

Provisions pour la Vie

DIX CONTES SUR L'AMELORATION DE LA SANTE

Ecrit et désigné par : Miranda Dodd

Table of Contents

I. L'Importance d'Education	5
II. L'Hygiène	11
III. L'Eau Potable	18
IV. La Visite Prénatale	24
V. L'Allaitement Maternel	32
VI. L'Assistance	40
VII. La Nutrition des Enfants	46
VIII. La Vaccination	55
IX. Le Paludisme	66
X. Le Séminaire	75

Introduction

Je suis venue en Mauritanie pour travailler avec les populations dans un effort de les aider à améliorer leur santé. En venant, je n'ai amené qu'une connaissance et un savoir-faire. Cela n'est pas rien. La connaissance est l'une des choses les plus importantes du monde. Elle ne diminue pas, même si elle est partagée entre des centaines de personnes et elle reste toujours utile. En fait, si la connaissance est partagée, elle ne fait qu'augmenter.

Depuis que je suis venue ici, j'œuvre pour sensibiliser les populations aux questions de la santé tout en partageant mes connaissances, dans des séminaires, des causeries, des conversations avec des amies, et à chaque fois notre connaissance augmente.

J'ai remarqué ici que beaucoup de personnes s'intéressent au développement de sois (la ressource la plus importante dans le développement). Je vois ici les adultes qui, malgré un manque de scolarisation, cherchent maintenant à être alphabétisés, même si c'est dans leur langue maternelle. Chaque année, le nombre de personnes alphabétisées augmente.

Le présent livre est pour vous, et tous ceux qui viendront après vous. Avant de quitter la Mauritanie, je vous laisserai un peu de ma connaissance. Chacun de vous qui apprendrez à lire et à écrire pourra continuer de profiter de ce livre. Vous pouvez également l'utiliser pour améliorer votre capacité de lecture.

Le livre est composé de dix petits contes sur la santé. Chacun parle d'une réalité de la vie quotidienne des Mauritaniennes. Vous allez reconnaître les caractères qui se trouvent dans les contes. Ils peuvent être vos voisins. Suivez-les dans chaque chapitre. Apprenez avec eux comment améliorer la santé.

Ce livre est le résultat d'une collaboration entre le Corps de la Paix, avec

qui je suis venue en Mauritanie, et de l'ONG AFPD (Association de Formation des Producteurs et le Développement) qui a apporté son assistance technique et financière.

Il n'existerait pas sans l'aide et le soutien de plusieurs individus, dont notamment :

- Ramata Ba de Meresa, pour l'inspiration qu'elle a donnée avec sa persistance en apprenant à lire et ses demandes pour la littérature.
- Traore Fode, Infirmier à Civé, Dikko Ba, Hawa Cissokho, Kadjia Siylé, et Wodjere, personnel de la santé au dispensaire de Djeol pour leurs suggestions sur les thèmes des chapitres.
- Thierno Dusman Camara, Oumar Ba et Bahena pour ses corrections d'épreuve en français, pulaar et arabe.
- Sans oublier toutes les populations des villages avec lesquels j'ai travaillées. Sans mes expériences personnelles et professionnelles avec eux, je n'aurais jamais pu réaliser ce travail.

Je souhaite que ce livre vous apporte beaucoup de plaisir en le lisant et que vous y appreniez beaucoup.

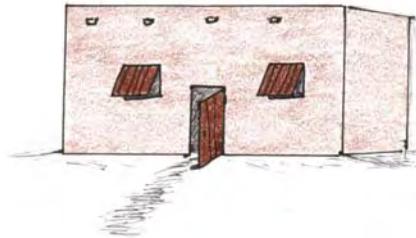
Miranda Dodd

I. L'importance d'éducation

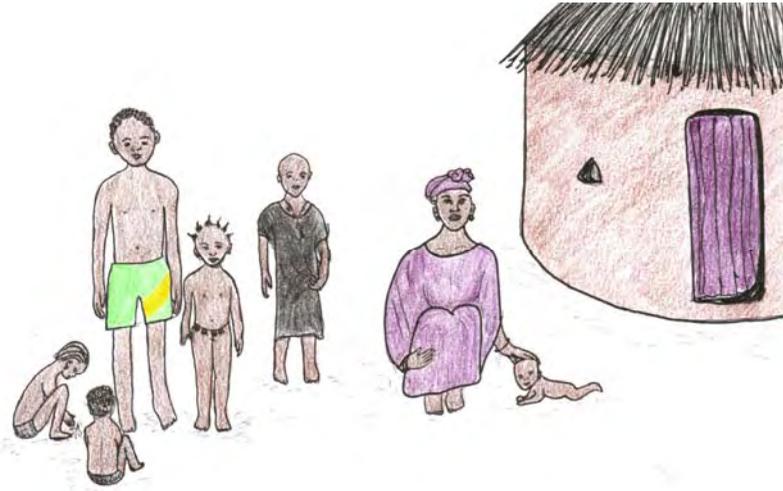
La connaissance est une lueur; l'ignorance est l'obscurité



Fatimata est là, assise. Elle est en train de pleurer. Son père lui a dit qu'elle ne peut plus aller à l'école. Son père veut qu'elle reste à la maison pour aider sa mère à faire le ménage. C'est seulement l'année dernière que Fatimata est entrée à l'école, mais cette année son père lui dit qu'elle est trop âgée.



Fatimata sort de l'école. Elle est très heureuse. Maintenant Fatimata est une adulte. Elle est mariée et mère de quatre enfants. L'instituteur de l'école a commencé à enseigner aux adultes. Chaque soir quand les élèves descendent, les adultes rentrent à leur tour. Fatimata a beaucoup appris. Elle sait lire et écrire tout l'alphabet, en plus de beaucoup de mots et de phrases.



Fatimata rentra chez elle. Elle trouva là-bas sa petite sœur de même que sa mère et son père. Son père s'appelle Maymouna. La cadette de Fatimata a trois ans. L'aîné de Fatimata n'a que sept ans. Il ne peut pas s'occuper de ses petites sœurs et de son petit frère à lui seul. C'est pour cela que Maymouna aide Fatimata en s'occupant de ses enfants pendant qu'elle est à l'école.

Maymouna a deux enfants. L'aînée s'appelle Faati Demba. Elle est l'homonyme de Fatimata. Faati Demba a une année et demie. Elle a été sevrée depuis qu'elle avait six mois parce que sa mère avait un nouveau bébé. Malgré ça Faati Demba était une enfant très heureuse. Elle jouait. Elle riait et se battait les mains.

Sauf aujourd'hui.



Aujourd'hui Faati Demba n'a pas couru vers son homonyme quand elle l'a vu.

Elle resta assise sur la natte. Son homonyme prit Faati Demba dans ses bras.



Quand elle l'a prise, elle a senti une mauvaise odeur. Elle a remarqué aussi que Faati Demba portait une couche. Depuis longtemps, Faati Demba avait cessé d'en porter. Elle savait demander le pot de chambre à chaque fois qu'elle en avait besoin.

-« Qu'est-ce qu'à Faati Demba ? Est-elle malade ? » demanda Fatimata à Maymouna.

-« Oui, elle est vraiment malade. Elle a la diarrhée et un peu de fièvre. Elle a passé toute la journée en train de pleurer », répondit Maymouna.

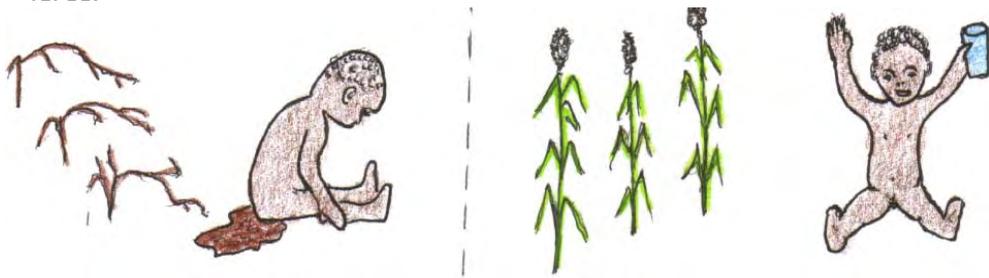
Fatimata demanda si elle a donné à Faati Demba à manger à l'heure du déjeuner.

-« Non, dit Maymouna, Maman Ayseta m'a dit que si je veux que la diarrhée s'arrête, je ne devais lui donner ni à manger ni à boire. Chaque fois qu'elle buvait, elle faisait des selles. Maman Ayseta a dit de laisser son ventre se reposer. »



Fatimata regarda Faati Demba. Elle remarqua que ses yeux n'avaient pas de larmes. Sa peau était sèche et les coins de sa bouche avaient des gercures. Elle se rappelle de ce que son instituteur avait écrit au tableau aujourd'hui et ce qu'il avait dit.

Fatimata répéta la leçon : notre instituteur a dit que la diarrhée est très dangereuse. Si un enfant perd trop d'eau de son corps, il peut mourir. Par exemple, c'est comme l'année dernière, quand il n'y avait pas assez de pluies, tout le mil qui avait commencé à pousser était mort. Notre maître a dit qu'un enfant qui a la diarrhée a besoin de boire beaucoup pour qu'il ne perde pas sa force.



Maymouna a bien écouté Fatimata. Elle sait que Fatimata est très intelligente et qu'elle a beaucoup appris à l'école, mais Maman Ayseta est une grande personne. Elle est la belle-mère de Fatimata et la petite sœur de leur mère. Quand Maman Ayseta parle, tout le monde doit l'écouter. En plus, personne dans le village n'a jamais donné à manger à quelqu'un qui avait la diarrhée.

Fatimata rappela à Maymouna comment le fils de leur grand-frère sont

décédés il n'y a pas longtemps à cause d'une diarrhée qui n'avait duré que deux jours.

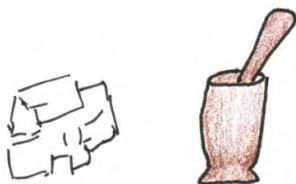
Maymouna était habituée à écouter sa grande sœur, et dans ce cas, elle pensait que sa sœur avait raison. Maymouna demanda : « eyowa, qu'est-ce ton professeur avait dit de faire ? »

Fatimata remettra son homonyme dans les mains de sa mère. Elle rentra dans sa chambre et remplit le pot du canari avec de l'eau.



Elle mettra deux goûtes d'eau de javel dedans. Ensuite, elle expliqua à Maymouna comment l'eau de javel rendrait l'eau potable, pour ne pas aggraver la maladie de Faati Demba. Il faudra attendre trente minutes pour être sûr que tous les microbes soient éliminés.

Fatimata explique à sa petite sœur comment préparer la boisson de réhydratation. Elle amena du sel, un mortier, un pilon, du sucre, et un verre pour le thé.



Elle pile le sel jusqu'à obtenir une poudre.



Elle met deux pincées du sel poudré dans un litre d'eau.



Elle ajoute un demi-verre à thé de sucre.



Elle continue jusqu'à ce que l'eau, le sel et le sucre soient bien mélangés.



Fatimata goûte un peu de cette boisson pour vérifier que ce n'est pas plus salé que les larmes. C'est bien.

Fatimata met un peu de boisson dans une tasse de café. Elle la donne à boire à son homonyme. Faati Demba boit tout aussitôt. Maymouna ajoute plus de boisson et Faati Demba boit tout encore. Puis, elle commença à vomir. Maymouna se met en colère, elle accuse Fatimata d'avoir aggravé la maladie de son enfant. Mais Fatimata dit que ce n'est pas un problème. L'instituteur nous dit que même si l'enfant vomit, il faut continuer à le faire boire. Mais il faut qu'il boive doucement. Elle donnait un autre verre à Faati Demba qui boit le tout.



Quand elle a fini de boire elle commence à se battre les mains, ses yeux pétillaient. Fatimata sort un paquet de biscuits.



Faati Demba se leva. Elle se dirige vers Fatimata et prend un biscuit et le mange.

-Mais non ! Elle fait encore la diarrhée ! exclama Maymouna.

-Ce n'est pas grave, dit Fatimata, même si la diarrhée n'a pas encore cessé, regarde comme elle va mieux déjà. Elle veut manger et boire tout. Attention ou elle va verser son verre !



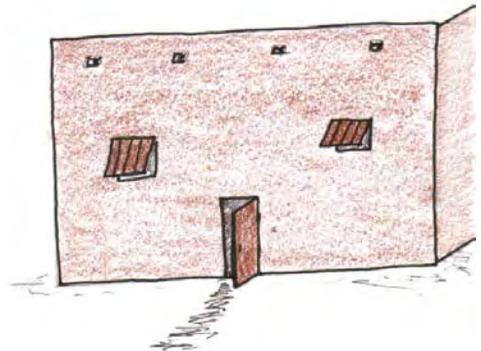
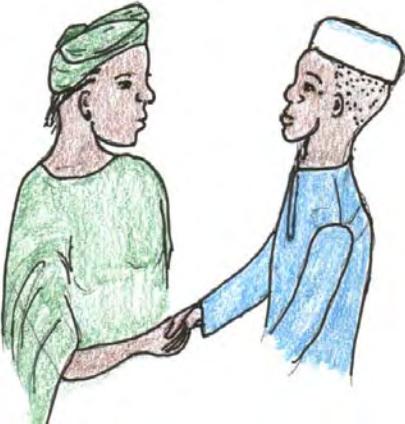
A ce moment Maman Ayseta est revenue. Faati Demba la reconnaît et court vers elle. Maman Ayseta la salue très fort :

-Mon enfant ! Mon petit enfant, tu va mieux, allhumdulaahi ! Tu vois, ne pas donner à manger a soigné la diarrhée rapidement.

-DouceMENT Maman, dit Maymouna, écoute ce que Fatimata a fait.

Maman Ayseta a écouté jusqu'à ce que ses enfants aient fini de parler. Elle a bien compris. Elle dit, étudier c'est très important et très utile.

Quand Fatimata est rentrée à l'école elle raconta à son maître comment elle a essayé la boisson de réhydratation pour l'enfant de sa petite sœur, et elle a réussie. L'instituteur fut très heureux d'apprendre que Fatimata s'est bien rappelée de sa leçon.



L'instituteur explique à Fatimata que même si la diarrhée s'est arrêtée, il faut continuer à donner la boisson, et d'augmenter aussi à manger pour qu'elle puisse retrouver sa force et son poids perdu.

-Tu as bien appris, mashallah, il remercie Fatimata.

-C'est toi qui m'as appris, dit Fatimata. Si Maymouna était venue apprendre, elle aurait su ce qu'il fallait faire.

L'instituteur répondit, qu'est-ce qui l'empêche d'apprendre. Dis-lui de venir à l'école.

II. L'Hygiène

Celui qui n'est pas propre ne sera pas sain ; qui n'est pas sain ne réussira jamais.



Maymouna et sa grande sœur partent à l'école. Il n'y a pas longs temps que la fille de Maymouna était malade, c'était en ce moment que Fatimata lui avait montré comment se soigner. Depuis lors Maymouna a compris l'utilité de l'éducation. L'instituteur leur enseigne beaucoup de choses utiles, c'est avec lui que Fatimata a appris la boisson de réhydratation.

Maymouna et Fatimata arrivèrent à l'école. Elles trouvèrent là-bas l'instituteur et quelques autres femmes. Maymouna et Fatimata saluèrent les autres. Elles s'assirent, sortirent leurs cahiers et leurs stylos.



Fatimata appelle l'instituteur, Monsieur, j'ai une question pour vous. Je veux savoir qu'est-ce qui avait causé la diarrhée de ma nièce ? Pourquoi a-t-on la diarrhée ? Qu'est-ce qui la provoque ?

-C'est une très bonne question, dit l'instituteur. Ces questions feront parti de notre exercice d'aujourd'hui. Je vais vous dicter un conte, vous écrivez ce que vous entendez. Après nous en discuterons.

Le maître écrit sur le tableau :



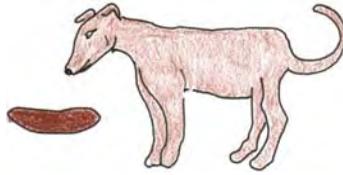
Les femmes lisent l'écriture et se mettent à rire.

-Mais, non il ne faut pas rire. Il n'y a aucune honte. Le conte a beaucoup de sens, comme vous allez voir. Prenez vos cahiers et commençons.

Une fois il y a long temps, il y avait un homme qui s'appelait Demba Diarrhée. Diarrhée est le nom de son clan. Depuis très longtemps dans le monde le clan existait. Les gens de Diarrhée ne savaient pas pourquoi ils ont la diarrhée ou comment la traiter. Ils ne savaient même pas que c'était une maladie. C'était leur vie tout simplement.



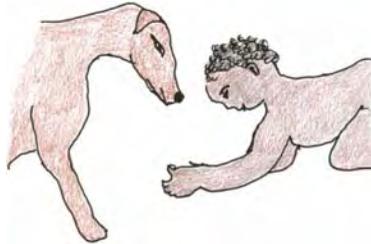
Demba avait toujours la diarrhée, mais il ne partait pas en brousse parce que c'était loin et fatigant. Pour faire ses besoins il partait juste derrière la maison. Quand il finissait, il portait son pantalon et partait. Il ne se lavait pas. Il n'enterrait pas ses selles.



Un jour quand il a laissé ses selles derrière la maison, un chien est venu mettre sa gueule est ses pattes de dans.



Puis le chien est rentré dans la maison où tout ce qu'il touchait est contaminé par les selles. Le cadet de la famille était là en train de jouer dans la cour.



Le chien se dirige vers lui pour lui renifler. Il lui a touché avec son nez sal. En fin le chien a aboyé et fait peur à l'enfant qui a commencé à crier jusqu'à sa mère est venue.



Elle a jeté une pierre au chien, ce dernier prend la fuite. Elle prend son enfant

dans ses bras pour le calmer. Elle n'a pas remarqué les selles sur l'enfant. Quand l'enfant s'est calmé, sa mère le déposa et continua son travail.



Elle préparait le déjeuner. Elle ne s'est pas lavée les mains avec du savon. Quand elle a fini de cuisiner, toute la famille a mangé.



Maintenant tous ont la diarrhée, le père, la mère les enfants l'aîné jusqu'au cadet. C'est comme ça la vie du clan de diarrhée.



