvercle sur la bouche de la cruche de sorte à exclure les mouches. S'assurer que le trou est recouvert en permanence par le couvercle sauf aux moments où on se sert de la latrine.
7. Entourer la latrine de grands bois hauts, utiliser des tiges de bambou pour en aménager l'enceinte et la toiture. La natte se pendra à l'entrée de sorte à assurer la tranquillité et l'absence de gêne des occupants de la latrine.

#### ENTRETIEN D'UNE LATRINE

Aménager une cruche de cendres à l'intérieur de la latrine. On versera des cendres dans le trou après chaque usage. Ceci diminuera les mauvaises odeurs et la multiplication de mouches. Quelques gouttes de pétrole ou d'huile de vélo versées dans le trou chaque semaine diminueront davantage la multiplication de mouches et de moustiques. **ENTRETIEN LA PROPRETE DE LA LATRINE: RECOUVRIER LE TROU APRES L'UTILISATION DE LA LATRINE.**

## CHAPITRE V

### LA MALNUTRITION

#### Leçon No.1 Nzabahoneza découvre les moyens de donner une meilleure nourriture à ses enfants

Il y avait un cultivateur riche qui s'appelait Nzabahoneza. Il avait deux femmes, sept enfants et des greniers remplis d'haricots, de sorgho et d'arachides. Il avait, en plus, des poules et des vaches. Cependant il ordonna à ses femmes de n'employer que haricots et sorgho pour faire la cuisine. Les arachides, les oeufs et le lait, il les vendait au marché pour de l'argent. Quant à lui, il se rendait souvent au marché pour se procurer des aliments qu'il aimait, tels que la viande rôtie à la broche, les papayes, les goyaves, les tomates et les ananas. Il mangeait bien, il se sentait très bien: il était fort content de lui.

Pourtant ses enfants manquaient de forces. Ils avaient les cheveux rougeâtres, le ventre ballonné, les pieds gonflés, et ils pleuraient pour un rien. Chaque année, ses femmes mettaient au monde un bébé.

Un agent de santé est venu un jour leur rendre visite. Il faisait des visites à domicile pour se renseigner sur les besoins sanitaires de la région. Nzabahoneza n'était pas à la maison. "Qu'est-ce que vous donnez à manger aux enfants?" leur demanda-t-il. "Rien que des haricots, du sorgho et des patates douces" répliquèrent les femmes. "Et aux petits, nous ne donnons que le sein jusqu'à l'âge d'un an."

"Ce n'est pas mal, ça" leur dit-il. "Mais pour qu'ils soient bien forts, on devrait aussi donner aux enfants une sauce d'arachides, si possible, ainsi que des oeufs, des fruits et des légumes verts. Si vous avez la possibilité de leur donner un mélange bien varié d'aliments, vos enfants deviendraient bien forts. Pourquoi ne pas demander à votre mari ce qu'il en penserait?"

"En plus" continua-t-il "c'est bien de nourrir les enfants au sein le plus longtemps que possible, mais il est aussi bien d'introduire les aliments mi-solides comme la bouillie de sorgho à partir de l'âge de quatre mois."

"En mettant au monde un bébé chaque année, on risque de priver trop tôt les enfants du lait maternel, avant qu'ils se soient habitués à manger des aliments solides. Pourquoi

ne pas demander à votre mari s'il ne serait pas souhaitable de consulter le médecin sur la question d'espacer les naissances? Comme ça, vous et vos enfants serez plus sains et vous aurez plus de forces".

Dès que l'agent de santé est parti, les deux femmes discutèrent de ce qu'elles avaient appris. "Notre mari est parti en voyage" se disaient-elles, "n'attendons pas son retour pour lui en parler. Commençons, plutôt à nourrir les enfants de la façon dont on nous a appris, puis à son retour on demandera son avis. Il se rendra compte de ses propres yeux comment les enfants se portent bien".

Les femmes agirent de cette sorte. Avec les haricots et les patates douces, elles préparaient aussi une sauce d'arachides ou de petit pois. Pour les tout-petits qui étaient encore au sein, elles préparaient la bouillie de sorgho, en y mélangeant un oeuf. Au bout de deux semaines, les enfants commençaient tous à aller mieux. Ils ne pleuraient plus comme avant, et ils regagnaient de forces. Ceux qui avaient été maigres reprirent du poids tandis que ceux qui avaient eu les pieds gonflés commençaient à en souffrir moins. Ils mangeaient avec de l'appétit. Les femmes étaient heureuses. "Ce qu'il sera heureux notre mari de nos enfants" se pensaient-elles.

