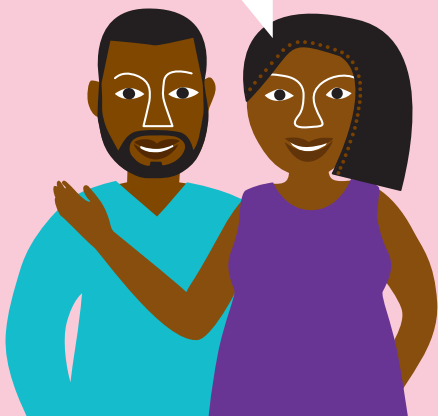


COVID-19 et genre

Guide à l'attention des parents et des personnes s'occupant d'enfants

En cette période d'incertitude, nous devons avoir conscience des différents effets, en fonction du genre, de la COVID-19 sur nous et sur les jeunes dont nous nous occupons.



Genre et COVID-19

Les rôles et les attentes liés au genre orientent notre façon de penser et nos comportements, que nous soyons une femme, un homme, une fille ou un garçon. Cependant, ces rôles ne sont pas figés.

Ce guide a été conçu afin d'aider les parents et les personnes s'occupant d'enfants à comprendre le lien entre le genre et la COVID-19, et à montrer l'exemple pour l'établissement de relations saines entre les genres au sein du foyer.

Lorsque les familles sont confinées dans de petits espaces, il est important que les parents et les personnes s'occupant d'enfants apprennent à gérer leur stress, à se soutenir mutuellement et à maîtriser les conflits. Comme les enfants apprennent en suivant l'exemple, vous pourrez transmettre ces précieuses compétences de la vie courante aux enfants dont vous avez la charge.

Que devons-nous savoir au sujet des genres dans le contexte de la COVID-19 ?

1. Les femmes et les filles effectuent davantage de tâches domestiques non rémunérées



En période de confinement, beaucoup de femmes et de filles effectuent davantage de tâches domestiques non rémunérées. Outre les tâches ménagères (ménage, cuisine, lessive, etc.), ce travail domestique consiste également à s'occuper des enfants, de proches parents âgés ou de membres de la famille malades. Les parents et les personnes s'occupant d'enfants doivent montrer l'exemple et partager ce travail équitablement entre tous les membres du foyer.

2. Des conflits peuvent éclater au sein de la famille



Les membres du foyer sont confrontés à des émotions difficiles, telles que l'incertitude, la peur, le désespoir ou le stress. Il est très important de gérer ces sentiments de façon sereine. Dans toutes les familles, l'existence de conflits et de tensions est normale. Cependant, il incombe aux parents et aux personnes s'occupant des enfants de résoudre ces différends grâce au dialogue. Crier ou se bagarrer ne fera qu'empirer la situation pour tout le monde.

3. Certains enfants sont exposés à la violence domestique



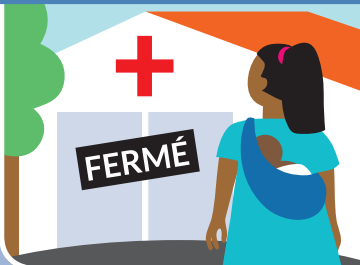
Une crise telle que celle de la COVID-19 peut provoquer une augmentation des violences domestiques. L'exposition à la violence au sein du foyer nuit fortement au bien-être des enfants. Les disputes entre adultes peuvent susciter chez eux de la peur, de la tristesse ou de l'angoisse. Les jeunes confrontés à des scènes de violence peuvent penser que cela est « normal » et acceptable. **Or, il n'en est rien !**

4. La violence domestique peut avoir des conséquences durables sur les enfants et sur les jeunes



Des recherches ont montré que les garçons témoins de scènes de violence domestique sont plus susceptibles de commettre des actes de violence à l'âge adulte. Inversement, les filles assistant à des scènes de violence domestique sont plus susceptibles d'en être victimes à l'âge adulte.

5. L'accès aux services de santé sexuelle et reproductive est restreint



Il est de la responsabilité partagée des hommes et des femmes (et non seulement des femmes) d'éviter les grossesses non désirées et les infections sexuellement transmissibles (IST), dont le VIH. Durant cette période, il peut être difficile d'avoir accès à la contraception, de se procurer des préservatifs ou de bénéficier de soins maternels essentiels.