Quand l'instituteur finit de raconter, il attend jusqu'à ce que les femmes terminèrent d'écrire. Puis, il les demanda, eyowa, pourquoi ils ont eu la diarrhée ? Qu'est-ce qu'ils peuvent faire pour l'éviter ?

Les femmes pensèrent pendant long temps. Finalement Fatimata répondit, Si Demba avait fait ses besoins dans les toilettes ou bien il avait enterré les selles ils n'auraient pas eu la diarrhée.

-C'est bon, dit l'instituteur dit, et quoi d'autre ?



Maymouna leva la main, c'était le chien qui a amené les selles dans la maison. S'ils avaient empêché les animaux de rentrer dans la maison ils n'auraient pas eu la diarrhée.

-Oui, dit l'instituteur et quoi encore ?

-S'ils s'étaient lavés les mains avec du savon avant de manger, personne n'aura eu la diarrhée, dit Fatimata.

-Wallahi, dit l'instituteur, et quoi d'autre ?

Oumou dit, si Demba s'est lavé les mains après avoir fait ses besoins il n'aurait pas donné la diarrhée à sa famille.

-Très bien, dit l'instituteur, donc tout ça qu'est-ce ça veut dire ?

-Si on s'occupe de la propreté on aura moins de maladies, répondit Fatimata.

Instituteur demanda les femmes, discutons de notre vie. Est-ce que nous nous occupons de l'hygiène ?

-Non, pas tellement, dit Mayram

Fatimata se moqua de Maymouna, toi, c'est ton mari qui est Demba Diarrhée.

-Ce n'est pas vrai ça ! protesta Maymouna. Même si son nom est Demba, il ne fait pas ses besoins derrière la maison !

-Non, dit Fatimata, mais il ne part pas aux toilettes non plus, et vous laissez les animaux rentrer dans la maison.

L'instituteur rit, je sais que Fatimata te taquine mais c'est vrai aussi. Nous tous nous devons comprendre la nécessité de l'hygiène Nous devons nous laver les mains avec du savon. Nous devons nous occuper de la propreté de

nos maisons et nos corps, et de nos nourritures. Mais, comme Mayram a dit, on ne s'en occupe pas très bien.

-Nous ne pouvons pas, dit Dumou. Nous n'avons même pas une latrine dans le village. Nous n'avons qu'une seule douche pour nous baigner.

Fatimata demanda l'instituteur s'il sait construire les latrines.

-Oui, dit l'instituteur, je sais une méthode pour construire qui n'est pas très chère.

-Mais ce n'est pas seulement une question de latrines, dit Kharjitou. On met la cuisine à côté des douches, on laisse les animaux manger dans les assiettes, on ne se lave pas les mains...

-Fatimata dit, petit à petit on arrivera. Commençons par les latrines.

L'instituteur leur expliqua :

Quand vous retournerez chez vous, chacune discutera avec son mari. Quand les hommes seront d'accord de fabriquer des briques en banco, chaque ménage qui voudra une latrine payera deux barils plus deux sacs de ciment et, on doit cotiser de l'argent pour le fer et fil de fer.

La classe fut finie, les femmes se dirent au revoir et rentèrent chez elles. Elles parlèrent avec leurs maris ainsi tout le village fut sensibilisé. Finalement le chef du village convoqua une réunion pour tout le village. L'instituteur fut convoqué. Il expliqua à tous les gens l'utilité des latrines.



En fin tout le monde est d'accord. Ils cotisèrent de l'argent pour payer le nécessaire. Ils construiront trois latrines dans le village, où ils veulent que

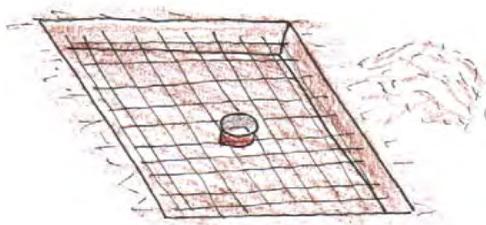
tous fassent leurs besoins.



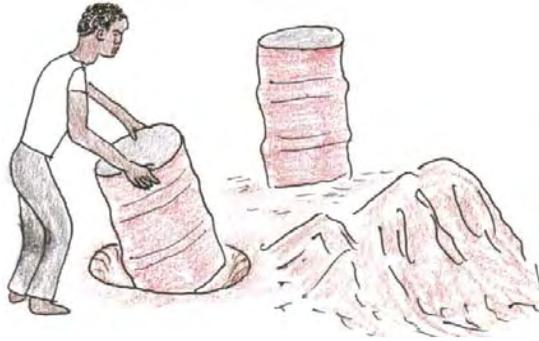
Les hommes fabriquèrent les briques. Ils amenèrent du sable et du gravier. Les femmes amenèrent l'eau.

Pour fabriquer les dalles, ils creusèrent des trous d'un mètre carré et 10 centimètres de profondeur.

Certains coupèrent le fer et l'attachèrent avec le fil de fer pour former une grande grille.



D'autres mélangèrent du sable et du gravier avec du ciment et ajoutèrent l'eau jusqu'à l'avoir bien mouillé. Ils placèrent les grilles dans les trous avec des petites pierres dessous pour éviter qu'elle touche la terre. Ils placèrent un pot de tomate au milieu pour garder un espace sans ciment. Ils mirent le ciment dans les trous s'assurant qu'ils ont bien rempli l'espace en dessous et au-dessus de la grille. Ils revinrent chaque journée arroser le ciment, jusqu'à ce qu'ils se sont assurés qu'il est devenu très dur.



La jeunesse du village creusa trois fosses deux mètres de profondeur. Ils mirent deux barils, sans bouts, superposés dans chaque trou. Ils remettent la terre tout au rebord des barils, ils la compactèrent.

Ils soulevèrent les dalles de la terre, et enlevèrent les pots des dalles. Ils placèrent les dalles sur les trous des barils. Il ne resta plus que la construction des murs.



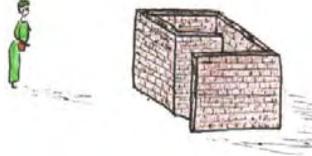
Tout le village est heureux. Ils égorgèrent des moutons pour que tout le village célèbre sa joie. Les femmes cuisinèrent le déjeuner.

Tout le monde se lavèrent les mains avec du savon avant de manger.



III. L'eau Potable

L'hygiène est la base de la santé ; la santé est la base de la vie



Cela fait maintenant deux mois que le village a construit des latrines. Beaucoup de villageois partent là bas, mais, jusqu'à présent il reste beaucoup de cas de diarrhée. Les femmes ne comprennent pas pourquoi. Quand elles sont parties à l'école pour leur cours d'alphabétisation, il demandèrent l'instituteur la cause.



L'instituteur leurs demanda, Vous rappelez-vous quand on avait discuté les causes de la diarrhée ? On avait dit que c'est l'hygiène qui est la base de la santé, et faire les selles dans une latrine est plus hygiénique mais, il y a plusieurs autres facteurs. Souvenez-vous de quelques-uns ?

-Se laver les mains avec du savon avant de manger, dit Maymouna.

-Est-ce que vous le faites ?

-Chez nous, nous le faisons, dit Maymouna.

-Si on a le savon, on le fait, dit Dumou.

-Les adultes le font mais les enfants oublient souvent, surtout s'ils ne

mangent pas avec nous, dit Fatimata

-Eyowa, dit l'instituteur, tout ça peut vous rendre malade. Lavez-vous les mains avec du savon après avoir fait les selles ? Ou après avoir nettoyer les enfants de leurs selles ? Ou avant de cuisiner ?

Les femmes se taisent. Elles ne peuvent rien dire.

-Si nous nous lavons les mains avec du savon chaque fois, nous n'aurons plus la diarrhée ? demanda Mayram.

-Ça diminuera les cases, l'instituteur répondit

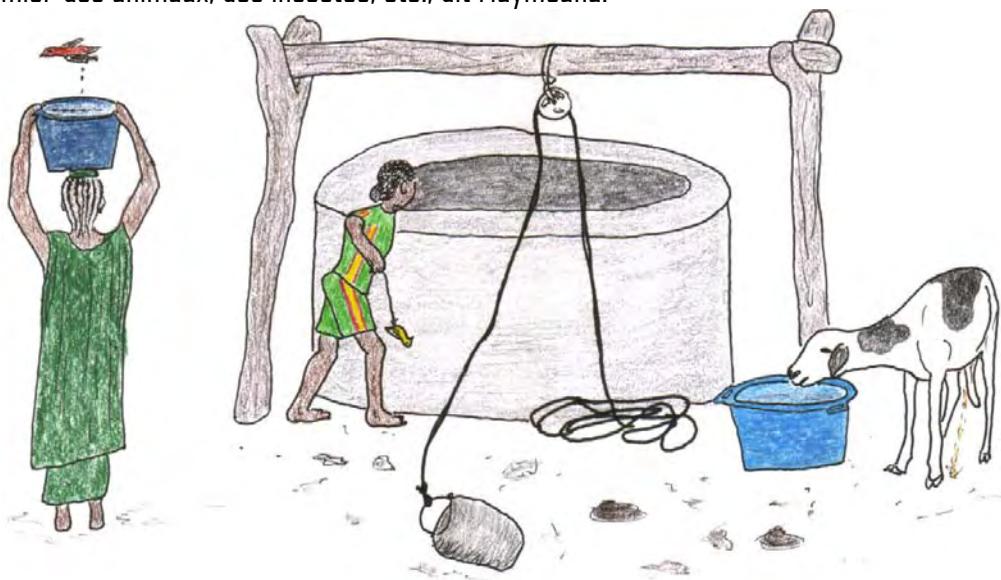
Fatimata demanda, Est-ce que notre eau est potable ?

-Voilà, dit l'instituteur, pensons d'où vient notre eau ? Comment arrive-t-elle à la maison ?

-Nous avons un puits, dit Dumou.

-Mais il n'est pas couvert, remarqua Mayram. Nous ne savons pas ce qui tombe de dans.

-Et nos enfants jouent à côté, jettent n'importe quoi des chaussures, du fumier des animaux, des insectes, etc., dit Maymouna.



-Oui, et les déchets des animaux sont pleins sur la terre, ajouta Fatimata. Si

on dépose le puisette par terre, on amen tout le fumier dans le puits.

- Vos seaux, demanda l'instituteur, sont-ils propres ?

- Oui, dit Mayram, nous les lavons avant de mettre de l'eau.

- Mais, dit Maymouna, en nettoyant mon seau, je mets ma main dans le tien pour enlever un peu d'eau. Si ma main n'est pas propre, j'ai contaminé ton eau.

- C'est vrai ! exclama Mayram. Il ne faut plus mettre ta main dans mon seau !

- Et les animaux mettent leur nez dans les seaux, dit Dumou

- Les seaux ne sont pas couvert dit Karditou, si on les porte jusqu'à la maison le vent peut amener la saleté ou bien des oiseaux peuvent déposer les selles.

- Tous ce que vous avez dit est vrai, dit l'instituteur. Et si l'eau arrive dans vos maisons, pensez-vous à la filtrer, ou versez-la-vous directement dans le canari ?

- Oui, dit Fatimata

- Non, dit Dumou

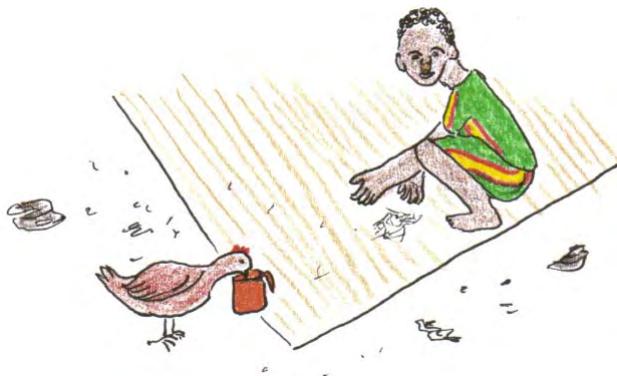
- Nous avons avant un tissu pour filtrer mais il est perdu, dit Mayram

L'instituteur leur demanda si leurs pots avec lesquels ils enlèvent l'eau du canari sont propres ?

- Oui, dit Fatimata.

- Tu es sûre ? demanda l'instituteur.

- Non, dit Maymouna les pots sont posés sur la natte, et par terre, les enfants enrhumés boivent avec et y laissent leur morve. Personne ne peut dire la saleté qui est de dans.



L'instituteur dit, l'eau qui n'est pas propre amène la diarrhée.

-Mais, qu'est-ce qu'on y peut ? demanda Dumou. Nous ne pouvons pas empêcher le vent ou les bêtes, même les enfants sont difficiles à contrôler.

-Nous ne pouvons pas prévenir tout, mais nous pouvons améliorer certaines choses, répondit l'instituteur. Nous pouvons nettoyer le puits de temps en temps. Nous pouvons nous assurer que l'eau qui arrive à la maison est gardée dans des conditions saines.

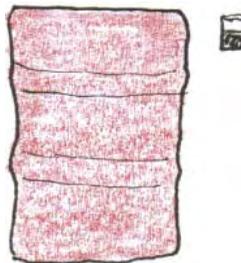
-Donc, comment faut-il faire ? demanda Maymouna

-Si on fait passer l'eau par un mouchoir propre au tour du canari pour filtrer, l'eau dans laquelle il y a des vers, du sable, et des insectes et petits morceaux des herbes, tout cela restera sur le mouchoir. Et si l'eau est venue d'une mare ou d'un marigot le tissu prévient le vers de guinée aussi. En plus l'eau de javel tuera tous les microbes si on y met dans l'eau.



-Combien d'eau de javel faut-il mettre ? demande Dumou.

-Si c'est un fût de deux cent litres, il faut un demi verre comme les verres à thé.



Si c'est un grand canari met un quart du verre.



Si c'est un pot d'une litre mètre deux gouttes seulement



Fatimata demanda, si c'est un grand canari on prend un verre à thé divisé en quatre. On met l'eau de javel jusqu'au quart du verre et on le verse dans le canari?

-Oui, dit instituteur, si le canari n'est pas très grand diminue l'eau de javel. Un sixième ou huitième suffira. Deux gouttes par litre sont bonnes. Si on met l'eau de javel, on tourne l'eau pour la mélanger bien. Après il faut attendre pendant 30 minutes jusqu'à tous les microbes soient morts avant de boire.

Mayram répéta, il faut attendre une demi-heure ?

-Oui, dans la demi-heure, on trouvera que tous les microbes sont bien morts.

-Comment nettoyer le puits ? demanda Oumou.

-Il y a deux choses, dit l'instituteur. Si on puise toute l'eau du puits, quelqu'un peut descendre pour enlever toute la saleté. Quand l'eau remonte, on peut mettre beaucoup d'eau de javel, puis attendre une journée jusqu'à ce que les microbes soient morts et que l'eau de javel ait diminué. Si on fait ça chaque année une ou deux fois, même si le puits n'est pas couvert, on a diminué beaucoup de microbes.

Fatimata dit, parlons avec nos maris pour voir si certains accepteront de descendre dans le puits.

Maymouna demanda, combien d'eau de javel faudra-t-il ?

L'instituteur dit, pour savoir ça il faut savoir le volume d'eau du puits. Si on veut le faire, il faut mesurer le volume d'eau tôt le matin avant que personne n'y puise.

Les femmes descendent de l'école. Elles rentrent chez elles et parlèrent avec leurs maris. Les jeunes hommes du village acceptent de puiser toute l'eau du puits et d'y descendre.

L'instituteur partit avec eux au puits.



Il attacha une pierre à une corde. Il la descendit dans le puits jusqu'à ce qu'elle arriva au fond. Puis, il la sort. Il prend un mètre et mesure la partie de la corde qui est mouillée, pour savoir la hauteur d'eau dans le puits (2,5 mètres). Il mesure aussi, le diamètre du puits (1,4 mètres), il calcula le volume d'eau dans le puits.

$$\text{Volume} = 3,14 \times (\frac{1}{2}\text{diamètre})^2 \times \text{hauteur d'eau}$$

$$\text{Volume} = 3,14 \times (0,7)^2 \times 2,5\text{m} = 3,85\text{m}^3$$

Il sortit une feuille qui montre l'eau de javel nécessaire.

Volume d'eau (m ³)	Quantité d'eau de javel 12° en ml
1	18
1.2	21
1.5	26
2	36
2.5	44
3	53
4	70
5	88
6	110
7	130
8	140
10	180
12	210

Il dit aux gens, le puits a 3,85 mètres cubes d'eau. Il faut 70 millilitres d'eau de javel.

Les jeunes hommes puisèrent l'eau du puits. Les femmes apportèrent l'eau chez elles.



Quand le puits fut vidé, un jeune homme rentra de dans. Les autres hommes descendrent des seaux. Celui qui est dans le puits remplissait les seaux avec les puisettes déchirées, des chiffons, des seaux, des chausseurs, et beaucoup de boue. Quand ils soient finis, ils sortirent l'homme.



Quand le jeune homme était sorti, il s'est baigné. Les autres parèrent jusqu'au lendemain.

Quand ils sont revenus le matin prochain, ils ont trouvé que l'eau est retournée encore. L'instituteur leur expliqua combien d'eau de javel était

nécessaire. Le chef du village amena une bouteille d'eau de javel.

L'instituteur mesura le 70 ml d'eau de javel dans un seau avec dix litres d'eau qu'il donna au chef du village. Le chef versa l'eau de javel dans le puits. Les jeunes descendent la puisette, et l'élevèrent plusieurs fois pour mélanger l'eau de javel avec l'eau du puits.

L'instituteur dit que personne ne prenne de l'eau de ce puits jusqu'au lendemain. L'eau de javel est très concentrée. si vous buvez cette eau, vous vomirez. Demain si vous prenez de l'eau, et qu'elle sente encore fort l'eau de javel, puissez l'eau jusqu'à ce que l'odeur diminue. N'oubliez pas que quand l'eau arrive à la maison il faut mettre un mouchoir propre sur le canari pour la filtrer.



IV. Visite Prénatale

Une malade ne peut accoucher qu'un malade



Jeynaba et Maymouna sont des très bonnes amies. Le grand frère de Jeynaba a marié Maymouna. Depuis lors, Maymouna et Jeynaba ne se séparent pas. Il n'y a pas longtemps que Jeynaba s'est mariée. Pendant tous les jours du mariage Maymouna était avec elle. C'était Maymouna qui l'expliquait tout ce qu'elle devrait savoir, parce que sa mère était décidée et elle n'a pas de sœur plus âgée. Maintenant Jeynaba est un peu malade. Elle ne sait pas ce qu'elle a. Elle part chez son amie pour la demander.



