

NUTRITION DE LA MÈRE

AFFIRMATION

Les femmes enceintes ne doivent pas manger les œufs sinon le bébé sera muet et chauve...

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

FAUX

Les oeufs c'est top, il y a beaucoup de protéine pleine de nutriments pour le bébé.

TIK TOK : Alassane, épisode 4

Les idées reçues



NUTRITION DE LA MÈRE

AFFIRMATION

Manger du poisson est bon pour le cerveau du bébé et pour la santé de la maman

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

VRAI

Dans le poisson il y a du fer et ça permet de ne pas être anémié, il y a aussi de bonnes matières grasses et c'est bon pour le cerveau

TIK TOK : Alassane, épisode 4

Les idées reçues



NUTRITION DE LA MÈRE

AFFIRMATION

Les femmes enceintes doivent beaucoup travailler et ne pas faire la sieste sinon elle aura des problèmes pour accoucher.

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

FAUX

Les oeufs c'est top, il y a beaucoup de protéine pleine de nutriments pour le bébé.

TIK TOK : Alassane, épisode 2 ou 3

Les idées reçues



NUTRITION DE LA MÈRE

AFFIRMATION

Les femmes enceintes ne doivent pas boire d'eau fraîche sinon elles auront des problèmes pour accoucher.

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

FAUX

La femme enceinte peut se rafraichir si elle en a envie et il n'y a aucun danger pour le bébé.

TIK TOK : Alassane, épisode 2 - 4

Les idées reçues



NUTRITION DE LA MÈRE

AFFIRMATION

Manger de l'aubergine et des bananes est bon pour une femme enceinte

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

VRAI

Les légumes et les fruits sont une bonne source de vitamines et de sels minéraux pour une femme enceinte et ça ne pose pas de problèmes pour l'accouchement.

TIK TOK : Alassane, épisode 4 - 8

Les idées reçues



NUTRITION DE LA MÈRE

AFFIRMATION

Les femmes enceintes peuvent manger la farine ou des pâtes.

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

VRAI

Mais avec modération, ne faut pas non plus en manger tous les jours, matin, midi et soir. Écoutez votre corps parce que l'abus de toute chose est nuisible.

TIK TOK : Alassane, épisode 10

Les idées reçues



NUTRITION DE LA MÈRE

AFFIRMATION

Les femmes enceintes doivent éviter les fruits de mer.

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

FAUX

Il faut faire très attention, parce que ça peut donner des maladies.

TIK TOK : Alassane, épisode 10

Les idées reçues



NUTRITION DE LA MÈRE

AFFIRMATION

Bien mangé ça coute très cher.

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

FAUX

On peut bien manger pour pas cher.

TIK TOK : Alassane, épisode 7

Les idées reçues



NUTRITION DE LA MÈRE

AFFIRMATION

La femme enceinte doit éviter des aliments comme le café, le cola et l'attaya

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

VRAI

Ça réduit l'efficacité des produits riche en vitamine et surtout l'absorption du fer. Alors faites attention

TIK TOK : Alassane, épisode 10

Les idées reçues



NUTRITION DE LA MÈRE

AFFIRMATION

Une femme enceinte adoptant de bonnes pratiques d'alimentation réduit les risques d'accouchement prématuré

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

VRAI

Une femme enceinte démarrant avec un bon statut nutritionnel ou adoptant une bonne alimentation n'aura pas de carence, la croissance du fœtus intra utérine sera bonne, les risques d'accouchement seront réduits et les chances de survie lors de l'accouchement seront plus importantes.

TIK TOK : Alassane, épisode 9 - 10

Les idées reçues



NUTRITION DE LA MÈRE

AFFIRMATION

L'alimentation de la femme enceinte n'a pas d'incidence sur le poids de naissance d'un nourrisson

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

FAUX

Lorsqu'une femme enceinte est malnutrie, elle est plus susceptible de donner naissance à un enfant de faible poids. Un nourrisson qui naît avec un bon poids a des meilleures chances de survie et les risques de maladie sont réduits.

TIK TOK : Alassane, épisode 9 - 10

Les idées reçues



NUTRITION DE LA MÈRE

AFFIRMATION

Le lait maternel ne permet pas à lui seul d'assurer le bon développement du nouveau-né.