Les gestes que chacun peut adopter pour le bien de tous



Pour en savoir plus, rendez-vous sur :
OMS – www.who.int/reproductivehealth/publications/covid-19-vaw-infographics/en/
ONUSIDA – www.unaids.org/en/covid19

Le travail domestique non rétribué



Montrez l'exemple en répartissant les tâches domestiques et les tâches consistant à s'occuper des autres. Les hommes et les garçons peuvent et doivent participer davantage à la **cuisine et au ménage**. Ils peuvent aussi s'occuper des **enfants, des proches parents âgés ou des membres de la famille malades** pour partager ces tâches de façon équitable avec les femmes et les filles, qui sont celles qui assurent en général l'essentiel de ces tâches.



Aidez les filles et les garçons à faire leurs devoirs et à parfaire leur éducation. L'éducation est la clé d'un avenir prometteur. Si les filles doivent s'acquitter de toutes les corvées à la maison, leur scolarité en pâtira. Voilà pourquoi les hommes et les garçons doivent aussi faire leur part.



Faites de votre foyer un espace sécurisé fondé sur l'amour, l'affection et l'entraide. Prenez vos repas ensemble, détendez-vous avec des jeux, des exercices ou des histoires, et soyez à l'écoute des inquiétudes et des préoccupations de chacun.

Les droits relatifs à la santé sexuelle et reproductive



Profitez de cette période pour engager des conversations ouvertes avec les adolescents et les jeunes au sujet de la sexualité. Ils peuvent avoir des questions et des inquiétudes. En soutenant les jeunes sans porter de jugement à leur égard et en répondant à leurs questions, vous les aiderez à prendre les bonnes décisions. Si vous ne savez pas répondre à leurs questions, renseignez-vous auprès de professionnels de santé ou consultez des sources fiables, telles que les sites de l'Organisation mondiale de la Santé ou du Programme commun des Nations Unies sur le VIH/sida.



Sollicitez toujours le consentement de votre partenaire avant un rapport sexuel, même si vous êtes en couple. Si votre partenaire ne veut pas avoir de rapport sexuel, ou accepte puis change d'avis (par exemple, si vous n'avez pas de préservatif), vous devez respecter sa décision.



Discutez avec votre partenaire et prenez des décisions concertées pour avoir des rapports sexuels mieux protégés. Évitez d'avoir des relations non protégées (sans préservatif et/ou sans contraception) car il peut être difficile d'accéder à des soins maternels, à un traitement contre le VIH ou d'autres IST, ou à des services d'avortement sécurisés.

Gérer les conflits



Apprenez à **gérer les conflits de façon sereine** et enseignez aux enfants et aux jeunes à votre charge à résoudre les conflits par le dialogue.



Écoutez le ressenti de l'autre vis-à-vis de la situation, sans interruption ni jugement. Exprimez ensuite la façon dont vous avez vécu la situation.

Essayez de trouver des solutions ensemble, plutôt que de vous focaliser sur qui a raison et qui a tort.

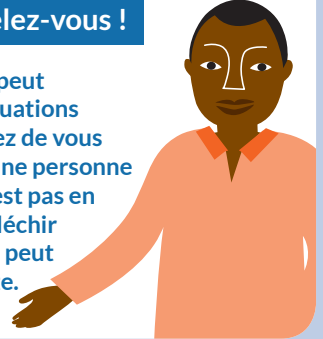


Évitez les situations de conflit. Prenez le temps de vous calmer et de réfléchir à ce qui a provoqué en vous de la colère, de la tristesse ou de la contrariété. Accordez à l'autre le temps de se calmer aussi. Une fois que chacun a retrouvé son calme, trouvez un moment pour parler de ce qu'il s'est passé.



Rappelez-vous !

L'abus d'alcool peut aggraver les situations de conflit. Évitez de vous disputer avec une personne ivre, car elle n'est pas en capacité de réfléchir avec lucidité et peut devenir violente.



Réagir à la violence



Si vous ou une personne au sein de votre foyer êtes en **danger immédiat**, appelez la police ou les services de secours.



Si vous craignez des faits de violence domestique, **contactez une ligne d'écoute ou un réseau de soutien.**



Restez en lien avec vos amis, votre famille et vos voisins. **Parlez-en à une personne de confiance.**



Rappelez-vous !

■ **Exposer les jeunes à la violence leur est très préjudiciable. L'exposition à la violence augmente également le risque des jeunes d'attraper le VIH/SIDA.**

■ **Chaque être humain a le droit de vivre exempt de toute violence. Aucune personne ne doit être victime de violence dans son propre foyer. La violence n'est pas « normale » et personne n'a le droit d'être maltraité par des membres de la famille ou des proches. Si vous êtes victime de violence, demandez de l'aide.**