-Tu dis que tu es malade ? répéta Maymouna

-Je ne sais pas ce que j'ai, dit Jeynaba. Chaque matin je vomis. Ou bien si je ne vomis pas j'en ai envie. J'ai la nausée jusqu'à midi environ. J'ai arrêté de manger le petit déjeuner, mais ce ne m'a pas aidé.

-Ohh ! dit Maymouna. Peut-être tu devrais aller au poste de santé.

-C'est vraiment misérable, mais la poste est loin d'ici et le transport coûte cher. Si ce n'est rien, je ne veux pas y aller.

-Tu sais ce qu'on va faire, dit Maymouna. Allons y voir ma grande sœur. Elle a étudié plus que moi. C'est possible qu'elle sache ce que tu as.

Jeynaba demanda, quelle grande sœur ?

-Fatimata, dit Maymouna. N'est-ce pas son mari et le tien ont la même mère et le même père ?

-Ah, Fatimata, je la connais, dit Jeynaba. Non, ils n'ont que le même père. Elle est très intelligente.

-Wallahi ! C'est elle qui m'a montré comment traiter la diarrhée. Tu te rappelles quand ma fille était malade ? C'est Fatimata qui l'a guéri.



Maymouna et Jeynaba partent chez Fatimata. Elles la trouvèrent assise sur une natte entrain de préparer les feuilles des haricots. Jeynaba décrit ses symptômes à Fatimata.

Fatimata écoute, puis elle la demanda, Y'a-t-il longtemps que tu n'as pas vu tes règles ?

-Oui ça fait longtemps, deux ou trois mois environ.

-Eyowa, je ne suis pas un docteur, dit Fatimata, mais je crois que tu es en état de grossesse. La nausée est un des symptômes très communs dans les 2^{ème} et 3^{ème} mois de grossesse. Après ça elles seront parties. Cela m'est arrivé avec mon premier et deuxième enfant. Quand j'ai mangé quelques biscuits ça s'est calmé.

Jeynaba est heureuse. Si elle est enceinte, elle n'est pas malade. Tu as entendu, elle dit à Maymouna; Je n'ai rien. Je n'ai pas besoin d'aller au poste.

-Mais non, dit Fatimata, Il faut faire des visites.

-Visites ? demanda Jeynaba



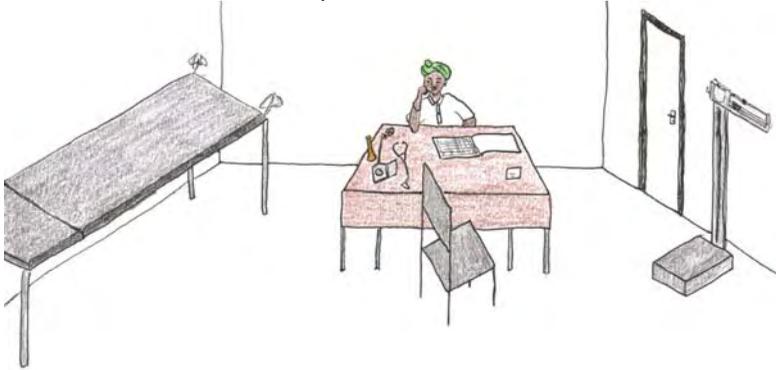
-Les visites prénatales, répéta Fatimata. Il n'y a rien à craindre. Ils te pèsent, ensuite te prescrivent des ordonnances, que vous soyez en bonne santé, ton enfant et toi.

-Il faut aller, dit Maymouna. Moi je suis allée et tous mes enfants sont en très bonne santé.

-Ils font les visites le mardi, dit Fatimata.

Jeynaba alla au poste de santé mardi prochain. Quand elle rentra dans la chambre elle vit beaucoup d'instruments qu'elle ne connaît pas. Une femme assise avec un livre devant elle sur la table. Elle écrit de dans. Elle dit à Jeynaba de s'asseoir.

Jeynaba s'est assise. Elle est un peu nerveuse.



La femme, une accoucheuse, demanda Jeynaba son nom, sa date de naissance, et le date des ses dernières règles. Elle écrit le tout dans un petit carnet. Elle demanda si Jeynaba a une fois était enceinte avant celle ci.

Jeynaba dit que non, elle n'en a été jamais, Elle ne connaît rien des visites et qu'est-ce qui ce passe.

-Il ne faut pas avoir peur, dit l'accoucheuse. D'abord, je vais juste te peser. Viens là. Monte sur la balance. Chaque fois que tu reviendras, je te pèserai. On verra comment ton poids évoluera.



-Je dois grossir ? demanda Jeynaba

-Normalement, dit l'accoucheuse. Une autre personne et entrain de se développer dans ton ventre. D'ici ton accouchement, tu devras gagner environs 10 kilos. Elle écrit le poids de Jeynaba dans le carnet. Maintenant je veux voir ta tension. Amène ton bras



Elle afixa l'appareiller sur la bras de Jeynaba et nota sa tension. Ta tension est 12 sur 8. C'est bon. Si elle était très basse, il serait possible que tu sois anémiée. Si elle était très élevée, d'autres problèmes très graves seront probables.

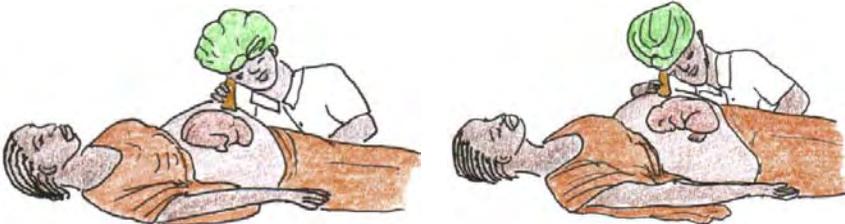
Jeynaba indiqua quelque chose sur la table, ça c'est quoi ?

-C'est pour écouter les palpitations du cœur de l'enfant, expliqua l'accoucheuse

-Dans le ventre ? demanda Jeynaba. C'est possible ?

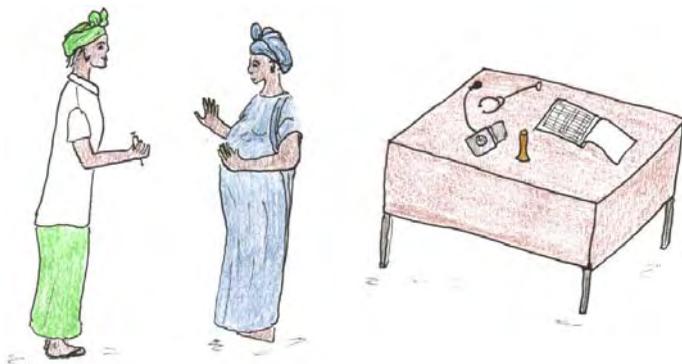
-Oui, dit accoucheuse. Quand tu reviendras dans trios, mois tu verras. Si tu as cinq mois de grossesse ou plus, nous écouterons le cœur de l'enfant. C'est pour s'assurer que l'enfant vie, et pour connaître sa position dans le ventre. Si la tête est en haut ou en bas.

Jeynaba demanda, laquelle est normale ?



-Accouchement est plus facile si la tête est en bas. Si elle est en haut c'est plus difficile parce que les pieds sortiraient d'abord. Là, c'est possible qu'un pied

sorte et l'autre reste à l'intérieur. Elle montra des dessins à Jeynaba pour la faire comprendre.



L'accoucheuse prépara une seringue. Amène ton bras encore je dois te piquer.

-Piquer! dit Jeynaba. Non! Ne me piquer pas! Pourquoi? J'ai peur de piqûre!

-C'est un vaccin contre le tétanos. Si tu es vaccinée, ton enfant et toi, vous serez protégé contre le tétanos, mais si tu n'es pas vaccinée et que la saleté rentre dans une blessure vous pouvez mourir tous les deux. Assis-toi, je te raconte une histoire d'une femme qui était venue ici.

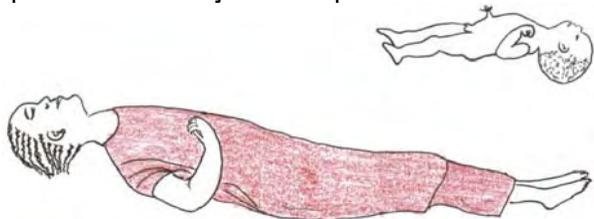
Jeynaba s'assires sur la chaise. L'accoucheuse raconta l'histoire :

Une femme était venue ici pour ses visites Elle a accepté tous ce que je devrais la faire sauf la piqûre. Quand j'ai sorti la seringue, elle criait.

Elle avait peur de piqûres. Elle disait qu'une amie à elle a une fois été piquée contre le tétanos et son bras la faisait mal pendant trois jours. Non, elle n'acceptait pas d'être piquée. Il fallait que j'éloigne le seringue d'elle pour qu'elle se taise. Je n'en pouvais rien. Je l'ai laissé.

Elle a pris ses comprimés, fer et nivaquine. Elle revenait pour chacune de ses visites, mais elle n'a jamais accepté la piqûre Le jour qu'elle voulait accoucher, elle est venue ici pour qu'elle soit assistée. J'ai nettoyé la table. J'ai stérilisé les ciseaux, les pinces, et tous les équipements nécessaires. Je les ai placés sur un drape propre. Mais ce jour là, il y avait trop de vent. Tout ce qui était propre était devenu sale.

La femme dont je parle, a souffert en travail pendant huit heures, et tout ce temps le vent continuait fort. Elle a eu un garçon très beau, mashallah. J'ai attaché le cordon très bien et je l'ai coupé. J'ai donné l'enfant à sa mère. Le jour de baptême le bébé et la mère tous les deux étaient très malades. Ils ont été envoyés à l'hôpital, mais c'était trop tard. Ils avaient le tétanos. Le vent a amené la saleté pour les deux. Le jour du baptême est devenu un funèbre.



Son mari était là entrain de crier à Dieu pourquoi il a tué sa femme et son enfant. Sa mère était là entrain de pleurer et tirer ses cheveux disant « wooroo ma fille est partie mon petit-fils est mort ! »



Moi j'étais là assise pensant que si la femme avait accepté de se vacciner, on pouvait éviter toute cette tristesse.

Quand Jeynaba a écouté l'histoire, elle dit, c'est triste, et ça fait peur aussi. D'accord, tu peux me piquer. Mais attend jusqu'à ce que je ferme mes yeux.

L'accoucheuse rit, je t'ai déjà piqué. Tu ne l'as même pas sentie.

A la fin de la visite, l'accoucheuse prescrit une ordonnance à Jeynaba dans son carnet Elle dit, vas acheter des comprimés de fer et de nivaquine. Le fer prévient l'anémie. Il augmente le sang. Une femme enceinte a besoin du sang

riche. C'est de son sang que l'enfant se fabrique et se nourrit. Bois deux comprimés chaque jour. Quand tu déjeunes, prends un ; quand tu dînes, prends un. La nivaquine est contre le paludisme. Le paludisme diminue beaucoup le sang. Si une femme enceinte a le paludisme, il peut lui amener des problèmes graves à elle ou à son enfant. Quand tu quittes ici, aujourd'hui, prends deux comprimées, quand tu déjeunes prends deux autres encore. Au dîner prends deux. Demain et après-demain aussi, prend six, deux le matin, deux à midi, deux le soir. Puis attends jusqu'à la semaine prochaine. Si aujourd'hui est mardi, après demain c'est jeudi. Jeudi prochain prends trois comprimés en une seule prise. Chaque jeudi suivant tu en prends trois. Tu comprends ?

-Oui, dit Jeynaba

-Répètes demanda accoucheuse.

Jeynaba répéta les instructions jusqu'à ce que l'accoucheuse fut satisfaite de sa compréhension.

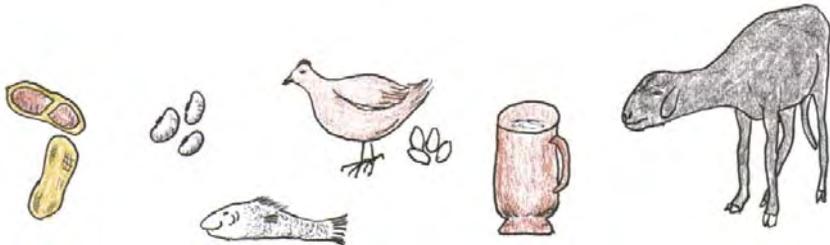
-Eyowa, dit l'accoucheuse, Il faut revenir dans trois mois. J'ai écrit la date dans le carnet Voilà prends-le.

Jeynaba ouvra la porte, l'accoucheuse l'a chargé de dire à la prochaine de venir et puis d'attendre sous le hangar. On fera une causerie avant que vous ne partiez.

Jeynaba paya son ordonnance et se metta sous le hangar jusqu'à ce que toutes les femmes finissent leur visite et l'accoucheuse rejoindra les femmes.



-Aujourd'hui parlons de ce qu'il faut pour garder la bonne santé pendant la grossesse, dit accoucheuse. La première chose est de bien manger ; manger jusqu'à ce qu'on ait ventre plein. Vous devez gagner dix kilos dans neuf mois, donc c'est plus d'un kilo par mois. Vous n'êtes pas les seules qui mangent. Il y a d'autres personnes dans vos ventres qui ont besoin de nourriture aussi. Ne les tuez pas de faim. Surtout vous qui êtes déjà maigres, comme toi Amina ou toi Jeynaba. Vous n'avez pas de viande sur vos corps. Vos enfants n'auront rien à manger si vous n'augmentez pas ce que vous mangez. Aussi, il faut manger des bons aliments. Les protéines qui construisent le corps, comme la viande, les arachides, les haricots, les œufs et du lait.

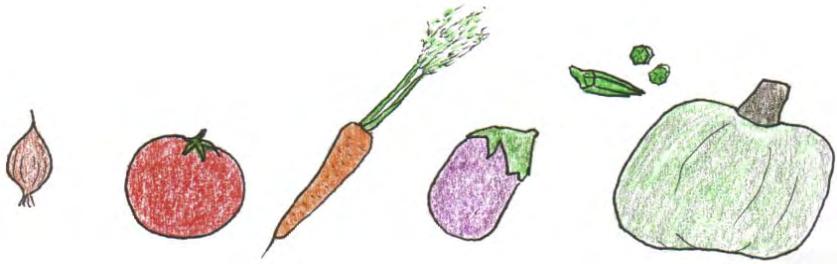


-Qu'est -ce qui construit le corps ? dit Coumba. Je ne comprends pas.

-Il y a un enfant qui se développe dans ton ventre. Il faut manger des choses qui vont le développer, répond l'accoucheuse.

-Mais ça veut dire que si je mange trop de viande mon enfant va grandir jusqu'à ce qu'il soit énorme, et l'accouchement fera trop mal, Coumba protesta.

L'accoucheuse dit, Non, tu ne comprends pas. L'enfant ne grossira pas excessivement, si tu manges plus que lui il a besoin, c'est toi qui grossiras. Si je dis construire le corps c'est à dire fabriquer ce qu'il faut. Deux mains, deux pieds, deux yeux qui voient, la bouche qui parle, le cerveau qui pense. C'est ça. Si vous ne mangez pas des vitamines, qui se trouvent dans les légumes comme les feuilles des haricots ou de bissap, le gombo, les carottes, le chou, les tomates, les aubergines, etc., le cerveau et les yeux de l'enfant risquent de ne pas bien fonctionner.



Si vous ne mangez pas de choses qui construisent le corps comme la viande, le lait, les œufs, et les haricots, le corps de l'enfant risque de ne pas bien fonctionner.

-Je comprends, dit Coumba. Je comprends.

-Quoi d'autre? demanda Mari.

-Occupez-vous de l'hygiène de vos corps. Lavez-vous et brossez-vous les dents chaque jour. Si vous faites vos besoins, nettoyez-vous bien. Ne laissez rien rentrer dans vos vagins. Ne prenez jamais de médicament sans avis d'un médecin. Si vous êtes malades, dites au docteur que vous êtes enceinte pour qu'il ne vous prescrive pas des médicaments qui sont mauvais pour l'enfant. Eloignez-vous des malades, si leur maladie est contagieuse. Quand une femme enceinte tombe malade son enfant court beaucoup de risques.

Chauffer-vous les corps. Vous pouvez travailler et bouger, c'est bon, cela donne une force au corps, mais ne faites pas les activités trop fatigantes et ne portez pas les choses trop lourdes. Si vous êtes fatiguées reposez-vous, et si quelque chose vous fait mal venez me voir.

Quand la causerie fut terminée, les femmes se levèrent et disaient « Wallahi, elle a dit la vérité. C'est très important. »

Jeynaba passa par le marché avant de rentrer à son village. Elle acheta du chou, des carottes, et des aubergines. Quand elle arriva chez elle, elle les ajouta à son déjeuner.



V. L'allaitement Maternel

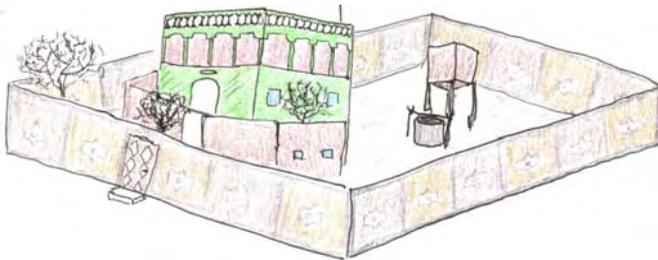
La naturelle est toujours mieux que l'artificielle

Depuis que Jeynaba a su qu'elle est enceinte, elle va au poste de santé pour faire ses visites prénatales. Chaque fois qu'elle s'y rendait ; elle posait des questions sur la santé à l'accoucheuse. Elle s'occupe de l'hygiène pour ne pas tomber malade. Pendant sa dernière visite, l'accoucheuse l'avait dit si elle n'avait pas accouché dans quinze jours, elle n'a que revenir la voir. Aujourd'hui c'est le dixième jour, et l'accouchement s'est annoncé.

Aussitôt, Jeynaba alla au poste de santé pour accoucher. Elle a trouvé une autre femme là aussi entrain d'accoucher.



Elle s'appelle Faama, elle portait des vêtements très beaux. Faama a indiqué à Jeynaba sa maison. C'est construit en béton avec un étage non loin du poste de santé.