Nzabahoneza revint un jour à l'improviste lorsque la famille mangeait. Il regarda les enfants qui mangeaient des aliments avec une sauce d'arachides, et d'autres qui buvaient du lait. Tout d'un coup il se mit en colère et demanda qui avait fait la cuisine. En apprenant que c'était ses femmes qui avaient préparé la nourriture, il les gronda bien fort. Tellement il était fâché que les deux femmes n'osaient pas lui expliquer comment la chose s'était passée. Il renvoya, en colère, ses deux femmes de la maison. Les enfants se mirent tous à pleurer en voyant partir leurs mamans.

Nzabahoneza se mit à réfléchir. Il regarda ses enfants. Il pensa à ses femmes. Ne s'était-il pas fâché trop vite? Les enfants n'allaient pas mal, c'était plutôt le contraire. Il se décontracta et se décida de rappeler les femmes.

En revenant, les femmes lui expliquèrent la raison pour laquelle elles avaient désobéi à ses ordres. "Nous aurions dû d'abord te demander la permission d'introduire, malgré ta préalable interdiction, d'autres aliments" disaient-elles. "L'agent de santé nous a parlé de trois moyens d'améliorer la santé de nos enfants: premièrement, varier davantage les aliments, en ajoutant arachides, oeufs ou lait; ensuite, supplémenter au sein la bouillie de sorgho dès que nos bébés atteignent l'âge de quatre mois; et finalement te demander la permission de consulter le médecin sur les moyens qui existent pour éviter de mettre au monde un bébé chaque année".

"De tout cela, nous aurions dû d'abord te parler" continuèrent-elles "mais tu étais en safari et nous nous sommes décidées de suivre les conseils susceptibles d'aider et de faire du bien à nos enfants. Ils se portaient si mal! Nous ne pouvions pas attendre. Or, regarde maintenant comme ils vont bien! Pardonne-nous cependant de ne t'en avoir pas parlé avant. Voilà tout."

Nzabahoneza se calma, sa colère disparut. Il écouta ses femmes. Il dut accepter qu'un changement remarquable s'était produit chez les enfants. En réfléchissant sur ce que lui dirent ses femmes, il décida de continuer à suivre les conseils relatifs à l'alimentation de ses enfants.

Quand il se rendait au marché, Nzabahoneza rapporta maintenant des tomates, des oranges et des ananas pour les enfants. Quelquefois, il leur rapporta de la viande. Ça lui faisait plaisir de voir grossir ses enfants, qui maintenant n'avaient plus l'air triste, ils étaient contents et s'amusaient bien à jouer ensemble. Il les voyait devenir plus vigoureux et sains.

Nzabahoneza amena ses femmes consulter le médecin au dispensaire. Il voulait apprendre comment ses femmes pouvaient éviter de devenir enceintes chaque année. Le médecin les écouta et les aida. Par conséquent les femmes, elles aussi, devinrent plus fortes, et toute la famille était heureuse.

- Questions:
1. Quels aliments permettait Nzabahoneza aux enfants de manger?
  2. Quels étaient les trois conseils de l'agent de santé?
  3. Quels sont les avantages, d'après cette histoire, d'un bon accord entre femme et mari?

## Leçon No.2 Héléne et Viviane luttent contre la malnutrition

Il y avait deux soeurs orphelines qui avaient été élevées chez leur tante. L'une s'appelait Héléne, l'autre Viviane. Héléne fut la première à se marier. Bien que la famille n'eût pas d'argent, Héléne avait toujours fait un grand effort pour s'éduquer. Elle avait pu suivre les cours d'une école familiale, et lorsque les enseignantes s'aperçurent qu'elle avait de la bonne volonté pour travailler, elles lui donnèrent un petit travail dans l'école.

Héléne continua ce travail après son mariage. Son mari était professeur dans une école secondaire non loin de leur nouvelle maison. Il aimait fréquenter avec ses amis le bar local, où il devenait ivre assez souvent. Héléne ne recevait pas d'

argent de son mari, et elle était très contente du fait que son travail à l'école familiale ramenait un peu d'argent. Un an après, elle mit au monde son premier-né, un garçon.