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

FAUX

Le lait maternel contient tous les éléments nutritifs nécessaires pour assurer la croissance et le bon développement du nouveau-né. Il devra être complété par une alimentation variée à partir des 6 mois de l'enfant.

TIK TOK : Amy, épisode 1 ou 2

Les idées reçues



NUTRITION DE LA MÈRE

AFFIRMATION

La qualité du lait maternel ne dépend pas de l'alimentation de la mère.

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

FAUX

La qualité du lait maternel est directement dépendante de l'alimentation de la mère qui doit veiller à manger varié et équilibré.

TIK TOK : Amy, épisode 7

Les idées reçues



NUTRITION DE LA MÈRE

AFFIRMATION

Les grossesses trop nombreuses et rapprochées peuvent être dangereuses pour la mère et aussi pour l'enfant.

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

FAUX

Un espacement des grossesses inférieur à 30 mois (presque 3 ans) a de effets négatifs sur la santé des femmes. Le report de la grossesse suivante d'au moins 36 mois après le dernier accouchement réduit le risque de retard et de croissance infantile.

TIK TOK : Sophie, épisode 1 à 3

Les idées reçues



NUTRITION DE LA MÈRE

AFFIRMATION

Les femmes qui allaitent exclusivement au sein de jour comme de nuit leur bébé, ont leurs règles qui réapparaissent plus tard.

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

VRAI

Les femmes qui allaitent ont donc moins de risque de retomber enceinte que celles qui n'allaitent pas. L'intervalle entre grossesses peut être retardé de 5 à 6 mois grâce à l'allaitement exclusif si celui-ci est fait au moins toutes les 3 heures jour et nuit.

TIK TOK : Amy, épisode 6

Les idées reçues



ALLAITEMENT MATERNEL

AFFIRMATION

Une femme qui allaite ne doit pas manger le poisson ou les oeufs parce que ça gâte le lait.

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

FAUX

On peut manger ce que l'on veut après avoir accouché. Il n'y a rien à craindre pour le lait maternel

TIK TOK : Amy, épisode 7

Les idées reçues



ALLAITEMENT MATERNEL

AFFIRMATION

Un bébé allaité exclusivement au sein jusqu'à 6 mois n'a pas besoin de boire de l'eau

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

VRAI

Le lait maternel contient tout ce dont le bébé a besoin, y compris de l'eau. Même quand il fait très chaud, donnez seulement votre lait pendant les 6ers mois.

TIK TOK : Amy, épisode 1

Les idées reçues



ALLAITEMENT MATERNEL

AFFIRMATION

L'allaitement maternel fatigue la maman, c'est mieux de toujours donner du lait industriel.

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

FAUX

L'allaitement maternel est naturel et ne «fatigue» pas une femme en bonne santé. Il apporte beaucoup de vitamines au bébé et puis surtout ça nous permet de créer un lien avec notre enfant.

TIK TOK : Amy, épisode 3

Les idées reçues



VACCINATION NÉONATALE

AFFIRMATION

La vaccination rend stérile.

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

FAUX

Aucun vaccin n'affecte la stérilité. C'est une fausse idée que personne ne peut prouver parce qu'elle provient de rumeurs. Les vaccins sont uniquement conçus pour protéger contre les maladies.

TIK TOK : Ndiassé, épisode 3

Les idées reçues



VACCINATION NÉONATALE

AFFIRMATION

La vaccination protège contre certaines maladies.

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

VRAI

Les vaccins stimulent votre corps et protègent contre des maladies graves comme la rougeole, la poliomyélite et le tétanos. Grâce à la vaccination, certaines maladies dangereuses ont presque disparu.

TIK TOK : Ndiassé, épisode 1

Les idées reçues



VACCINATION NÉONATALE

AFFIRMATION

La vaccination vise à contrôler la population africaine et réduire son espérance de vie.

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

FAUX

Les gens se font vacciner partout dans le monde, pas seulement en Afrique. Les vaccins sauvent et ceux qui se font vacciner vivent encore plus longtemps et ont une meilleure santé.

TIK TOK : Ndiassé, épisode 3 & 9

Les idées reçues



VACCINATION NÉONATALE

AFFIRMATION

La vaccination permet de tester de nouveaux médicaments.

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

FAUX

Les vaccins ne sont pas des « tests ». Avant d'être utilisés, ils passent par des années d'études rigoureuses et des essais cliniques stricts pour s'assurer qu'ils sont sûrs et efficaces. Les vaccins utilisés sont approuvés par des organismes de santé comme l'OMS.