Faama dit que la cuisine et la douche sont dans la maison. Il y a le courant fournis par l'énergie solaire, une télévision en couleur et beaucoup de belles choses. Elle dit que son mari est en Amérique mais il est revenu l'année dernière, et il avait amené beaucoup d'argent. C'est en ce moment qu'il a construit la maison.

Faama n'est pas heureuse d'avoir accouché au poste de santé. Elle dit qu'elle

devrait aller à Nouakchott pour accoucher dans une clinique privée, mais elle a accouché plutôt que prévu et elle n'est pas y allée.

Jeynaba pense que Faama était trop fière. Quand elle est revenue au village, Jeynaba raconta à son amie Maymouna.

-Il y avait là-bas une femme, dit Jeynaba, elle était très arrogante, quand son bébé fut né, elle a refusé de l'allaiter. Elle dit que ses seins étaient bien jolis et qu'elle ne voulait pas qu'ils descendent jusqu'au genoux. Elle disait que son mari avait envoyé du lait en poudre de pharmacie plus un biberon, et quand elle rentre à la maison elle donnera ça à son bébé.



Maymouna rit, Faama la fière dit qu'elle n'allait pas son bébé. Toi, tu le fais, peut-être tu est Zeynabou zueina.

-Pendant la causerie sur les visites prénatales, l'accoucheuse dit que l'allaitement maternel est très bon pour les enfants. Elle dit que chaque animal allaitait ses propres petits. L'accoucheuse nous a demandé si un veau buvait le lait d'une chamelle ou un jeune chien buvait le lait d'une brebis. Non nous tous nous savons qu'une vache allaite son veau, et une chienne son petit. Pour nous aussi la meilleure chose pour un nouveau-né est le lait de sa maman.

-C'est la vérité, dit Maymouna, et aussi ton mari n'est pas en Amérique Même si tu voulais, tu n'auras pas de lait en poudre des pharmacies.

-Wallahi, dit Jeynaba, je n'en veux pas !

-Tu es zeina, Jeynaba zeina, dit Maymouna, tu n'as pas de problème.

-Ne me taquine pas, dit Jeynaba.

Maymouna demanda, tu as entendu que Pennda a accouché ?

-Elle a accouché ? dit Jeynaba. Non, je n'étais pas courant. Quel est le sexe de son bébé ?

-Un garçon

-Comme moi, répondit Jeynaba. Mais où est-ce qu'elle a accouché ? Je ne l'ai pas vue au poste de santé.

-Ici, dans le village, chez elle, dit Maymouna. Tu sais, elle est une pauvre. Elle n'avait même pas d'argent pour aller par charrette au poste de santé.

-Ce n'est pas sûr ça. Est-elle en bonne santé ? Elle n'a pas eu de problème ?

-Non, ça va, alhamdulillah, mais on devrait avoir ici une accoucheuse pour aider les femmes à accoucher. C'est à dire quelqu'une vraiment bien formé et qui a des médicaments et tout ce qu'il faut.

-Wallahi, dit Jeynaba. Mais c'est triste Pennda n'a que sa belle-mère à la maison, depuis que son mari est décédé.

-Vraiment, les autos font peur, dit Maymouna. Le pauvre petit son père est mort avant qu'il ne soit né. Il s'appellera Abdallâh comme son père.

-Moi, je ne pourrai pas aller au baptême, dit Jeynaba, mais si tu y vas, il faudra la transmettre mes bénédictions.

-Inchallah, dit Maymouna. Je suis partie chez elle aujourd'hui. Je l'ai trouvé dans sa chambre, elle était entrain de choisir ses vêtements pour le baptême et coudre là où ils sont déchirés. Son meilleur voile avait des trous partout.



-Au nom de Dieu, dit Jeynaba, elle est vraiment une pauvre! Qu'est-ce qu'elle

pourra donner aux gens à manger pour le baptême Ils n'ont même pas un poulet à égorger.

-Je ne sais pas mais, quand j'étais là bas sa belle-mère était revenue. Elle avait amené un petit bidon de beurre frais et un sachet de celia. C'est ça qu'elles donnent au bébé.

-Non, ce n'est pas vrai !

-Dieu sait que c'est la vérité. Sa belle-mère disait que tous ses enfants ont mangé du beurre, son petit-fils va le manger aussi.



Jeynaba dit, d'accord je peux comprendre ça, c'est dans nos coutumes, il y en a beaucoup qui le font. Même si je ne suis pas d'accord je le comprends mais, celia, pourquoi ? Et où vont-elles trouver de l'argent pour l'acheter ?

-C'est ce que je l'ai demanda, dit Maymouna. Pennnda a dit qu'elle pensait que c'était la meilleure chose pour son enfant. Elle a entendu que c'est ça que les européens donnent à leurs bébés, mais elle a mit beaucoup d'eau dans un récipient et un tout petit peu de celia pour que ça ne se termine pas tout de suite.

-C'est triste ça, dit Jeynaba. Quand tu iras à son baptême il faudra la remettre du savon de ma part, et transmets la mes bénédictions que le bon Dieu accorde à son bébé une longue vie, et beaucoup de réussite.

-Amin, Amin, dit Maymouna. Moi, je vais voir si je ai un boubou à la donner.



Jeynaba est restée chez elle pendant un mois et demi. Elle allaitait son fils, comme l'accoucheuse l'avait dit. L'enfant est bien portant, il est gros, et heureux.

Quand Jeynaba est partie au poste de santé pour vacciner son bébé. Elle rencontre là bas Faama la fière et Pennda la Pauvre. Faama la fière portait un boubou tout neuf en soie. Elle portait de grands colliers, des boucles d'oreille et des bracelets. Sa fille porta une robe avec des petites chaussures. Par contre, Pennda la Pauvre, porta des vêtements très vieux et tous déchirés. Elle n'avait aucun bijou et ses chausseurs étaient coupés et réparés deux ou trois fois. Son fils ne porté même pas une couche.



La fille de Faama la Fièrè ne manquait de rien. Le fils de Pennda la Pauvre

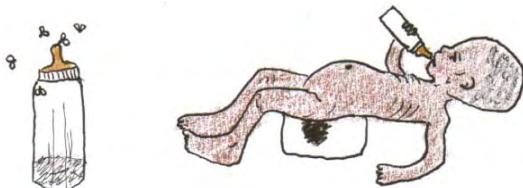
n'avait rien du tout, mais tous les deux étaient malades. Ils étaient très faibles, ils pleuraient, ils avaient la diarrhée

Quand l'enfant de Jeynaba fut vacciné, elle s'assoit sous un arbre pour l'allaiter jusqu'à ce qu'il oublie le vaccin. Là où elle était assise, elle écouta la discussion entre l'infirmière, e Faama la fière et Pennda la Pauvre.

L'infirmière les a demandé, qu'est-ce que vous donniez à manger à vos enfants ?

Quand elles l'ont dit, l'infirmière répondue,

-Vous ! Vous êtes folles ? Vous avez vos seins mais vous achetez du celia et du beurre et je ne sais pas quoi d'autre. Toi, Faama, tu utilise le biberon, mais regarde comme il est, il est là exposé au soleil jusqu'à ce que le lait pourrisse, il y a les mouches partout. Et même si tu le laves, ce n'est pas propre. C'est ça qui a causé la maladie de ton bébé.



Et toi, Pennda, tu n'as presque pas d'argent, mais tu dépenses le peu que tu as sur le beurre, qui n'a aucune vitamine, et du celia dans lequel tu mets trop d'eau jusqu'à avoir une eau blanche au lieu de lait. Ton enfant meurt de faim. Vos deux enfants ont besoin de la protection par le lait maternel. C'est le lait maternel qui prévient la diarrhée !



Le lait de la mère est le meilleur aliment pour vos enfants. Il y a beaucoup de vitamines ; il protège contre les maladies et, Il ne coûte rien. Regardez Jeynaba là bas, wallahi elle est zeina, Elle allaite son bébé comme il faut et vous voyez comment il est gros.

Faama la fière s'est mis en colère. Elle dit, que quand son mari la téléphonera, elle lui demandera de l'envoyer des médicaments d'Europe. Elle se leva, s'en alla. Mais Pennda la Pauvre a écouté l'infirmière. Elle avait cru que le celia serait mieux, mais son enfant est malade et l'enfant de Jeynaba est sain, mashallah. Elle avait cru que le beurre fera grossir l'enfant mais son fils est très faible.

-Je veux allaiter mon enfant, dit-elle, mais ça fait plus d'un mois que ne l'ai pas fait, Je n'ai plus de lait.

-Ce n'est pas vrai dit l'infirmière, si tu le donnes tes seins à chaque fois, le lait reviendra. Bois beaucoup d'eau et mange bien, et donne tes seins avant de le faire boire d'autres choses. D'ici un peu de temps le lait reviendra, entre temps donnez lui du lait de chèvres et ajoutez un peu d'eau et de sucre.

-Inchallah, dit Pennda. Elle donna son fils son sein pour essayer. Et la diarrhée, elle demanda, as-tu des comprimés pour ça ?

-Tu n'as pas besoin de médicaments. Chaque fois qu'il fait une selle, donne-lui la boisson de réhydratation.

-C'est quoi ça ? demanda Pennda.

-La boisson de réhydratation, l'infirmier répète, elle se prépare comme suit :

Dans un litre, c'est à dire un pot de canari d'eau, ajoutes un demi verre à thé de sucre et deux pinces de sel pilé, tourne jusqu'à bien mélangé.



-Oui, oui, oui ! dit Pennda, J'ai entendu parler de ça. L'instituteur dans notre village promouvait ça. Il l'a enseigné à beaucoup de gens.

Pennda et Jeynaba sont retournées à leur village. Pennda commençait à allaiter son enfant. Jeynaba demandait à ce que Maymouna vienne aider Pennda à préparer la boisson de réhydratation, comme la grande sœur de Maymouna l'avait montré.

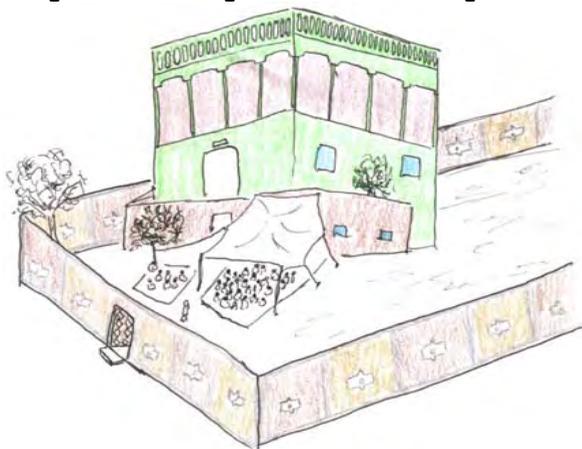
Dans un mois Pennda et Jeynaba retournèrent au poste de santé pour vacciner leurs enfants. Elles s'assoient sur une natte sous un arbre. Toutes les deux allaitaient. Le fils de Jeynaba est gros et en bonne santé. Pennda est encore une pauvre, son fils n'a pas de vêtements, il est encore maigre, mais il a commencé à grossir et il est en bonne santé.



Pennda et Jeynaba voient là bas Faama la fière. Elle donne sa fille le biberon, jusqu'à présent sa fille est malade. Elle a la diarrhée. Les médicaments que son mari a envoyés n'ont rien servi. Elle a dépensé beaucoup d'argent pour les comprimés, les sirops, et d'autres médicaments pour soigner sa fille mais rien

n'a marché. Elle ne connaît pas la boisson de réhydratation.

Quand leurs enfants ont eu quatre mois, l'enfant de Pennda était si gros que celui de Jeynaba. Malgré quelle soit une pauvre son enfant est devenu zeina. Elles sont allées au poste de santé pour la vaccination. Au poste de santé elles ont vu beaucoup de gens dans une grande maison à étage.



Pennda demanda Jeynaba, ça c'est quoi ?

Jeynaba répondit, c'est la maison de Faama la Fièrre Elle me l'avait indiqué quand on était ici pour accoucher.

Elles entendent un bruit, « Woorooh ! Woohrooh ma fille woorooh ! »

Jeynaba dit, peut-être c'est un décès.

-Mais qui est mort ? demanda Pennda



L'infirmier est venu, c'est l'enfant de Faama, qui était malade pendant longtemps. Tout ce que Faama a fait n'a pas marché. Finalement elle est morte.

-Que Dieu l'accueille dans son paradis, dit Pennda.

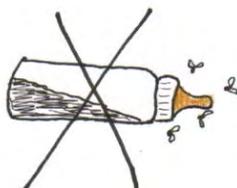
-Amin, dit l'infirmier

-Nous avons accouché dans la même journée, dit Jeynaba, et elle a plus de richesse maternelle que nous deux, Pourquoi son bébé est mort et les notre son vivants ?

-C'est Dieu seul qui sait, dit Pennda. C'est Lui qui donne et c'est Lui qui ramène.

-Ce n'est pas seulement ça, dit L'infirmier. Elle a beaucoup d'argent, mais elle a aussi beaucoup d'arrogance ; Elle a refusé d'allaiter comme il faut. Elle a pensé que l'argent peut acheter tout. L'argent ne prévient pas les maladies. Si on ne s'occupe pas de l'hygiène et la santé du corps l'argent ne veut rien dire.

Dieu nous a donné ce qui donne la vie à nos enfants. Il nous a donné le lait maternel.



VI. L'assistance

L'expérience apporte une sagesse

Bintou et Fatimata sont de très bonnes amies. Bintou n'a pas encore d'enfants. Fatimata envoya sa fille chez Bintou pour l'aider à faire son ménage. Bintou est enceinte. Elle est dans son dernier moi. Un matin Fatimata balaya son foyer quand sa fille, Ayseta arriva à la maison courant.

-Mammon ! Mammon ! cria Ayseta, Tantie Bintou est entrain d'accoucher.



Fatimata jeta le balai par terre. Elle alla chez Bintou. Quand elle arriva, elle trouva Bintou assise. Elle la demanda, qu'est-ce que tu as ?

-Ça va, ça va, dit Bintou. Mon ventre me faisait mal c'est tout.

Fatimata dit qu'elle va dire Abou Pullo, d'attacher son cheval à la charrette pour les amener au poste de santé.

-Non, je ne pars pas.

-Tu ne pars pas ?!

-Non.

-Es-tu folle ?

Non, je n'ai pas besoin, pourquoi aller au poste de santé ? Il ne me faut qu'appeler Dumou Boudjel, l'accoucheuse traditionnelle. C'est elle qui aide les

femmes à accoucher.



-Tu es folle insista Fatimata. Depuis le quatrième mois tu n'es pas venue pour les visites prénatales. Tu ne prends pas tes comprimés, et maintenant, tu ne veux pas aller au poste de santé pour accoucher.

Bintou protesta, n'est-ce pas Pennda la Pauvre n'est pas allée au poste de santé pour accoucher et elle n'a pas eu des problèmes.

-Elle, alhumdullilahi, Dieu l'a aidée parce qu'elle n'avait personne pour l'aider, mais c'est plus sûr d'avoir une accoucheuse qui a été bien formée. Tu ne sais jamais les problèmes qui t'arriveront. Si les pieds sortent avant la tête, un pied peut sortir l'autre refuse, il te faut trois mains au minimum pour faire sortir le bébé. Ou bien Si le cordon est autour du cou du bébé il va mourir et tu n'en peux rien !

-Mais ces choses ne m'arriveront pas, dit Bintou.

-Tu es sûre ? Tu le sais ? demanda Fatimata. Elle raconta le cas d'une femme venant d'un campement. Elle a accouché, l'enfant est sorti mais le placenta a pris du temps pour venir. L'accoucheuse traditionnelle a tiré sur le cordon pour le forcer à sortir. Le cordon s'est coupé et cela a causé à la femme des saignements forts. L'accoucheuse traditionnelle n'a pas pu arrêter l'hémorragie, donc elle a amené la femme au poste de santé. Ils ont trouvé qu'il

y avait deux jumeaux un était sorti l'autre était resté. Quand elle a tiré sur le cordon, elle a coupé la vie à l'autre bébé encore dans le ventre. La femme aussi a perdu trop de sang et elle était décédée par la suite.

-Mais je n'ai pas de jumeaux, dit Bintou.

-Mais tu ne prends pas tes comprimés de fer non plus. Si tu perds beaucoup du sang tu n'auras pas de force pour vivre. Tu veux vivre n'est-ce pas ?

-Oui.

-Donc, allons au poste de santé, c'est plus sûr. Prépare tes bagages. Je vais appeler Abou Pullo pour nous amener au poste.

Bintou dit, mais...

-Il n'y a pas de mais, dit Fatimata. Ayseta va chez Abou Pullo, dit lui de préparer la charrette et de venir ici. Dépêches-toi.



Fatimata accompagna Bintou au poste de santé. Quand elles sont arrivées, l'accoucheuse demanda à Bintou depuis quand elle a commencé le travail.

-Les contractions ont commencé depuis le matin, dit Bintou, et beaucoup d'eau est sorti de moi avant d'arriver au poste.

Quand Bintou rentra dans la salle d'accouchement, l'accoucheuse l'a dit d'enlever son boubou pour qu'elle puisse voir son ventre.



L'accoucheuse toucha son ventre et dit, L'enfant est descendu jusqu'à l'entrance de l'utérus. Ça ne va pas durer maintenant.



Elle regarde les yeux de Bintou, Tu es anémiée. Prenais-tu tes comprimés de fer ?

-J'oubliais à chaque fois, dit Bintou.

-Parle la vérité. Tu t'en fiches, dit Fatimata.

-Bintou se plains, laisse-moi tranquille. Je suis fatiguée.

-L'anémie augmente la fatigue, dit l'accoucheuse. Monte sur la table. Je verrai si le col de l'utérus a commencé à s'agrandir.

-Tu verras quoi ? Bintou.

-Le col de l'utérus, répéta l'accoucheuse. Si Un enfant doit sortir le col doit s'agrandir suffisamment pour qu'il passe.

-Non, Bintou refusa. Tu ne regarderas pas là bas !

-Tu as honte de moi ? demanda L'accoucheuse. Nous sommes toutes des femmes ! Si je ne vois pas, je ne saurai pas si l'enfant sort bientôt ou plus tard.

Quand il commence à sortir, si je ne regarde pas, je ne saurai pas si tout va bien ou non.