C'est alors que sa soeur, Viviane s'est mariée, elle aussi. Son mari était un jeune homme qui était cultivateur, et tous les deux ils cultivaient leur parcelle avec enthousiasme. Son mari, lui aussi, prenait de la bière avec ses amis, mais il devenait rarement ivre. Il souffrait depuis longtemps de mal au ventre, qu'il pensait être dû aux vers. Un an plus tard Viviane mit au monde leur premier enfant, une petite fille.

Les années passèrent. Hélène était prudente. Elle avait maintenant deux enfants. Se rendant compte du fait qu'il entrerait peu d'argent dans le ménage, elle demanda à son mari un jour: "Il me paraît que si je mets au monde un enfant chaque année, je n'aurai plus de forces pour cultiver nos champs. Puis-je aller consulter le médecin pour savoir comment passer au moins deux ans avant de mettre au monde notre prochain enfant?" Son mari répliqua que oui, ça lui convenait qu'on attende un an ou deux avant d'avoir un autre enfant. C'était alors qu'Hélène consulta le médecin, et à partir de ce moment les naissances s'espacèrent entre deux ans et demi, ou trois ans. Elle avait quatre enfants en tout, puis ils se sont décidés d'arrêter là et de ne plus avoir d'enfants. Ils se disaient que quatre enfants représentaient pour eux le nombre qu'ils pouvaient bien nourrir et élever. De temps en temps, Hélène se rendait chez le médecin pour de nouvelles consultations.

Hélène était très bonne ménagère. Dans ses champs, elle cultivait de divers légumes. Elle cultivait le sorgho, en grande variété, ainsi que de différentes sortes d'haricots. En plus, elle était connue pour ses arachides, petit pois et tomates. Elle aimait aussi cultiver d'autres légumes telles que les carottes et les potirons. Elle avait beaucoup de courage pour son travail. Elle faisait des économies, ce qui lui permit de s'acheter un jour deux moutons; elle se servit du fumier pour fertiliser ses champs. Quelques années plus tard, elle avait dix moutons.

Les enfants d'Hélène se portaient bien. Dès qu'un nouveau-né avait quatre mois, elle commença à lui donner de la soupe, ainsi que de la bouillie. Quand ils grandissaient, elle écrasa les haricots et les mélangea avec une purée de patates douces, tout en continuant à leur donner le sein. Quand les enfants étaient plus grands et n'étaient plus au sein, elle donna à chacun sa nourriture dans son propre bol, en faisant attention de bien écraser les aliments. Les enfants n'étaient pas habitués à manger dans une assiette commune.

Quant à Viviane, son mari Augustin souffrait de plus en plus du ventre. Bien qu'il alla se faire soigner au dispensaire, il continua à maigrir et à s'affaiblir. Il resta chez lui et ne sortait plus. Viviane, de son côté, faisait tout son possible pour travailler les champs. Mais à elle aussi il manquait de forces, car elle mettait au monde un enfant tous les ans. C'était elle qui, en plus des travaux ménagers devait aider son mari. Elle avait six enfants.

Viviane cultivait surtout les haricots, les patates douces et le sorgho. Ils avaient aussi une bananeraie. Viviane n'avait jamais suffisamment de temps pour préparer à part les repas des enfants. Tout le monde, y compris les enfants, prenait sa nourriture dans une assiette commune. Tant que ses enfants étaient nourrissons, Viviane leur donnait uniquement le sein jusqu'à l'âge d'un an. C'était alors qu'elle les sevrerait, d'habitude brusquement, car elle savait qu'elle attendait un autre bébé.