TIK TOK : Ndiassé, épisode 6

Les idées reçues



VACCINATION NÉONATALE

AFFIRMATION

Les vaccins sont inutiles si l'enfant est en bonne santé.

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

FAUX

Même un enfant en bonne santé peut contracter des maladies graves. Si son système immunitaire n'a pas été préparé par la vaccination. Donc tous les enfants doivent se faire vacciner.

TIK TOK : Ndiassé, épisode 2

Les idées reçues



VACCINATION NÉONATALE

AFFIRMATION

La vaccination est compatible avec les enseignements religieux.

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

VRAI

Dans l'islam et d'autres religions pratiquées au Sénégal, protéger la santé et la vie est une obligation. De nombreux leaders religieux soutiennent la vaccination et disent que c'est notre responsabilité.

TIK TOK : Ndiassé, épisode 9

Les idées reçues



VACCINATION NÉONATALE

AFFIRMATION

Les effets secondaires des vaccins signifient que le vaccin ne fonctionne pas.

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

FAUX

Les effets secondaires légers comme une fièvre ou une douleur au point d'injection sont normaux et montrent que le corps développe une réponse immunitaire pour se défendre contre les maladies.

TIK TOK : Ndiassé, épisode 5

Les idées reçues



VACCINATION NÉONATALE

AFFIRMATION

La vaccination permet de protéger la communauté entière.

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

VRAI

Quand beaucoup de personnes sont vaccinées, cela empêche la propagation des maladies, et ça protège tout le monde.

TIK TOK : Ndiassé, épisode 8

Les idées reçues



CONTRACEPTION - PLANNING FAMILIAL

AFFIRMATION

La contraception c'est surtout pour les mamans qui n'ont pas de mari.

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

FAUX

C'est important pour tout le monde. C'est important si vous ne voulez pas encore avoir des enfants ou si vous en avez déjà et que vous voulez attendre avant de retomber enceinte. La contraception vous aide à choisir le bon moment pour avoir un enfant.

TIK TOK : Sophie, épisode 1 à 2

Les idées reçues



CONTRACEPTION - PLANNING FAMILIAL

AFFIRMATION

Les grossesses trop nombreuses et rapprochées peuvent être dangereuses pour la mère et aussi pour l'enfant.

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

VRAI

Un espacement des grossesses inférieur à 30 mois (presque 3 ans) a de effets négatifs sur la santé des femmes. Le report de la grossesse suivante d'au moins 36 mois après le dernier accouchement réduit le risque de retard et de croissance infantile.

TIK TOK : Sophie, épisode 1 à 3

Les idées reçues



CONTRACEPTION - PLANNING FAMILIAL

AFFIRMATION

Le planning familial cause la stérilité chez les femmes.

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

FAUX

Si jamais tu oublies te prendre ta pilule ou de renouveler ton moyen de contraception, tu tombes enceinte. Le planning familial aide à espacer les naissances le temps que la femme se remette et que le bébé grandisse bien.

TIK TOK : Sophie, épisode 5 & 6

Les idées reçues



CONTRACEPTION - PLANNING FAMILIAL

AFFIRMATION

Une femme qui a accouché il y a quelques semaines peut commencer à prendre un contraceptif.

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

VRAI

La contraception concerne toutes les femmes. Celles qui ont accouché il y a des années, celles qui n'ont jamais eu d'enfants, celles qui viennent d'accoucher.

TIK TOK : Sophie, épisode 5

Les idées reçues



CONTRACEPTION - PLANNING FAMILIAL

AFFIRMATION

Le planning familial peut rendre les femmes stériles.

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

FAUX

Aucune méthode de planning familial ne rend stérile. Quand vous arrêtez, vous pouvez retomber enceinte.

TIK TOK : Sophie, épisode 5 & 10

Les idées reçues



CONTRACEPTION - PLANNING FAMILIAL

AFFIRMATION

Les implants et les injections se perdent dans le corps.

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

FAUX

Ça ne bouge pas ! Les implants restent sous la peau, bien fixés, et les injections restent là où elles doivent agir.

TIK TOK : Sophie, épisode 6 & 7

Les idées reçues



CONTRACEPTION - PLANNING FAMILIAL

AFFIRMATION

Le planning familial va contre la religion.