-Toi, tu es trop complexée, dit Fatimata. Moi je suis ton amie. J'ai eu quatre enfants, et chaque fois je suis venue ici, rien de mal ne m'est jamais arrivé. Si tu as peur, je suis là pour toi. Si tu as honte, je sortirai de la salle jusqu'à ce qu'elle finisse, mais s'il te plaît, laisse-la faire ce qu'il faut.

Bintou accepta de monter sur la table. L'accoucheuse regarde le col de l'utérus. Elle dit, il en reste encore. Tu peux marcher un peu. Ça aide l'enfant à sortir. Boire beaucoup d'eau, ça peut aussi dépêcher l'accouchement, mais n'oublie pas d'uriner aussi. Une vessie pleine d'urine empêche le bébé de sortir.



Bintou marcha un peu.



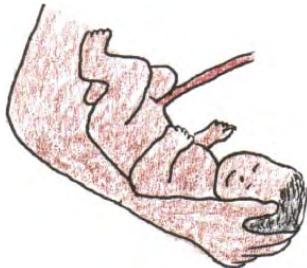
Elle s'assoit un peu.



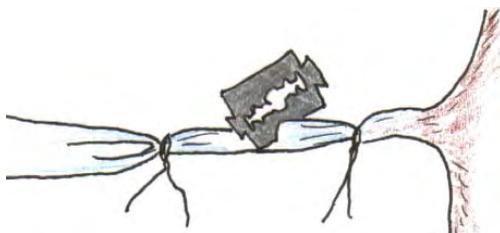
Elle buvait de temps en temps.

Jusqu'à ce que l'enfant commença à venir ; l'accoucheuse regarda encore le

col de l'utérus. Elle voit que la tête de l'enfant est apparue. Elle encourage Bintou de pousser fort avec les contractions jusqu'à ce que la tête ait bien commencé à sortir. Après elle dit à Bintou de ne pas contracter mais de faire beaucoup de respirations courtes et rapides pour éviter la déchirure du vagin. L'accoucheuse mit sa main en dessous de la tête de l'enfant mais sans le tirer. Elle attend que l'enfant sorte tout seul.



L'accoucheuse prit l'enfant et le garde dans une position plus basse que la mère jusqu'à ce que le cordon devienne fin et blanc. Puis elle l'attacha avec deux bandes de tissu bien serrées. Elle coupa entre les bandes avec une lame toute neuve.



Cependant quand l'enfant était né, il n'avait pas respiré. Elle massa le dos avec un mouchoir propre, mais rien. Elle enleva la glaire de la bouche et du nez et finalement l'enfant commença à respirer.

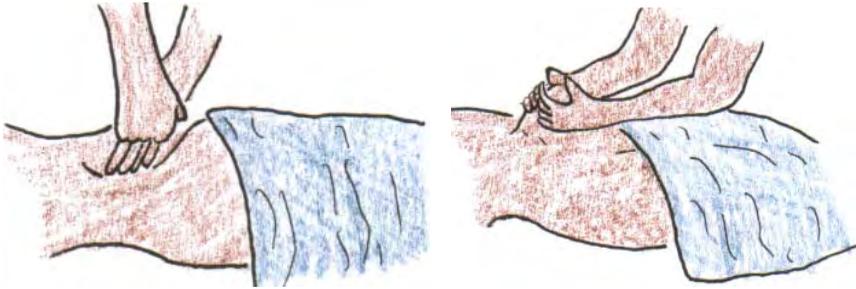
Après le placenta sortit, il y eut beaucoup de sang aussi qui sortit de Bintou. L'accoucheuse donna l'enfant à sa mère pour qu'elle l'allait.

-Mais, Bintou proteste, il doit boire du lait de chèvre tout d'abord.

-Nous n'avons pas du lait de chèvre ici, dit l'accoucheuse. Essayes de l'allaiter maintenant. C'est la meilleure chose pour l'enfant. Il le protège contre les maladies. Et l'allaitement aide à arrêter le sang.

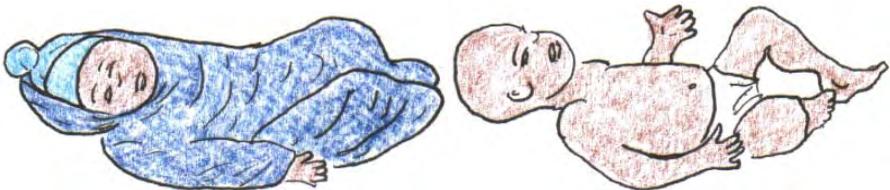


Bintou allaita son bébé. L'accoucheuse massa le ventre. Aussitôt le sang s'arrêta.



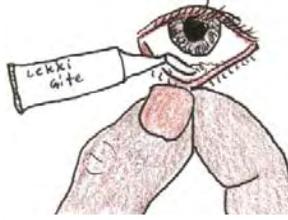
L'accoucheuse dit à Bintou, reste ici au poste jusqu'au soir. Tu as arrêté de saigner mais il faut que tu te reposes. Dans les jours suivants, il faudra bien manger et prendre tes comprimés de fer pour regagner la force et produire beaucoup de lait pour le bébé.

Elle dit à Bintou de ne pas baigner l'enfant tant que la plaie du nombril n'est pas tout à fait sèche. De le nettoyer avec un tissu propre et mouillé. S'il fait frais il faut bien couvrir l'enfant.



Quand il fait chaud, ne pas le couvrir.

Elle écrit une ordonnance pour le fer et la nivaquine et elle expliqua à Bintou comment les prendre.

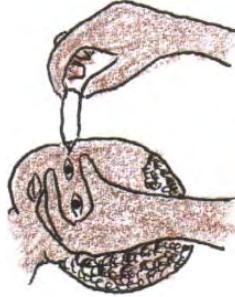


Pour protéger les yeux elle prescrit une ordonnance c'est une pommade et l'expliqua comment l'appliquer.

Bintou remerciera accoucheuse très bien, J'ai accouché au poste et je n'ai pas eu de difficultés.

-Dieu merci que tu ais accouché ici, dit l'accoucheuse

Quand elles sont rentrées chez elles, Fatimata et Bintou ont nettoyé l'enfant.



Elles mirent la pommade dans ses yeux. Fatimata prépara une sauce à la viande avec du couscous. Bintou mangera bien avant de prendre un comprimé du fer.



Bintou allaita son bébé.

Bintou et le bébé dormirent.

VII. La Nutrition des Enfants

On ne vie pas pour manger, mais on mange pour vivre



Fatimata et ses amis sont assis sous un arbre. Les enfants jouent à côté. Une auto arrive dans le village. Tous les enfants courent pour voir ce qu'a amené l'auto. Le chauffeur les demanda ou se trouve la maison du chef du village. Les enfants indiquèrent sa maison. Quand l'auto arriva à la porte, trois femmes descendirent et rentrèrent dans la maison. Après un peu de temps elles sortirent avec le chef. Le chef les amena vers les femmes sous l'arbre.



Quand ils arrivèrent, le chef du village prit la parole :

-Ces femmes sont des agents de santé. Elles sont venues pour voir si nos enfants sont en bonne santé.

-Bienvenue dans notre village. Nous sommes très contentes de vous voir. Les femmes du village se levèrent. Elles firent du zrig, Elles envoyèrent les enfants payer des biscuits et des arachides et de la menthe. Elles firent du thé.



Quand tout le monde s'assit encore, les étrangers expliquèrent le but de leur mission.

-Moi, je suis Ramata Diop. Elle s'appelle Aïchetou mint Mohamed. Celle là s'appelle Guidjou Wayiga. Nous venons d'une association pour la santé des enfants. Vous savez que les enfants sont souvent malades, et s'ils sont malades ils perdent du poids. S'ils maigrissent, ils n'ont plus de force pour lutter contre d'autres maladies. Ce qu'on veut faire c'est de peser tous les enfants pour voir s'ils ont grandi comme il faut. On donnera à manger à tous les enfants trop chétifs, jusqu'à ce qu'ils grossissent. C'est ça qu'on veut faire dans votre village.

Les femmes du village dirent, nous sommes d'accord, ça sera très bien.

-Nous ne serons pas seules à le faire, dit Ramata. Vous aussi, vous êtes concernées. Nous travaillerons avec plusieurs villages. Quand nous vous apprendrons comment il faudra faire, nous vous le laisserons faire. Nous reviendrons une fois par mois. Nous vous amènerons les nécessaires pour faire manger les enfants.

-Nous acceptons, dirent les femmes. Nous sommes d'accord.

Ramata dit, on va commencer par peser tous les enfants du village. On va inscrire le nom de l'enfant et de sa mère et son âge et son poids dans un registre. Chacun qui est mal nourri s'inscrira dans la liste des enfants à nourrir. Qui d'entre vous sait écrire ?



Fatimata, Mayram, Maymouna, et Dumou levèrent les mains dirent qu'elles peuvent écrire

-C'est bon, une de vous sera la secrétaire aujourd'hui.

-Fatimata le fera, dit Dumou.

-D'accord Fatimata accepta, mais toi, tu vas m'aider.

-Les autre, dit Ramata, vous allez dans le village amener tous les enfants moins des cinq ans.

Aïchetou amena les registres. Elle montra Fatimata et Dumou comment les remplir.

	Nom de l'enfant	Nom de la mère	âge	poids	taille	Taille du bras	notes
1							
2							
3							

Guidjou Wayiga sortit la balance et l'attacha à l'arbre.



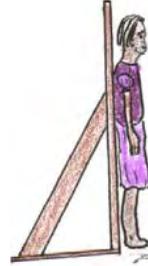
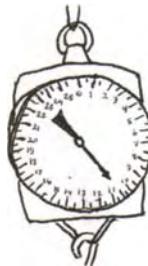
Pour chaque enfant qui viendra se peser, Fatimata écrit son nom et le nom de sa mère. Si elle connaît son âge, elle écrit, mais la plus souvent elle ne le

connaît pas.

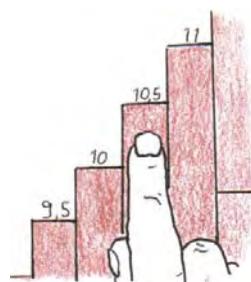
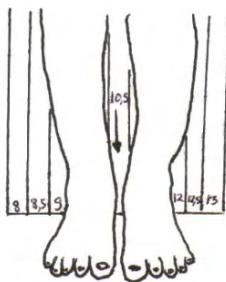
Aïchetou expliqua, si tu comptes le nombre de dents de l'enfant ajoute six, tu auras l'âge en mois de l'enfant. Par exemple si l'enfant a quatre dents tu ajoutes six ça veut dire qu'il a dix mois. Aussi, si l'enfant peut toucher son oreille droite avec sa main gauche en passant par-dessus la tête il a plus que cinq ans.



Quand Fatimata finit d'écrire, Guidjou mit l'enfant sur la balance.



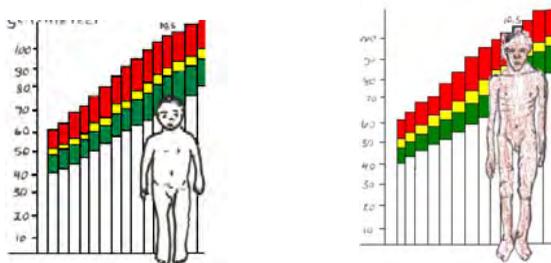
Elle dit le poids à Fatimata qui l'écrit dans le registre. Après elle descendit l'enfant et le mit debout devant un tableau avec un centimètre pour voir sa taille.



Elle dit à Fatimata sa taille en centimètres et s'il arrive au vert, au jaune ou

au rouge.

Guidjou explique aux femmes que l'enfant le plus long doit être aussi le plus lourd. Si un enfant long n'est pas très lourd ça veut dire qu'il n'a pas assez mangé. Si l'enfant n'arrive qu'au vert, c'est bon. S'il arrive au jaune il a besoins de manger de plus. S'il arrive jusqu'au rouge il est beaucoup trop maigre pour sa taille et il faut qu'il trouve à manger plus aussitôt.



Puis, elle sortit une bande fine, avec des couleurs rouge, jaune et vert. Elle mit la bande sur le bras. Si la fin de la bande arrive au vert le bras est gros et l'enfant mange bien. S'elle arrive au rouge il est trop mince et mal-nourris.



-Vous voyez cet enfant comment la bande arrive au jaune, comment il est trop maigre.

-Mais regardes comment son ventre est gros, protesta la mère de l'enfant.

-Ça c'est seulement le ventre, dit Guidjou, le reste du corps est mince. Son ventre n'a pas suffisamment de muscles pour garder les intestins à leur place. C'est pour cela que le ventre est saillant.



Parfois on voit des enfants avec un visage et des pieds et des avant-bras gonflés, mais le haut du bras est encore fin. C'est seulement l'eau qui s'est gonfle mais, il n'a pas de muscles développés dans le corps. Il n'a pas suffisamment mangé pour construire le corps ou pour avoir d'énergie.

Ramata expliqua aux femmes l'importance de bien manger chez les enfants ; si l'enfant vie tout le temps avec la faim même si ce n'est pas sévère, il aura des problèmes, parce que son corps n'aura pas de force pour lutter contre les maladies. Il aura souvent la diarrhée et des rhumes. S'il tombe malade, il lui sera plus difficile de guérir.

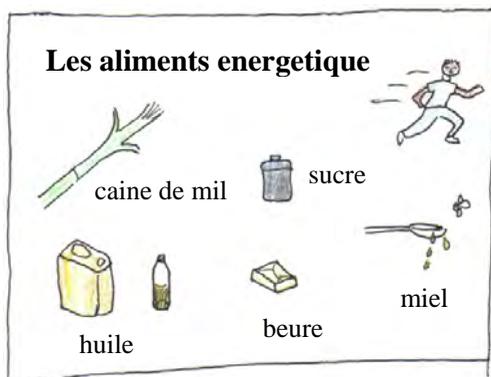
-C'est vrai, dit Mayram, notre instituteur nous a une fois dit ça. Il a dit que nous avons besoin de quelque chose qui construit le corps, de ce qui donne l'énergie au corps, et de ce qui protège le corps.

-Tu as raison, dit Ramata.

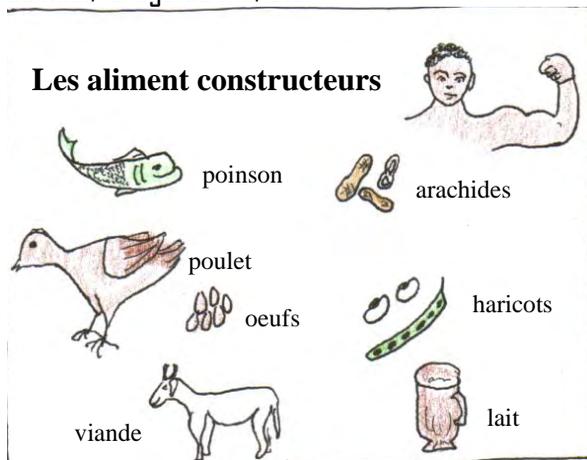
Aïchetou sortit une grande affiche avec des dessins de nourritures nécessaires pour les enfants.



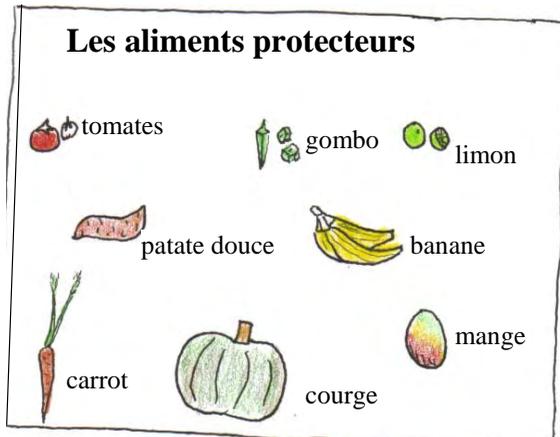
Aïchetou dit, Ce qui est dans l'assiette central rempli seulement le ventre, comme du riz, du mil, du maïs ou des pommes de terre. Il faut obligatoirement ajouter, ce qui donne de l'énergie au corps et le permet de se lever et de bouger.



Par exemple toute façon de beurre, d'huile, de graisse d'animaux, et toute sorte de sucre, du miel, la tige du mil, etc.



Elle indiqua le côté droit de l'affiche, Ce qui construit le corps c'est toute chose qui vient des animaux : du lait frais ou caillé, des œufs, le poisson, le poulet, la viande de mouton, de chèvres, de vache, de chameau. Tout ça construit le corps.



Ce qui protège le corps : des fruits et des légumes. Les feuilles de haricot, les tomates, les carottes, la courge, la patate douce, les mangues, les bananes, le limon, le bissap, le pain de singe, la pastèque, etc.

-Et qu'est-ce qui se passait si on ne trouve pas toutes ces choses à manger ? demanda Bintou.

-Chaque chose a des différentes vitamines et chaque vitamine a sa place dans le corps, dit Ramata. Tu connais le goitre ?

-Oui, dit Bintou, n'est-ce pas c'est une grande boule sur la gorge, Ayseta Ba en a ?

Ramata demanda, tu sais qu'est-ce qui cause les goitres ?

-Non



-C'est un manque de quelque chose qui s'appelle iode. Chez les adultes si on manque d'iode ça amen des goitres. Chez les enfants, il empêche le développement du corps et des cerveaux. Si une femme n'a pas suffisamment

d'iode pendant sa grossesse elle peut faire mal à l'enfant ou la mère peut en mourir.

-Ça fait peur ! dit Bintou.

Ramata demanda aux femmes, Vous avez vu des enfants qui mangent de la terre ?



-Oui, dit Mayram, même des femmes le font parfois. Ils sont fous ou quoi ?

-Non, Ils ne sont pas fous, il leur manque du fer dans leur sang. Quelqu'un à qui manque du fer est anémié. Il n'a pas d'énergie ou suffisamment de force pour ses activités. Adulte ou enfant, femme ou homme, il ne sera pas capable de faire son travail très bien. Une femme anémiée risque l'avortement spontané ou bien s'il s'accouche l'enfant ne grandira pas comme il faudra. Le fer existe dans le sol rouge. C'est pourquoi les gens anémiés le mangent, mais les feuilles vertes les dates, le pain de singe, le poison sec, la viande, et la patate douce, ont beaucoup de fer aussi.

Un manque de vitamine A est la cause de cécité nocturne. Si le manque n'est pas corrigé, la personne deviendra aveugle même pendant la journée.