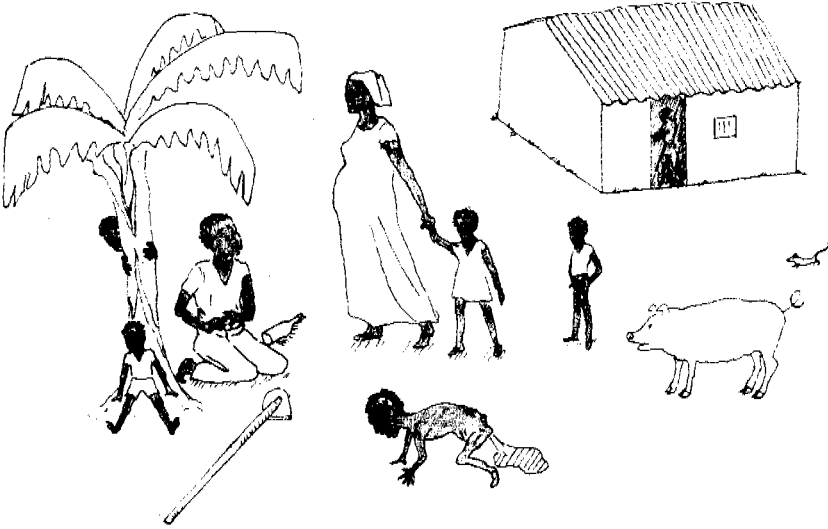
Les enfants ne se portaient pas bien. Ils étaient maigres, et ne grandissaient pas comme ils le devraient. Viviane s'inquiétait pour son dernier-né qui n'avait qu'un an et quelques mois, qu'elle venait de sevrer. L'enfant manquait de forces et ne mangeait pas bien. Peu à peu, ses joues ainsi que ses pieds avaient l'air gonflés. L'enfant était très pâle. "Il est malade de vers" se disait Viviane "je vais le montrer à ma tante."

Ensuite, Viviane rendit visite à sa tante, portant l'enfant malade sur le dos. "L'enfant a été empoisonné!" déclara la tante, en voyant son allure pitoyable. "Il faut le faire vomir." Et tout de suite, elle lui donna une tisane d'herbes, qu'elle avait l'habitude de se préparer à la maison. L'enfant vomit, mais pourtant ne s'améliora pas au cours des jours suivants. Les nouvelles de l'enfant malade se répandirent jusqu'à Héléne. Le lendemain, elle quitta la maison pour aller visiter sa sœur.

Viviane lui raconta que l'enfant ne grandissait pas bien et avait les pieds gonflés. "Je l'ai enlevé du sein tout dernièrement" expliqua-t-elle "quand j'ai su que j'étais enceinte. Mais il n'a pas d'appétit, il ne mange que des patates douces et des bananes."

"Je vais vous envoyer du lait de notre vache" dit Héléne "fais surtout attention de bien écraser les haricots et les patates douces afin de les lui donner en forme de purée, en petite quantité. Les enfants, comme les poussins, doivent picorer à tout moment."

"Je t'enverrai aussi des tomates et des arachides pour faire une bonne sauce. Il est bien de mélanger une grande variété



Pourquoi le petit enfant est-il malnourri?

d'aliments, y compris les légumes verts. Je viendrai t'aider à en planter aussi. Moi, je commence à donner de la soupe à mes enfants à partir de l'âge de quatre mois comme supplément au sein.

"Mais va chez le docteur" continua Hélène "toi et aussi Augustin. Lui a besoin qu'on le soigne, et toi, tu as besoin de te renseigner sur ce que tu peux faire pour te reposer et pour ne plus avoir pendant quelques années des enfants!"

Viviane suivit ses conseils. Elle commença à préparer les aliments pour ses enfants en les écrasant afin de les rendre bien mous. Ils ne partageaient plus le plat commun; chacun mangeait dans son petit bol. Elle ajouta à sa cuisine des légumes verts. Hélène vint l'aider à planter des carottes et des tomates. Elle donna à son dernier-né du lait que leur envoyait sa soeur.

Deux semaines plus tard son enfant malade n'avait plus les pieds gonflés. Il commença à avoir envie de manger, et regagna des forces. Peu à peu, lui, ainsi que tous les enfants commencèrent à grossir, tandis que leurs cheveux devenaient abondants et bien pigmentés.

Hélène alla avec Viviane et son mari consulter le médecin. On examina Augustin, et on trouva qu'il était malade de l'estomac. On lui examina les selles, et lui donna un médicament; on lui donna aussi un deuxième rendez-vous avec le médecin. On promit à Viviane, qu'une fois accouchée, on l'aiderait de sorte à lui permettre de s'abstenir, aussi longtemps qu'elle le voudra, d'avoir des enfants. L'infirmière lui dit en plus, "Continuez à téter votre enfant aussi longtemps que possible; mais n'oubliez pas de lui supplémenter le sein avec de la soupe à partir de l'âge de quatre mois."