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

FAUX

Le planning familial n'est pas interdit par la religion. Beaucoup d'imams encouragent même la planification, car c'est une manière de protéger la santé de la femme et de mieux organiser sa famille.

TIK TOK : Sophie, épisode 9

Les idées reçues



CONTRACEPTION - PLANNING FAMILIAL

AFFIRMATION

Les hommes peuvent faire un planning familial

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

VRAI

Les hommes aussi sont concernés. Ils peuvent utiliser les préservatifs et soutenir leurs femmes dans leur choix

TIK TOK : Sophie, épisode 7

Les idées reçues



LA CONSULTATION PRÉNATALE ET POST-NATALE

AFFIRMATION

La planification familiale cause la stérilité chez les femmes.

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

FAUX

La planification familiale ne rend pas stérile. Dès qu'elle arrête les méthodes contraceptives une femme peut tomber à nouveau enceinte. Le planning familiale permet simplement aux femmes de choisir quand avoir un enfant.

TIK TOK : Sophie, épisode 5 à 6

Les idées reçues



LA CONSULTATION PRÉNATALE ET POST-NATALE

AFFIRMATION

Les implants sont efficaces pour prévenir une grossesse.

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

VRAI

Les implants sont insérés sous la peau, généralement au niveau du bras, et y restent/ne bougent pas. Ils restent efficaces 3 à 5 ans et peuvent être retirés facilement par un professionnel de santé.

TIK TOK : Sophie, épisode 6

Les idées reçues



LA CONSULTATION PRÉNATALE ET POST-NATALE

AFFIRMATION

La planification familiale est assimilée à un meurtre ou un assassinat.

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

FAUX

La planification familiale ne tue personne. Elle permet simplement d'espacer les naissances et de protéger la santé de la mère et de l'enfant. En réalité, elle sauve des vies en réduisant les risques liés aux grossesses rapprochées ou non planifiées.

TIK TOK : Sophie, épisode 3

Les idées reçues



LA CONSULTATION PRÉNATALE ET POST-NATALE

AFFIRMATION

La planification familiale permet aux Blancs de nous empêcher d'avoir des enfants.

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

FAUX

La planification familiale n'est pas une stratégie imposée par des étrangers. Elle vise à améliorer les conditions de vie des familles et permet aux couples de choisir le moment idéal pour avoir des enfants, selon leurs ressources et leur santé.

TIK TOK : Sophie, épisode 8

Les idées reçues



LA CONSULTATION PRÉNATALE ET POST-NATALE

AFFIRMATION

Le mari doit accompagner sa femmes à toutes les consultations prénatales et postnatales.

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

FAUX

Les papas ne sont pas obligés de venir aux consultations mais c'est fortement recommandé. Un papa qui est impliqué à 200 pour cent, soutient et comprend mieux les besoins de sa femme et de leur enfant.

TIK TOK : Gnima, épisode 8

Les idées reçues



LA CONSULTATION PRÉNATALE ET POST-NATALE

AFFIRMATION

Une femme doit obligatoirement avoir l'autorisation de son mari pour se rendre dans une structure de santé.

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

FAUX

Une femme a le droit de consulter un professionnel de santé et de prendre des décisions pour sa santé, y compris pour la planification familiale, sans l'autorisation de son mari. Bien sûr, vous pouvez en parler avec votre mari mais il n'a pas le droit de vous interdire de vous soigner.

TIK TOK : Gnima, épisode 2

Les idées reçues



LA CONSULTATION PRÉNATALE ET POST-NATALE

AFFIRMATION

La planification familiale permet de protéger la santé de la maman et de l'enfant.

VRAI

ou

FAUX

RÉPONSE

FAUX

En espaçant les naissances, la planification familiale permet d'éviter des complications et donne à la maman le temps de se rétablir après une grossesse. Après, une fois que vous êtes prêt, vous pouvez l'arrêter quand vous voulez et faire un nouvel enfant. Venez nous voir pour obtenir les bons conseils, parce que la planification familiale est une affaire de couple.

TIK TOK : Sophie, épisode 5

Les idées reçues



SANSAS

Sunu wergu yaram, sunu yite

VRAI

FAUX

La série  TikTok



Boîte à outils Jeu

Sunu wergu yaram sunu yite

Fiche 3 les idées reçues