Vitamine A aide le corps à prévenir des maladies. C'est bon pour la peau, la

bouche, les poumons, les os, les yeux et les dents. La Vitamine A se trouve dans les feuilles vertes, les jujubes, la courge, la salade, et dans les tomates.

Voilà quelques exemples de l'importance de bien manger. Mais pour les enfants le plus important c'est de les donner à manger plusieurs fois pendant la journée. Leurs ventres sont petits donc s'ils mangent le matin ils ne peuvent pas attendre jusqu'à 14h pour manger encore.

Ramata sortit le nom de chaque enfant mal nourris. Elle donna à chacun une petite carte avec son nom et le nom de sa mère et son numéro dans le registre. Chaque journée qu'il viendra manger sera marquée sur la carte.

Nom d'enfant: _____ ①						
Nom de mère: _____						
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Fatimata demanda, Qu'est-ce qu'ils vont manger ?

-la bouillie, répondit Ramata. Nous vous montrons comment il se prépare.

-Donc comment le prépare-t-on et avec quoi ? demanda Dumou.

-Nous avons amené les ingrédients. On les vous donnera, mais à condition que chaque enfant amène cinq ou dix ouguiyas en venant manger ainsi vous aurez bientôt des fonds pour acheter d'autres ingrédients ou faire autre chose pour les enfants.

Les femmes discutèrent entre elles. Elles tombèrent d'accord que chaque jour quatre ou cinq femmes fassent la cuisine. Le jour qu'une femme cuisine, ses enfants ne doivent pas payer pour manger. Tous les autres enfants doivent amener dix cinq ouguiyas, selon sa capacité. Fatimata demanda aux autres qui savent lire de l'aider avec le registre.



Le fils de Pennda la Pauvre est très bien nourri machallah, depuis quelle apprit l'importance de l'allaitement maternel, mais elle se souvient du moment où il était très mal nourri. Elle demanda, Si d'autres enfants qui ne sont pas dans la liste maigrissent qu'est-ce qu'on fera ?

Ramata la répondit, Si vous copiez les bandes de bras, chaque semaine vous pouvez vérifier si les enfants ont maigris ou grossis.

-Si on sait qu'il y a un enfant malade dans le village on peut l'amener et lui donner à manger même s'il n'est pas sur la liste, Oumou l'assura.

-Comment prépara-nous la bouillie ? demanda Maymouna.

Guidjou dit, pour faire manger cent enfants vous aurez besoin de :

- Trente litres d'eau
- Un kilo du blé pilé
- Un demi kilo de mil pilé
- Du sel
- Un demi-kilo du celia (mélange avec cinq litres d'eau)
- Un demi-kilo d'arachides ou un demi-litre de l'huile
- Un demi-kilo de sucre



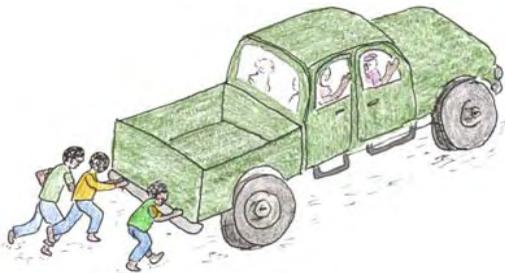
Les femmes du village amenèrent une grande marmite, du bois, des seaux d'eau, et une grande cuillère. Les agents de santé amenèrent du blé, du mil, et des arachides pilées, du celia, et du sucre. Elles allumèrent du feu, et posèrent la marmite là dans. Elles mirent vingt-cinq litres d'eau et du sel dans la marmite et attendirent jusqu'à ce que l'eau bouilla. Elles mélangèrent le mil avec le blé en cinq litres d'eau et elles l'ajoutèrent à la marmite. Les femmes tournèrent la cuillère dans la marmite. Elles mirent les arachides dans la marmite pendant qu'elles la tournaient. Elles attendirent jusqu'à la cuisson. Elles mélangèrent le celia avec cinq litres d'eau. Elles étendirent le feu et ajoutèrent du lait. Elles tournèrent jusqu'à suffisamment rafraîchir.



Chaque enfant reçoit son verre et le boit.

-Nous reviendrons d'ici un mois, dit Ramata. Quand on viendra, on va peser les enfants encore et voir comment ils sont et qui aura besoin de manger de plus.

Les agents de santé montèrent dans leur véhicule. Elles saluèrent les villageois de la main. Les enfants se cachèrent derrière la voiture jusqu'à la sortie du village.

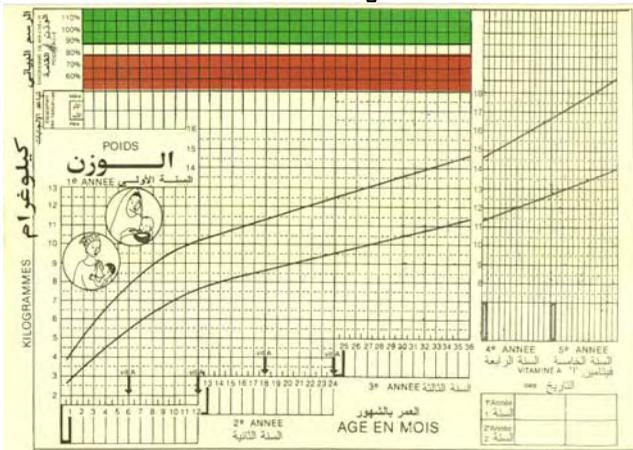


VIII. La Vaccination

Prévenir vaut mieux que guérir



Maymouna amena son enfant au poste de santé pour le faire vacciner. L'infirmière pique l'enfant et écrit dans son carnet de vaccination. Maymouna regarde la carte. Sur un coté les noms de l'enfant et ses parents sont écrits. Elle ouvre la carte et voit que l'autre coté est couvert avec beaucoup de traits et de numéros et des couleurs vertes et rouges.

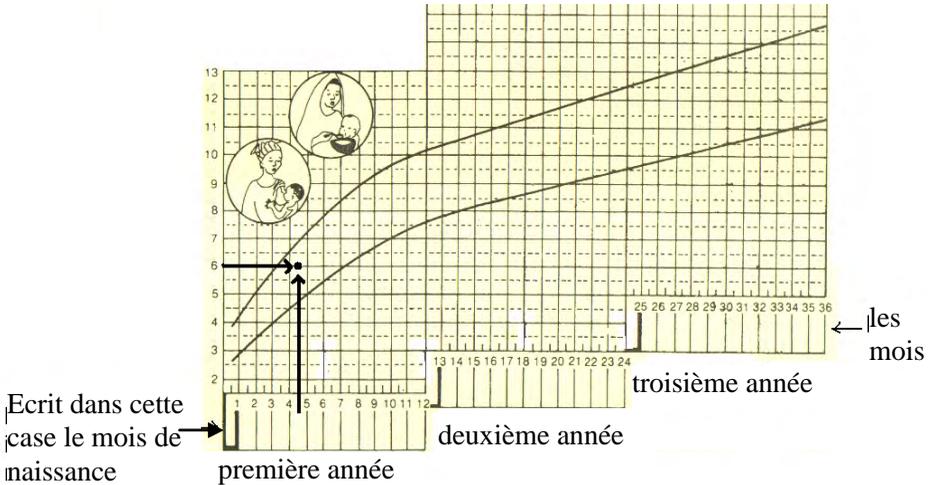


Maymouna ne sait pas lire ni français ni arabe. Elle demande l'infirmière, C'est quoi ça ?

-C'est pour peser les enfants.

-Dans notre village, nous pesons les enfants mais nous ne connaissons pas cette carte. Maymouna demanda, comment on l'utilise ?

-Ce n'est pas difficile, dite l'infirmière. Tu vois les grandes cases à la base de la carte avec les numéros un (1) deux (2) trois (3) jusqu'au trente-six (36) ? Ces cases sont pour les mois. Tu commences dans la première case à gauche. Dans cette case tu écris le mois dans lequel l'enfant est né. Dans les cases suivantes, tu ajoutes tous les mois qui suivent jusqu'à cinq ans. Tu vois aussi les petites cases qui montent avec les numéros un jusqu'au 16. Elles sont les kilos. Si tu pèses l'enfant regarde combien de mois a-t-il, regardes la case pour son âge courant et montes jusqu'à arriver à ses kilos. Écrit là bas un point. Chaque mois tu ajoutes un nouveau point. Quand tu connectes les points, tu verras la voie de sa santé.

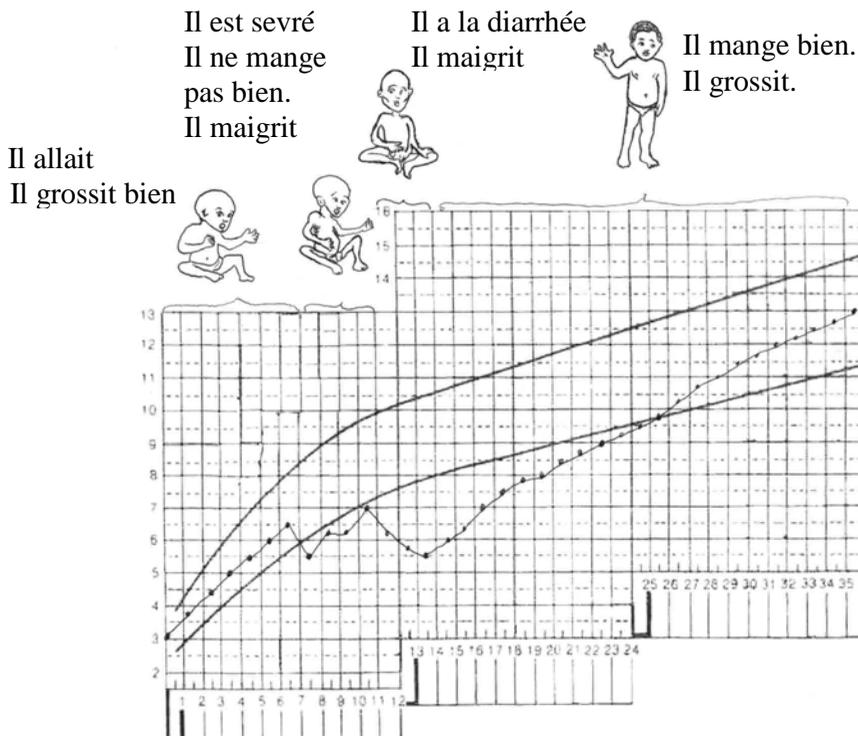


L'infirmière dit, Je te donnerai un exemple : si un enfant est né en août tu écris août dans la premier chambre, septembre dans la deuxième etc. Si tu pèses l'enfant à cinq mois, et il a six kilos, tu cherches la cinquième chambre et montes jusqu'à six kilos; tu mets un point. Tu comprends ?

-Oui, dit Maymouna, je comprends mais c'est quoi ces deux lignes au milieu ?

-Ça c'est le chemin de bonne santé répond l'infirmier. Si les points tombent

entre ces deux traits l'enfant est bien. Mais il faut aussi noter la direction des points. S'ils montent toujours c'est bon, l'enfant est en bonne santé, s'ils tombent, l'enfant est malade. S'ils ne montent pas et ne tombent l'enfant peut être malade.



Maymouna dit qu'elle a compris. Quand elle est revenue dans son village elle montra la carte à sa grande sœur, Fatimata. Fatimata est la secrétaire de leur association qui pèse les enfants.

-Regarde c'est facile à comprendre, dit Maymouna. Si tu pèses l'enfant tu mets un point où son âge et ses kilos se rencontrent. Si les points sont entre les deux traits, il est en bonne santé. Si les points sont en dessous il est maigre.

-Je comprends dit Fatimata. Ce mois ci, quand les femmes viendront pour peser leurs enfants, elles doivent amener les carnets de vaccination de leurs enfants.



Chaque soir les femmes du village cuisinent un repas pour les enfants mal nourris. Tous les enfants chétifs du village viennent manger. Fatimata dit à toutes les mères que le prochain mercredi les femmes vont venir avec la balance pour peser les enfants. Tous les enfants jusqu'à cinq ans doivent se peser et leurs mères doivent amener leurs carnets de vaccination.

Le jour du mercredi une auto est venue au village. Ramata Diop, Aïchetou mit Mohamed et Gidjou Wayiga y descendent. Elles sortent la balance et les autres appareils nécessaires. Quand elles pesèrent un enfant, Fatimata et Dumou écrivent le poids de l'enfant et d'autres informations sur une feuille. Fatimata demanda aux mères pour les carnets de vaccination pour qu'elle puisse marquer le poids où les mères pourront voir si leurs enfants suivent la route de la bonne santé. Beaucoup de femmes n'ont pas amené leurs carnets.



Fatimata leurs demanda, Où sont vos cartes de vaccination ?

Il y a eu des femmes qui répondirent, « c'est perdu, on n'a pas pu le retrouver », ou bien, « j'ai oublié ». Il y a eu d'autres qui dirent leurs enfants ne sont pas vaccinés.

-Pourquoi n'avez-vous pas vacciné vos enfants ? demanda Fatimata.

Il y en a eu qui dirent, « Le poste de santé est loin. » D'autres dirent, « C'est cher, nous n'avons pas d'argent. » D'autres dirent « C'est juste le gouvernement qui veut manger notre argent. La vaccination ne vaut rien, on ne va pas se fatiguer pour ça. »

Fatimata alla dire à Ramata, j'ai trouvé beaucoup de gens dans le village qui ne vaccinent pas leurs enfants. Il y a peu qui ne le font pas par manque de moyens, mais il y a beaucoup qui ne comprennent pas l'importance des vaccins. Pouvez-vous nous expliquer l'utilité des vaccinations ?

-Oui, il n'y a pas de problème.

Quand elles terminèrent les pesées des enfants, Ramata Aïchetou et Gidjou s'asseyèrent avec les mères. Elles dirent qu'elles auront une causerie sur la vaccination des enfants.



-Qui peut me dire c'est quoi une vaccination ? demanda Ramata.

-C'est une piqûre qui prévient les maladies, répondit Jeynaba.

-Qui doit être vacciné ? demanda Ramata.

-Les enfants et les femmes enceintes ; dit Jeynaba.

-C'est bon, dit Ramata. Chaque vaccin prévient une maladie spécifique. Si tu es vacciné contre une certaine maladie tu auras une protection contre cette maladie. Mais attention, ce n'est pas toutes maladies qui ont un vaccin. Il y en a qui ne sont pas très graves, comme le rhume dont le corps peut combattre facilement. Il y en a aussi qui sont très dangereuses mais qui n'ont pas de vaccin, comme le SIDA. Jusqu'à présent, personne n'a trouvé ni un vaccin ni un remède pour ça.

Maymouna demanda comment un vaccin prévient une maladie.

-C'est ne pas facile à expliquer, dit Ramata. Chaque personne a dans son sang ce qu'on appelle des anticorps. Les anticorps sont des lutteurs, si un microbe ou une maladie rentre dans le corps ses lutteurs viennent les tuer. Si le corps a une fois vu une maladie particulière les lutteurs vont facilement reconnaître le microbe et le tuent avant que la personne ne tombe malade. Si les lutteurs n'ont jamais vu la maladie ça les prendra du temps pour l'éliminer. La vaccination montre une maladie aux lutteurs du corps pour qu'ils puissent le reconnaître s'elle arrive.

Je ne sais pas si vous comprenez ce que je dis, mais il faut comprendre que une personne vaccinée contre une certaine maladie ne tombera pas malade. Mais si elle n'est pas vaccinée et que la maladie arrive, elle tombera malade.

Et qui doit se vacciner ? Tout le monde qui peut rentrer en contact avec la maladie. Les femmes en état de grossesse et les femmes qui allaitent, si elles sont vaccinées, elles donnent la protection à leurs enfants aussi. Qui peut me dire les vaccins qu'on donne aux enfants ?

-Nous ne savons pas, dit Fatimata.

-Ils piquent l'enfant dans bras, dans la fesse, et à neuf mois dit Marième.

-Oui, dit Ramata, mais contre quelles maladies ?

-Ça je ne connais pas.

Gidjou expliqua, quand un enfant est né, il devrait être piqué dans l'avant-bras, juste en dessous de l'articulation du coude. Cette vaccination est contre

la tuberculose. Vous connaissez la tuberculose ?



Toutes les femmes la connaissent. Elles commencèrent à citer des malades et racontèrent leurs histoires. Fatimata les fait taire.

Guidjou continua à parler, la Tuberculose peut guérir mais c'est difficile et long. Le traitement peut prendre six mois jusqu'aux trois ans.

-La laahi ilallaa dit Dumou, si nous prenons des médicaments pendant une semaine seulement nous les laissons.

-Ou bien, dit Mayram, si on se sent un peut mieux on arrête le traitement.

Toutes les femmes admettent que c'est la vérité.

Gidjou dit, la tuberculose amene la toux, parce qu'elle affecte les poumons, mais elle peut amener aussi, des ganglions gonflés, des plaies qui ne guérissent pas, des verrous, elle peut infecter des os du dos et les cerveaux.



Elle est très contagieuse. Les crachats des malades quand ils toussent peuvent contaminer tous ceux qui les respirent. Aussi, si on boit du lait qui vient d'une vache qui a la tuberculose on sera contaminé. La tuberculose tue beaucoup de personnes, mais si vous vaccinez vos enfants ils n'auront pas cette maladie.

-Si un enfant a un mois et demi, c'est à dire quarante cinq jours, il doit être piqué dans la fesse

-N'est-ce pas il est piqué dans la fesse trois fois, dit Marième ?

Guidjou explique, à quarante cinq jours il reçoit une piqûre, un mois après il

revient pour une deuxième piqûre un mois après ça il recevra une troisième, pour un total des trois piqûres dans sa fesse. Ses trois piqûres protègent contre trois maladies.



Une : Tétanos. Si la saleté rentre dans une blessure elle peut amener le tétanos. C'est pourquoi on dit qu'une femme doit accoucher dans un endroit hygiénique, et qu'il faut utiliser une lame toute neuve pour couper le cordon ombilical de l'enfant et qu'il faut couper le cordon tout près du ventre de l'enfant et laisser bien sécher. Si c'est long et mouler les microbes de tétanos vivront de dans.



Si quelqu'un a le tétanos il ne pourra ni avaler ni ouvrir la bouche ou descendre la mâchoire. Tous ses muscles seront contractés. Il ne pourra pas marcher. Il aura des convulsions. Un grand pourcentage des personnes qui ont le tétanos meurt.