Augustin commença à se remettre lentement. Une équipe de l'hôpital qui est venue leur rendre visite à la maison, leur conseilla de planter quelques arbres fruitiers sur leur terrain. Au cours des mois suivants, la santé de la famille de Viviane s'améliora de plus en plus et ils devenaient, par conséquent, plus heureux. Viviane se disait "Maintenant je lutte, pas contre la malnutrition, mais - et avec beaucoup plus de courage - pour la bonne alimentation de ma famille !"

- Questions:
1. Est-ce que la famille d'Hélène allait bien du fait d'être plus riche que celle de Viviane?
  2. Quelles étaient les raisons pour lesquelles les enfants d'Hélène étaient bien-portants?
  3. Énumérez quelques-unes des raisons pour lesquelles les enfants de Viviane n'étaient pas bien-portants.
  4. Quels conseils Hélène a-t-elle donnés à sa soeur?
  5. Que pouvons-nous faire pour assurer la bonne alimentation de nos enfants?



### Leçon No.3 Théâtre et Chansons

**Théâtre:** Diviser les participants en groupes de quatre personnes. Chaque groupe choisira laquelle des histoires de ce chapitre il désire dramatiser. Après les répétitions, chaque groupe jouera sa pièce devant les autres. On sélectionnera ensuite la pièce que l'on juge la meilleure au point de vue démonstratif. On pourrait alors la présenter soit à l'occasion d'une fête, à l'ensemble de l'école, ou à toute la communauté villageoise.

**Chansons:** Chaque participant composera une chanson sur le thème de la malnutrition, comprenant les symptômes de malnutrition, et indiquant les aliments qui conduisent à la bonne santé de l'enfant.

### Leçon No.4 Comment préparer les aliments mi-solides

1. On devrait s'arranger d'avance avec une femme de la région qui connaît les trois groupes d'aliments et la façon de préparer la nourriture mi-solide pour les enfants.
2. On devrait annoncer que pour cette leçon on désirera aussi la participation des autres membres de la famille, surtout les mères avec de petits enfants. Les mères devraient venir munies d'un bol et d'une cuillère.
3. D'abord les élèves présenteront une pièce de théâtre au sujet de la bonne alimentation des enfants.
4. On devrait alors démontrer comment préparer un repas équilibré pour un enfant, et on pourrait en donner aux enfants à manger. Surtout faut-il veiller à ce qu'il soit représenté un exemple d'un aliment de chaque groupe d'aliments, et que la nourriture soit bien écrasée. On devrait insister d'éviter de donner aux enfants des haricots non-écrasés ou des patates douces en entier.

### Leçon No.5 Comment se fabriquer un instrument pour mesurer la croissance des enfants

Bande de Shakir (modifiée)

La bande de Shakir est un instrument pour mesurer la croissance des enfants âgés de 1 à 5 ans. La construction en est très simple, ce qui permet à n'importe qui de le fabriquer. Au cours de cette leçon, chaque participant se fabriquera son propre instrument.

- Fournitures:
1. Corde en nylon
  2. Outil à couper (couteau, ciseaux)
  3. Stylo feutré

- Procédure:
1. Chaque participant coupera un morceau de corde d'une longueur de 33cm
  2. Nouer les bouts de la corde pour empêcher qu'elle se frange
  3. Tout près du noeud, marquer au stylo feutré un point de repère
  4. De ce point de repère, mesurer 13cm et y marquer au stylo feutré un deuxième point

#### Leçon No.6 Evaluation de l'état nutritionnel des enfants

1. Encercler de la corde le bras de l'enfant au-dessus du coude.
2. Se souvenir où se trouvent les deux indices marqués au stylo.
3. Si ces indices ne se rapprochent pas, l'enfant est bien nourri.
4. S'ils se rapprochent jusqu'au point de se rencontrer ou se croiser, ceci représente un danger. Il se peut soit que l'enfant ne reçoive pas suffisamment de nourriture, ou bien qu'il souffre d'une maladie qui l'empêche de profiter de la nourriture qu'il prend (Exemple: verminoses, ou autre maladie). Si l'enfant n'est pas excessivement faible ou que son état général n'est pas critique, conseiller à la mère d'aller prochainement à l'hôpital ou dispensaire. Si l'état général est grave, la mère devrait consulter l'hôpital le plus tôt possible.

Après avoir mesuré le périmètre du bras des enfants, donner des enseignements sur la bonne alimentation des enfants, à l'aide d'histoires, et d'une pièce de théâtre.

Trois mois plus tard, remesurer le périmètre du bras des mêmes enfants pour évaluer si les enseignements ont été compris et mis en pratique.