Deux : Le vaccin qui protège contre la coqueluche. Guidjou demanda les femmes si elles connaissent la coqueluche.

-Oui, dit Kardjitou, on le connaît. La fille de ma petite sœur a eu ça pendant six mois. Elle toussait beaucoup sans arrêtait, sans respirer, jusqu'à ce qu'elle crache ce qui était dans sa gorge. Parfois elle vomissait après. Souvent on

avait peur car elle a passé des bons moments sans respirer.



-Exactement, dit Guidjou. Si elle tousse les crachats qui sortent sont très contagieux. La coqueluche a une guérison mais si on ne la soigne pas tôt, on ne pourra plus la soigner. Il faut attendre et prier qu'il ne meure pas.



Trois : La diphtérie. C'est une maladie de la gorge et du nez. Si la maladie dure, elle fermera la gorge et le nez et empêche l'enfant à respirer. Si on n'ouvre pas un passage pour la respiration, le malade meurt.

Toutes ses trois maladies sont très graves. Elles ont des soins mais qui ne sont pas faciles. Prévenir est plus facile. Je crois bien que payer un peu d'argent est préférable que de tuer nos enfants.

Les femmes dirent, « Wallahi ! »



Quand un enfant a neuf mois, il doit être vacciné dans le haut bras. Cette vaccination est contre la rougeole. La rougeole est très, très contagieuses. Les petits enfants sont très susceptibles à cette maladie ils en meurent souvent. Si quelqu'un a la rougeole, il a une fièvre, et les symptômes du rhume, il a mal aux yeux, mal à la bouche, il tousse. Les boutons blancs sortent dans la bouche. Il a la diarrhée et des boutons rouges qui sortent partout sur le corps. Si on a la

rougeole, souvent des autres maladies la suivent.



-Quand mon fils a eu des injections, il a reçu aussi les goûtes dans la bouche, dit Mayram. C'est la polio n'est-ce pas ?



-Yo, dit Guidjou. L'enfant doit recevoir deux goûtes chaque vaccination. Les goûtes sont contre la Polio. Vous connaissez qu'est-ce que la polio fait.

-Elle estrope les gens, dit Dumou. Elle peut paralyser.

-L'une de vous peut-elle citer une victime de la polio ? demanda Guidjou.

-Vous connaissez le mendiant à côté de la station d'essence dans la grande ville ? dit Mayram.

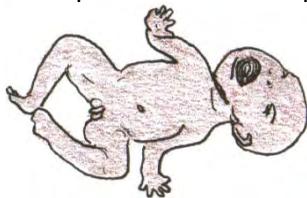
Toutes les femmes le connaissent.

-Il vient d'un petit village. Ma mère connaît sa mère. Elle m'a dit qu'une fois quand il était petit les agents de santé sont venus dans son village pour faire la vaccination porte à porte. Quand ils sont arrivés au foyer de sa mère, cette dernière avait refusé de faire vacciner son enfant. Elle a dit que la vaccination ne vaut rien.

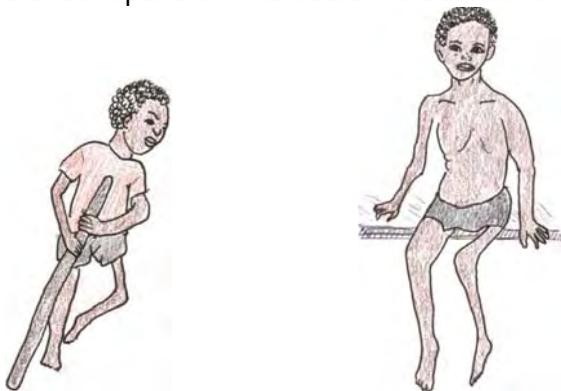


L'agent de santé disait qu'elle risquait d'amener des maladies à son enfant, mais la mère avait accusé le gouvernement de vouloir empoisonner les pauvres. L'agent de santé a essayé de la convaincre pendant long temps mais elle avait refusé que son enfant soit vacciné. Elle dit que son fils est gros et en bonne santé et il n'a pas besoin de médicaments.

Après un peu de temps l'enfant était tombé malade. La maman ne savait pas ce qu'il avait. Il avait une fièvre, il pleurait tout le temps il vomissait.



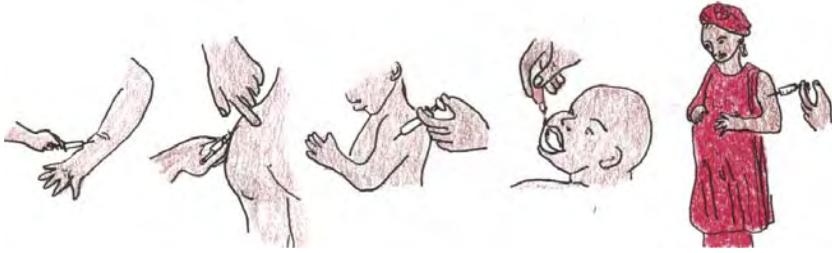
Sa mère l'a donné de la Nivaquine. Ça n'a pas marché. Finalement elle l'a amené à l'hôpital, où ils ont dit que c'était la Polio. Il n'y a pas une guérison pour la polio, après un temps l'enfant s'est amélioré mais un de ses pieds et un de ses bras ne marchaient pas bien. Il doit désormais utiliser une béquille.



Maintenant il s'assoit à côté d'une station d'essence demandant l'aumône.

Les femmes dirent, c'est triste! S'il était vacciné, il aura ses propres enfants maintenant.

-Ce n'est pas comme la petite sœur de ma mère, dit Dumou, Chaque fois quelle est en état elle se vaccine, et tous ses enfants quand ils naissent, ils se font piquer sur le bras et dans la fesse, ils boivent les goûtes contre la polio.



Maintenant le cadet et gros il peut s'asseoir et il rit toujours. L'autre commence à marcher, l'autre joue au ballon. L'aîné est allé en France pour étudier et il travaille là bas aussi. Chaque mois il envoie de l'argent à sa mère.



-Mashallah, dit Ramata, Chaque vaccin n'est que vingt ouguiyas. Je crois que la vie des vos enfants est plus chère que cent ouguiyas.

Les femmes sont d'accord, Wallahi, plus chère que cent mille ouguiyas !

Fatimata dit, notre village est loin d'un centre de santé, le transport est très cher. C'est vrai que nos enfants sont plus importants que l'argent mais si nous n'avons pas d'argent ce n'est pas facile de se rendre là bas.

-C'est vrai, dit Ramata. Quand nous rentrons, nous irons à la DRPSS et voir si nous pouvons avoir des vaccins à amener chaque mois dans le village.

Les femmes la remercièrent très fort.

Ramata répéta, on va voir si on peut vous aider mais il ne faut pas que cela vous empêche d'aller vacciner entre-temps.

-C'est vrai Fatimata les dit, chacune une de vous a un enfant moins de cinq ans. Vous devez leur vacciner, et quand vous le faites, il faut bien garder le carnet de vaccination et amener le pour la prochaine pesée des enfants.

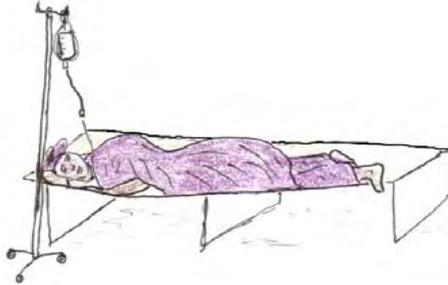
IX. Le Paludisme



Beaucoup de gens sont assis chez Hammidou Sow. C'est hier que sa mère était revenue de l'hôpital. Ça fait à peu près deux semaines maintenant que Maman Ayseta est malade. Parfois elle va mieux parfois ça s'aggrave. Mais elle n'est pas partie au poste de santé. Maman Ayseta disait que ce n'est rien, que ce n'est qu'une fatigue.

Mais Fatimata a remarqué que la force de Maman Ayseta diminuait chaque journée. Elle avait de la fièvre. Elle frissonnait. Jusqu'à ce que Fatimata ait peur pour sa vie. Finalement Fatimata a parlé avec Sid'Ahmed.

Hammidou Sow a amené sa mère à l'hôpital. Les infirmiers ont dit que c'était le Paludisme. Elle a passé quatre jours à l'hôpital sous perfusion de quatre litres d'eau au total. Chaque jour une bouteille. Ils l'ont fait six piqûres dans les fesses et l'ont fait boire beaucoup de comprimés.



C'est en ce moment que l'état de santé de Maman Ayseta s'est amélioré. Elle est revenue au village et tout le monde vient la saluer.

Ça fait longtemps que Fatimata n'est pas allée apprendre, depuis que Maman Ayseta est tombée malade. Elle est très heureuse de voir l'instituteur venir saluer.



-Monsieur, comment ça va ? Et la santé ? Soyez le bien venu ! dit Fatimata

-Ça va bien. Il n'y a rien de mal, merci, l'instituteur l'a répondu. Et comment va la fatigue ?

-Il y en a beaucoup, mais je supporte, dit Fatimata

-Tu dis que maintenant Maman Ayseta va mieux ? L'instituteur demanda.

-Oui, alhamdulillah, dit Fatimata, mais son homonyme, ma fille Ayseta et l'aîné Abou ont tous les deux de la fièvre.

-Une voisine de Fatimata a entendu ce qu'elle disait, elle dit, Ah non, que Dieu les remette en bonne santé.

-Amine, dit Fatimata. Le paludisme nous fatigue beaucoup.

-Depuis quand sont-ils malades ? demanda L'instituteur.

-Deux ou trois jours, environs, dit Fatimata.

-Tu les avais envoyés au poste de santé ?

-Non

-Tu dis quoi ?! L'instituteur est étonné

-Si je les amène au poste de santé, il faut que je paye beaucoup de médicaments. Nous n'avons pas beaucoup d'argent en ce moment. Je ne sais

même pas combien de millions nous avons dépensé pour les soins de Maman Ayseta.

-Vous m'étonnez vraiment, dit l'instituteur. Si vous les amenez bientôt, l'ordonnance ne sera que de quelques comprimés ou bien du sirop et ne fera pas plus que deux cent ouguiyas. Mais si vous attendez plus, ça deviendra comme les soins de ta belle-mère. En plus ils sont des enfants. Ils n'ont pas de force. Si la maladie dure sur eux ils peuvent mourir !

Fatimata écouta son maître. Elle sait que lui il connaît ce qu'il dit. Mais, son mari a vendu un mouton pour pouvoir payer le traitement de sa mère. Il ne reste qu'un peu d'argent. Fatimata ne croit pas qu'il acceptera de dépenser le reste pour les enfants qui n'ont qu'un peu de fièvre. Elle dit à l'instituteur, peut-être tu pourras parler à mon mari. Si tu l'expliques comment les enfants risquent de mourir sans traitement, il acceptera de les envoyer. Il ne m'écouterà pas.



L'instituteur est parti voir Hammidou Sow. Il l'a montré comment les enfants peuvent facilement mourir du paludisme, et comment le fait d'attendre ne fait qu'augmenter le coût du traitement

Hammidou Sow a compris. Il a accepté d'envoyer ses enfants au poste de santé. Parce que leur village n'a pas un poste de santé, Hammidou Sow donna à Fatimata l'argent pour leur transport plus les médicaments.

Fatimata emballa les enfants dans des couvertures. Elle les a mis sur une

charrette, les amena au poste de santé.



Quand ils sont arrivés, ils n'ont trouvé presque personne au poste de santé. Seulement l'infirmier et la pharmacienne. L'infirmier demanda Fatimata qu'est-ce qu'ont ces enfants.

-Ils ont de la fièvre, dit Fatimata.

L'infirmier touche les têtes. Ils ont très chauds ! Il demanda Fatimata, pourquoi tu les couvres avec ces couvertures ?

-Ça c'est de nos habitudes, dit Fatimata. Chaque fois que quelqu'un a une fièvre avec les frissons on le couvre.

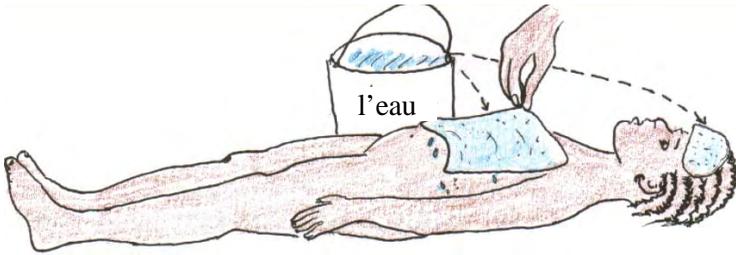
-Ça augmente le mal, dit L'infirmier. N'est-ce pas, quand on a chaud on ne porte pas de vêtements épais ?

-Oui, Fatimata répondit. On porte des vêtements légers.

-Donc, si on a de la fièvre on enlève les vêtements !

-Tu as raison, dit Fatimata. Elle enleva les couvertures de ses enfants.

L'infirmier dit, si tu veux diminuer la fièvre, enlève les vêtements du malade, pour que le vent le rafraîchisse le corps. Le vent n'amène pas de maladies, mais il aide à refroidir le corps. Si un malade a très chaud, lave-le avec l'eau fraîche, mais pas froid. Ou bien mouilles un mouchoir avec de l'eau fraîche et fais-le passer sur le corps. Évente le mouchoir pour le garder frais.



L'infirmier prescrit une ordonnance, pour de comprimés qui réduisent la fièvre et de la nivaquine pour enlever le paludisme. Fatimata demanda s'il ne fallait pas des piqûres mais, l'infirmier l'explique que les piqûres sont pour les cas graves ou bien si le malade vomit et ne peut pas boire des comprimés. Si non c'est toujours mieux de prendre les comprimés. Vas là bas les acheter.

Fatimata acheta les médicaments pour ses enfants. Le pharmacien explique comment les prendre. Fatimata rentra au village avec ses enfants. Quand ils sont arrivés, elle leurs donna leurs comprimés. Elle enleva leurs vêtements jusqu'à leurs slips. Elle rafraîchit leurs corps avec de l'eau fraîche.

Quand l'instituteur a appris que Fatimata est revenue, il vient chez eux. Comment vont les enfants ? il demanda

-Ça va, dit Fatimata, ils ont eu des médicaments.

-Ont-ils mangé ? L'instituteur demanda.

-Non, dit Fatimata, ils disent qu'ils n'ont pas faim.

-Il faut les obliger, insista l'instituteur. S'ils ne mangent pas, ils n'auront pas de force pendant leur convalescence. S'ils ne peuvent pas manger beaucoup, donne un peu plusieurs fois pendant la journée, et donne leur beaucoup à boire. Quelqu'un qui à une fièvre sue beaucoup, s'il ne boit pas il sera déshydraté comme une personne avec la diarrhée.

-Ah bon, la boisson de réhydratation que tu nous as montrée est bonne aussi pour les fièvres ? J'ai pensé que c'était seulement pour la diarrhée

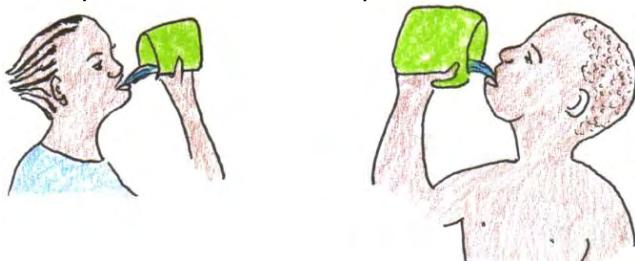
-Non, L'instituteur dit, un demi-verre de sucre et deux pincées du sel mélangeaient dans un litre d'eau, c'est bon pour n'importe qui, qui a perdu beaucoup d'eau. Je te donne un exemple, tu connais Sambel Sow, le chauffeur ? Il a besoin de partait à la grande ville mais, le réservoir de gasoil se mis à fuir,

il a fallu qu'il augmente du gasoil à chaque fois, si non il n'arriverait jamais. S'il veut arriver c'est obligatoire qu'il remette ce qui a fuit.

-C'est vrai, dit Fatimata.

-C'est comme ça avec une personne, tout ce qu'elle perd en vomissements, en urine, et en sueur, si ce n'est pas remplacé, le corps perdra toute son eau.

-Tu as raison, dit Fatimata, je ferai bien manger et boire à mes enfants, inchallaha. Elle prit le pot du canari et le remplit d'eau, qu'elle donna à Abou, qui a tout bu. Elle le remplit encore et donna à Ayseta, elle aussi a tout bu.



-C'est bon, dit l'instituteur. Quand ta famille est encore en bonne santé, revient à l'école. Nous discuterons du Paludisme.

Inchallaha, dit Fatimata.

Fatimata s'occupa de ses enfants et de Maman Ayseta jusqu'à ce qu'eux tous furent guéris. Elle s'assura qu'ils ont bien mangé jusqu'à avoir récupéré leur force, Pour que Fatimata se sente à l'aise les laisser seules un peu le soir.

Finalement Fatimata retourna à l'école. Toutes les femmes sont heureuses de la voir. Elles la saluèrent et demandèrent comment va sa famille.



-La saison de pluie est bonne, mais elle est difficile aussi, dit Fatimata.

-Ça c'est vrai, dit Oumou. La pluie cette année est bien il y a beaucoup d'eau, mais elle a amené beaucoup de moustiques.

Maymouna, la petite sœur de Fatimata demanda, n'as-tu pas une moustiquaire ?

-Oui, dit Oumou, on en a une mais les enfants ne dorment pas de dans.

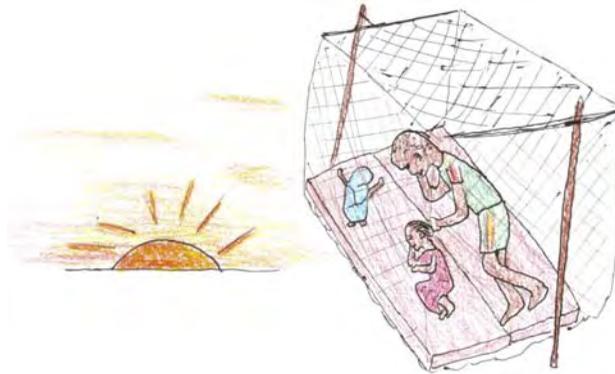
-Hein ! dit l'instituteur, Le paludisme est beaucoup plus grave chez les enfants. Il les tue fréquemment !

-Est-ce vrai ? Maymouna demanda, Il faut nous enseigner sur le paludisme. Comment peut-on l'éviter ?

-Ce n'est pas facile dit l'instituteur, parce que ce sont les moustiques qui l'amènent. On ne peut pas tuer tous les moustiques. Mais nous pouvons diminuer leurs piqûres

-Comment faire ? demanda Fatimata. Nous sommes vraiment fatiguées.

-D'un, dit l'instituteur, tout le monde doit dormir sous une moustiquaire. Les petits enfants doivent rentrer de dans le soir et n'y sortir que le matin.



Les moustiques qui amènent le paludisme sont très nombreux au crépuscule c'est à dire le coucher de soleil, et à l'aube. Est-ce que vos moustiquaires sont imprégnées ?

-Huh ? Oumou répondit, Non, Ils sont du filet blanc c'est tout.

Fatimata rit, Il parle d'un produit chimique qui tue les moustiques, n'est-ce pas ? Avant nous amenions nos moustiquaires au poste de santé pour le faire,

mais ça fait longtemps.

L'instituteur expliqua, Si vous trouvez les moustiquaires imprégnées, c'est mieux. Comme ça même si la moustiquaire est un peu déchirée et que les moustiques rentrent de dans dès qu'ils touchent le tissu, ils meurent.

-Comment peut-on imprégner les moustiquaires ? demanda Mayram.

-Voyons le poste de santé ou bien à l'hôpital, dit Fatimata. Même s'ils ne le font pas ils peuvent nous dire où ça se fait.

-Oui, dit l'instituteur ou bien, si vous trouvez un vendeur du produit, vous pouvez constituer une coopérative pour le faire vous-même.

-C'est seulement les moustiquaires qui préviennent le paludisme ? demanda Karditou.

-Non, dit l'instituteur, ça c'était d'un. De deux si on a le paludisme, il faut se traiter rapidement ! Fatimata peut vous dire comment le retard de traitement à augmenter son coût, mais ce n'est pas seulement le coût. Si une personne ne se traite pas, elle peut contaminer les autres.

-C'est contagieux ? demanda Kadiatou, j'ai pensé que ce sont les moustiques qui l'amènent.

-Oui, mais il faut comprendre un peu le paludisme, l'instituteur répondit. C'est un microbe, un tout petit animal, qui vie dans le sang humain, et s'y reproduit. Quand un moustique pique quelqu'un qui a le paludisme, il prend un peu de son sang ; dans ce sang, les bébés du microbe sont nombreux. Maintenant en piquant d'autres personnes, il les rende malade.

1. Un moustique pique un malade



2. elle pique une personne saine



3. La personne saine tombe malade



Qu'est ce que ça veut dire ? D'une part, si une personne paludéenne retarde

son traitement, beaucoup de moustiques peuvent la piquer et envoyer les microbes aux autres. D'autre part, le plus longtemps que les moustiques vivront, il y aura une plus grande chance qu'ils donnent la maladie aux autres personnes.

-C'est pour cela qu'on imprègne les moustiquaires, Dumou demanda, pour diminuer la vie des moustiques ?

-Oui, dit l'instituteur, même si un moustique pique une malade, il va mourir avant qu'il n'arrive à une autre personne.

-Donc, c'est possible que Maman Ayseta ait contaminé mes enfants avant qu'on ne l'ait amené à l'hôpital ? demanda Fatimata.

-Oui, dit l'instituteur, si les moustiques l'avaient piqué et après piquent par la suite tes enfants. Tu as la chance qu'elle n'a pas donné le paludisme à toute la famille



-Tuons les moustiques ! cria Maymouna

-Nous ne pouvons pas tuer tous les moustiques, ils sont trop nombreux, dit Khaditou.

-C'est vrai, dit l'instituteur. Les moustiques se reproduisent dans les eaux stagnantes des mares et dans les champs de riz. Nous ne pouvons pas enlever l'eau des champs ou des mares. Alors, les poissons mangent les moustiques ; si on introduisait des poissons dans ces eaux, les moustiques diminueront. Dans nos maisons, nous pouvons nous rassurer que tous nos seaux, nos canaris, et

nos bidons d'eau sont vides ou bien, couverts.

Maymouna demanda, et les trous où les hommes ont enlevé l'argile pour faire des briques en banco ?

-Oui, ils doivent être remplis ou on enlève l'eau pour prévenir la reproduction des moustiques.



Fatimata donne la suggestion, convoquons une réunion pour dire aux hommes d'enlever l'eau de ces trous.

Tout le monde est d'accord, c'est bon.

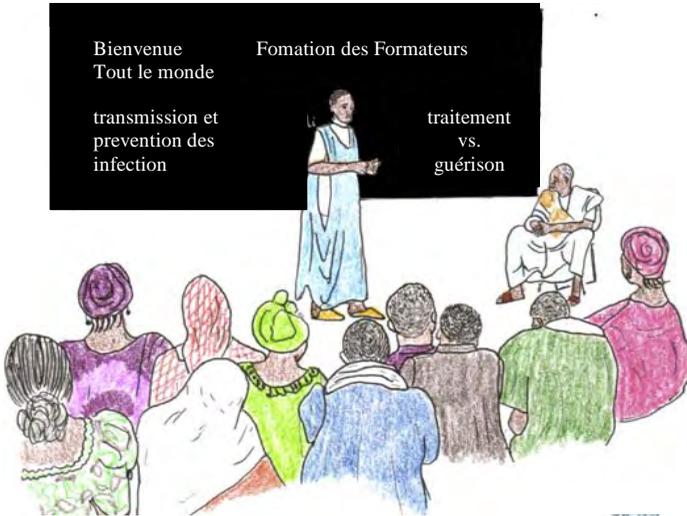
-Voyons si nous pouvons trouver un produit pour imprégner les moustiquaires. Si nous le trouvons, nous pourrions imprégner les moustiquaires pour tout le village, cela sera plus économique au lieu que chaque personne aille à la grande ville en chercher.

-Nous pouvons, coudre des moustiquaires aussi, tout le monde en aura. Discutons avec le tailleur du village, peut-être il nous prêtera sa machine. Si nous cotisons un peu d'argent nous pourrions acheter le tissu et du fil.

Les femmes sont descendues de l'école. Elles rassemblèrent toutes leurs idées concernant la prévention du paludisme dans leur village.



X. Le Séminaire



Fatimata, Dumou et deux hommes ont été envoyé en séminaire de santé. Depuis qu'ils sont revenus, ils voulurent partager ce qu'ils ont appris avec le reste du village. Les hommes parlent à la mosquée et quand ils jouent aux cartes ou prennent du thé.

Les femmes parlent du séminaire au puits, et au tour de la marmite.

Fatimata et Dumou convoquèrent une réunion pour toutes les femmes dans leur classe d'alphabétisation.

Les élèves attendent à la porte de l'école pour Fatimata et Dumou. Mais Kardjitou n'arriva pas à s'asseoir. Elle bougea. Elle se tourna.



-Qu'est-ce que tu as ? Mayram la demanda.

Hadjatou eut honte. Elle ne peut pas la regarder, ça gratte

-Qu'est-ce qui gratte ?

Kardjitou regarda la terre, En bas, ça gratte.

-Devant ou derrière ? Mayram la demanda.

-Devant

-Oh, c'est misérable ça, exclama Maymouna. J'ai eu ça pendant ma dernière grossesse. J'ai gratté et ça s'est aggravé. Il y avait une perte blanche comme le yaourt. Quand je suis allée pour ma visite prénatale, j'ai eu une ordonnance qui l'a soigné.

Kardjitou demanda s'elle n'avait pas honte.

-Non, il n'y a pas de honte. Cela arrive souvent aux femmes, surtout quand elles sont en état de grossesse. Ce qui est important c'est l'hygiène. Si ça t'arrive vas directement au poste de santé pour te soigner.



Fatimata et Oumou arrivèrent. Elles saluèrent les autres.

-Le séminaire a été très intéressant, dit Fatimata.

-Wallaahi, dit Oumou. Nous avons beaucoup appris ce qui est applicable pour nous tous.

Mayram voulut savoir, qu'est-ce que vous avez appris ?

-Les Infections Sexuellement Transmissibles dit Fatimata.

-Les infections comment ? demanda Kardjitou.

-Les infections des appareils génitaux qui sont contagieuses, dit Fatimata.

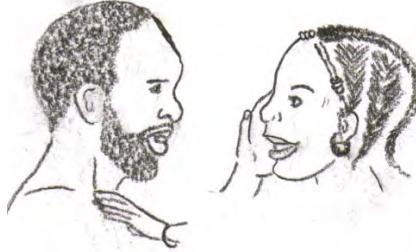
-Des infections contagieuses ? Maymouna demanda, comment contaminent-

elles ?

-Par des rapports sexuels, expliqua Fatimata. Si quelqu'un qui a une de ces maladies fait les rapports avec une autre personne elle sera contaminée.

Oumou prit la parole, nous avons appris deux choses. Un : La prévention est la meilleure solution. Deux : Si une personne a une de ces maladies il faut se traiter tôt

-La meilleure solution est la prévention, dit Fatimata. Femme et Homme, s'ils sont mariés, doivent être fidèles à son épouse ou époux.



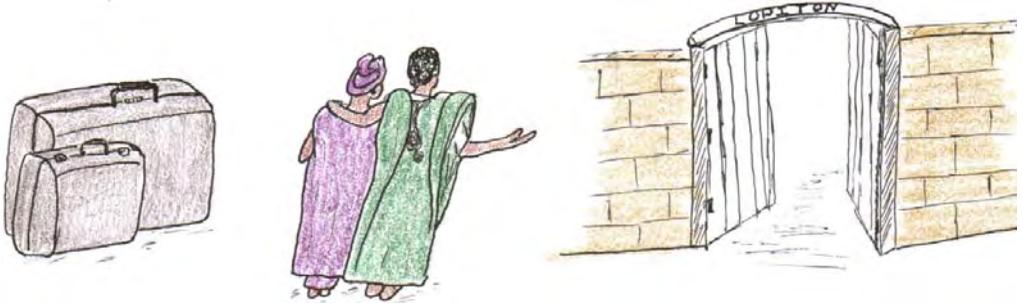
Pour tous ceux qui ne sont pas mariés doivent s'abstenir, car c'est l'unique solution pour avoir la paix.



-Mais les voyageurs, dit Mayram, les hommes qui sont absents pendant cinq ans six ans, leurs femmes ne savent pas qu'est-ce qu'ils ont fait là bas.

-Les hommes non plus, dit Oumou, ils ne savent pas ce que leurs femmes ont fait et avec qui elles l'ont fait.

-Si un homme revient d'un voyage, dit Fatimata, il ne doit pas faire de rapports avec sa femme jusqu'à ce qu'ils fassent, tous, un dépistage du sang. S'il a plusieurs femmes elles toutes doivent faire un teste.



Quand ils partent à hôpital faire le dépistage, si l'un d'eux est malade elle se traite avant de faire les rapports avec son épouse. Si personne n'est malade, ils disent alhumdilaahi.

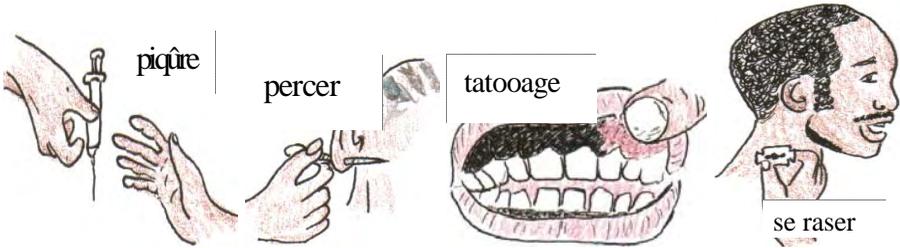
-Je ne peux pas refuser à mon mari les rapports jusqu'à ce qu'on parte à hôpital, protesta Kardjitou. Il va dire que je suis infidèle et c'est moi qui suis malade.



-Je sais que ce n'est pas facile, dit Fatimata. Mais tu peux l'expliquer qu'il fait très longs temps que vous ne vous êtes pas vus et c'est impossible de savoir quelle maladie qui pourrait arriver. Il y a des maladies qui se transmettent par d'autres voies que les rapports. Tu as entendu parler du SIDA ?

-Oui, dit Mayram, ils parlent de ça à la radio. Ça fait peur !

-Le SIDA se transmet par la voie sanguine.



Si tu partages une aiguille, une seringue ou un rasoir, avec un malade du SIDA tu peux l'attraper aussi. Si le sang du malade est sur l'aiguille ou la lame ou dans la seringue que tu utilises et, tu te blesses avec donc son sang rentre dans ta blessure, tu auras la maladie aussi.

Cette maladie se transmet aussi par la voie sexuelle. Donc, si ton mari a voyagé, il s'est blessé avec un rasoir qui avait le sang d'un malade du SIDA. Il revient se coucher avec toi ; il te donnera la maladie pendant que vous tous avez été fidèles.



Dumou dit, nous avons appris qu'il vaut mieux se protéger parce que la prévention est meilleure que la guérison parce qu'il y a des maladies comme le SIDA qui ne guérissent pas. En suite si on est malade il vaut mieux se traiter tôt pendant qu'il est encore possible de se traiter et avant qu'il ne fasse trop de dommage au corps.

-Vous connaissez une maladie qui s'appelle la gonococcie ? demanda Fatimata.

-Les femmes dirent, oui nous la connaissons.

-N'est-ce pas c'est une maladie des hommes ; ils ont du mal à uriner ? demanda Mayram.



Fatimata dit, c'est une infection des hommes et des femmes tous les deux. Mais les symptômes chez les femmes peuvent ne pas se manifester au début, malgré un manque de symptômes elle est contagieuse.

-Quelles sont des symptômes ? demanda Mayram. Tout ce que je sais c'est qu'il fait mal aux hommes en urinant.

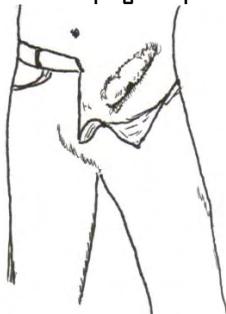
-Fatimata répond, cela fait parti. Les Français l'appellent chaude pisse, parce que ça brûle en pissant. Il peut y avoir aussi des gouttes de pus qui sortent au moment d'uriner. On peut avoir une perte blanche ou jaune qui sorte du sexe. Parfois il y a de la fièvre. Si ce n'est pas soigné le rhumatisme peut arriver. Chez les femmes on voit les maux de ventre et des problèmes des règles. Elle peut amener une infection des yeux à l'enfant au moment de sa naissance et il peut devenir aveugle. La stérilité aux femmes et aux hommes et aussi possible.

-Stérilité! Exclama Kharjitou.

Fatimata répéta, oui. Les hommes ne pourront plus faire d'enfants. Les femmes ne pourront plus en avoir ou s'elles deviennent enceintes, elles avortent.

-Il y a une autre infection très fréquente chez nous, dit Dumou, elle s'appelle la syphilis.

Fatimata sortit son cahier du séminaire pour se souvenir des détails. La syphilis est très grave parce que c'est un filou. Il commence par une plaie indolore sur le pénis ou le vagin accompagné par des ganglions sur l'aîne.



Chez les femmes la plaie peut être à l'intérieur du corps et on n'est même pas au courant qu'elle soit là. La plaie disparaît après un peu de temps et on croit qu'on est sain, mais la maladie reste toujours là.



Plus tard des petits boutons sortent, parfois sur le corps parfois sur les paumes des mains et plantes des pieds, accompagnés par la perte de cheveux ou la fièvre et de refroidissements. Ces signes disparaissent aussi après un temps et on pense encore qu'on est sain. Mais la maladie est encore là. Elle revient beaucoup plus tard avec les rhumatismes, la paralysie, la folie, et chez les femmes si elles ne se traitent pas elle risque des avortements spontanés ou des déformations des nouveau-nés. En fin si on n'est pas traité, on finit par mourir.

-Toutes les femmes dirent, ça fait peur !

-Si on se traite tôt, tous ces problèmes n'arriveront pas, dit Oumou. Si on constate que quelque chose ne va pas aux appareils génitaux ou les organes

reproducteurs, comme des boutons, des pertes ou des ganglions sur l'aîne ou du sang entre des règles ou des problèmes d'uriner ou des maux de ventre sévères, il faut se dépêcher pour aller chez le médecin pour une consultation.



Fatimata dit, il faut comprendre qu'avec ces maladies les symptômes ne sont pas toujours présents ou visibles chez les femmes, parfois chez les hommes non plus. C'est pour cela que si un partenaire voit des symptômes tous les deux partenaires doivent se traiter.

Oumou dit, elle veut dire que ce n'est pas toi seule qui dois se traiter. Si tu constates quelque chose d'anormal dans ton corps toi et ton mari, vous devez aller vous consulter. S'il y a plusieurs femmes elles toutes doivent y aller aussi. Vous comprenez ?

-Donc, dit Maïrem, si le mari a une maladie, il le donne à sa première femme et à la deuxième. Si la deuxième, réalise qu'elle est malade et se traite, le mari vas la retransmettre, si lui il ne se traite pas aussi. Et si tous les deux partent à hôpital mais l'autre femme ne part pas, cela ne servira à rien parce qu'elle retransmettra au mari encore et lui à l'autre femme. C'est comme ça ?

-Voilà, c'est ça exactement, dit Fatimata.

-S'ils ne se traitent pas tôt leurs systèmes de reproduction seraient détruits. Ils ne pourront plus avoir d'enfants ? répéta Maymouna.

-C'est bien possible, dit Fatimata.

-Lalahlilahi, ça fait peur ! dit Maymouna.

Oumou dit, nous les gens qui sont partis au séminaire, nous pensons que si nous travaillons ensemble nous pourrions mieux faire passer le message au village en faisant des théâtres pour la sensibilisation de la protection et du traitement précoce des maladies.

Les femmes dirent, oui, c'est bien.

-Nous avons besoins des femmes qui peuvent jouer des pièces de théâtres. Pour toutes celles qui veulent faire partie, viendront demain nous ferons une réunion pour discuter des thèmes.

Les femmes dirent, bien sure on le veut.

Les femmes se levèrent et partirent parlant de leurs idées pour le théâtre.



-Demain je vais au poste de santé pour me traiter, dit Kardjitou, mais quand je reviendrai, j'en ferai partie.