#### Leçon No.7 Révision

Pendant ces cours d'Enseignement Sanitaire, vous aurez appris plusieurs choses qui pourront vous aider à jouir d'une meilleure santé. Maintenant, c'est le moment de faire une

révision de ce qu'on a fait en revoyant les

**HISTOIRES**

**THEATRE**

**CHANSONS**

**DEVINETTES**

Lisez encore une fois l'Introduction, surtout les sections intitulées "Obligations" et "Elèves ou Enseignants".

EXEMPLE D'UNE CHANSON EDUCATIVE

Refrain: La bonne santé, c'est ce que nous désirons.  
(Tous)

Strophes: Mon enfant est faible, il ne mange pas bien,  
(Leader) Ses pieds se gonflent, les cheveux sont rougeâtres.

Il n'a pas été empoisonné, il ne recevait pas  
Les aliments qu'il lui fallait, c'est ce que j'ai  
appris.

Je donne maintenant à mon enfant les aliments bien  
mêlés  
Haricots, petit pois, carottes, papaye, patates  
douces et bananes.

Les haricots construisent un corps bien fort; les  
oeufs et le lait aussi,  
Arachides, petit pois, viande, poisson sont les  
briques qui construisent une maison bien forte.

Les légumes verts protègent le corps de tomber  
malade, papaye et tomates,  
Ananas et oranges, maracouja, ce sont la toiture  
qui protègent la maison de se détruire.

Huile, pommes de terre, patates douces, bananes  
plantains,  
Du riz, sorgho ils donnent la force, c'est le  
crénissage qui rend notre maison bien forte.

Mon enfant regagne de la force, il ne pleure plus,  
Ses pieds se dégonflent, la peau devient noire et  
lisse, les cheveux frisés.

Employons nos bras, cultivons nos champs à produire  
une variété de cultures,  
Arachides, carottes, papaye, élevons des poules  
pour les oeufs à donner aux enfants.

Dernier  
Refrain:

Nourrissons bien nos enfants, pour qu'ils poussent  
bien,  
Demain, ils seront les grands de notre pays.

## CHAPITRE VI

### PLANIFICATION ET CONTROLE DES NAISSANCES

#### Planifier : la clé du bien-être et de la bonne santé

Il y avait un homme qui s'appelait Kwitonda, c'était un agent sanitaire. Sa femme s'appelait Alicia, elle était bien-portante et pleine de vigueur. Ils avaient trois enfants sains et bien-portants.

Au cours de son travail, Kwitonda encourageait de nombreux paysans à employer de méthodes agricoles modernes afin d'augmenter leurs récoltes; à d'autres il donnait des conseils sur le besoin de planifier pour l'avenir, en les incitant à planter des arbres fruitiers (en plus d'autres arbres destinés aux fins de chauffage et de travaux de construction), à cultiver le café, et aussi à s'intéresser à l'élevage du bétail. La planification, disait Kwitonda, est le chemin qui mène non seulement à des meilleures conditions de vie mais aussi, et en même temps, à une meilleure santé.

Il y avait des fois qu'il rencontrait, en faisant des visites à domicile, des enfants qui le rendaient triste. Ils étaient si faibles, cela faisait peine à voir! Ils avaient mauvaise mine, les pieds gonflés, le ventre ballonné, les cheveux défrisés et rougeâtres. Ils avaient l'air morne et ils pleuraient sans cesse pour un rien.

D'autre part, il rencontrait aussi dans son travail d'enfants qui, eux, se portaient bien. Mais il ne pouvait jamais oublier les pauvres autres enfants, si tristes et malheureux.

Kwitonda essayait de donner par sa conduite, et sa façon de vivre, un bon exemple aux paysans. Il se souvenait du jour où Alicia lui annonça qu'elle était enceinte de leur premier enfant. Ce qu'il avait été content! Il la regardait lorsqu'elle faisait son ménage. Il regardait son ventre qui grandissait peu à peu. Il réfléchissait beaucoup sur ce que signifie être parent.

Ils étaient très heureux lors de la naissance de leur enfant aîné, une petite fille. Mais Kwitonda n'oublia jamais les autres enfants moins favorisés.

Au cours de ses visites à domicile, il avait remarqué que la façon courante de morceller les parcelles de terre finissait

par les rendre de plus en plus petites. Il fit la connaissance de plusieurs personnes dont les enfants, ayant terminé leurs études ne trouvaient aucun travail. Parmi ces jeunes gens il y en avait pas mal qui partaient pour la ville, où ils espéraient trouver un emploi.



Pourquoi cette famille est-elle malheureuse?

Kwitonda et sa femme se décidèrent que pour eux, planifier les naissances de leurs enfants faisait partie intégrale de la planification générale de leur ménage. Ils ne voulaient pas mettre au monde un enfant tous les ans, et ils avaient appris que, loin d'être obligés de laisser faire le hasard nous avons tous, de nos jours, la possibilité de planifier la naissance d'un enfant. Ils consultèrent alors leur docteur, qui les aida avec ses conseils. Alicia retourna chez lui tous les six mois pour les contrôles.

Trois ans plus tard, Alicia annonça à Kwitonda qu'elle attendait leur deuxième bébé. Comme ils étaient heureux en voyant naître leur second enfant, un petit garçon! Alicia fut une

maman qui se portait très bien. Elle avait beaucoup de lait maternel. Elle se sentait bien à tout point de vue, ne manquait pas de force, et accomplissait sans difficulté tous ses travaux ménagers.

Ainsi, Kwitonda et Alicia continuèrent à planifier, sans exception tout ce qui regardait leur ménage. Alicia s'occupait avec enthousiasme de ses champs, et planifiait bien les cultures. Ils élevaient aussi des lapins et des poules.

Un ami qui s'appelait Nzibeshaho arriva un jour chez eux. Il demanda à Kwitonda: "Pourquoi n'avez-vous pas plus d'enfants? On commencera bientôt à se moquer de toi et à se dire que tu n'es pas un homme!"

Kwitonda répondit: "Nous estimons que de mettre d'enfants au monde n'est pas une rigolade. Pour être un homme, on n'a pas besoin d'avoir beaucoup d'enfants. Dieu nous a doués de sagesse pour nous permettre de diriger et contrôler toutes nos affaires, y comprises les naissances de nos enfants."

Nzibeshaho s'étonna.

Kwitonda continua: "Lors des visites à domicile que je dois rendre aux paysans au cours de mon travail, je rencontre souvent des enfants qui se portent très mal. Ils ont l'air maladif, faible, les pieds gonflés, les cheveux rougeâtres. Encore tout petits on les sèvre, souvent beaucoup trop tôt parce que leur mère vient de leur donner un frère ou une petite soeur. Leurs mamans manquent de force, et souvent, se trouvent épuisée de fatigue."

"Chaque année nous voyons les parcelles de terre qui se diminuent progressivement. Tu connais très bien, toi-même, ce que c'est difficile payer l'école des enfants. Jusqu'à combien d'enfants pourrais-tu te permettre de payer l'école?"

"J'aime bien ma femme, et je lui souhaite bonne santé. Et c'est pour cela que nous préférons ne pas mettre un enfant au monde chaque année. Nous préférons profiter de ce que nous offre l'époque du progrès dans laquelle nous vivons à l'heure actuelle, pour planifier, non seulement toutes les choses qui touchent à notre existence générale, mais aussi les naissances de nos enfants. En planifiant les intervalles de temps qu'on aimerait voir entre les naissances, on se permet d'accueillir avec joie non seulement son premier, mais aussi son dernier-né."

"Notre troisième enfant, c'était un petit garçon. Il se porte bien. Peut-être aurons-nous un quatrième d'ici trois ans. Entre-temps nous sommes en train de nous construire

une maison. Nous ne sommes pas pressés, peut-être sera-t-elle terminée d'ici quelques années."

"Mon épouse Alicia parle souvent aux autres femmes de l'importance de planifier tout dans la vie pour s'assurer le bien-être et le bonheur. La planification devrait s'étendre à tous aspects de la vie familiale: la culture des champs, la tenue du ménage, la naissance des enfants."

"Voilà, Nzibeshaho, la raison pour laquelle nous sommes une famille heureuse et que nous nous portons bien."

- Question:
1. Pourquoi Kwitonda est-il un homme heureux?
  2. Qui est Nzibeshaho?
  3. Pourquoi Kwitonda et sa femme préfèrent-ils s'abstenir d'avoir des enfants vite, l'un après l'autre?
  4. Que sont les choses que planifient Kwitonda et sa femme?
  5. Peut-on facilement se permettre de mettre les enfants à l'école?