ASSOCIATION AIDE MÉDICALE (2AM)

LE RESPECTOMÈTRE

Outil pédagogique de dialogue et de prévention des violences

ÉDITION SPÉCIALE POUR LA JOURNÉE INTERNATIONALE DES PARENTS

Un guide d'évaluation et de sensibilisation pour les enfants (8-14 ans), les parents et les éducateurs au Cameroun afin de libérer la parole et de construire des foyers protecteurs.

[REPRÉSENTATION VISUELLE CENTRALE]

L'illustration de couverture met en scène une famille camerounaise unie et épanouie au cœur d'un environnement serein à Douala. Un père, une mère et leurs trois enfants marchent ensemble, main dans la main, souriants et complices, sous l'ombre protectrice d'un grand arbre de la palabre africain. Ce visuel fort symbolise le dialogue intergénérationnel, la sécurité familiale, l'écoute bienveillante et la transmission sacrée des valeurs de respect mutuel.

1. LE NIVEAU BLEU CIEL : TOUT VA BIEN (LE RESPECT)

SÉCURITÉ & ÉPANOUISSEMENT

Définition du respect familial : *Au Cameroun, la famille est le socle de la communauté. Le respect au sein du foyer ne signifie pas une obéissance aveugle dictée par la peur ou les menaces, mais une relation harmonieuse où la dignité et les droits de chaque enfant sont sacrés. Respecter un enfant, c'est valoriser sa parole, assurer sa sécurité et l'accompagner vers l'âge adulte avec amour et bienveillance.*

Voici les exemples de comportements sains et normaux qui doivent exister à la maison et à l'école :

On écoute ma parole : Lorsque je m'exprime ou que je partage une inquiétude, mes parents, mes enseignants et mes tuteurs m'écoutent attentivement et prennent mes sentiments au sérieux. Mon avis compte.

Mes secrets sains sont respectés : Mon intimité, mon journal ou mes pensées personnelles sont traités avec égard. Les adultes respectent mon espace personnel et mes moments de calme sans me harceler.

On me protège activement : Les adultes de ma famille veillent à ce que j'aie une alimentation saine, des vêtements propres, un toit sécurisé, un accès régulier à l'école et des soins médicaux immédiats lorsque je suis malade.

L'éducation se fait sans humiliation : Quand je commets une erreur ou une bêtise, mes parents ou mes éducateurs me corrigent en m'expliquant calmement les règles. Ils n'utilisent ni les insultes dégradantes ni la violence verbale.

Mon intégrité corporelle est sacrée : Personne ne me touche d'une façon qui me met mal à l'aise, me fait peur ou me fait honte. Les gestes d'affection des adultes sont toujours purs, bienveillants et protecteurs.

2. LE NIVEAU ORANGE : VIGILANCE (QUAND S'INQUIÉTER ?)

ALERTE MODÉRÉE & QUESTIONNEMENT

Comprendre les signaux d'alerte : *Parfois, sous couvert d'éducation stricte ou de discipline familiale, certains comportements basculent dans la maltraitance psychologique ou le chantage affectif. Il est essentiel de s'inquiéter lorsque les mots ou les gestes des adultes ou des plus grands installent une peur ou une tristesse permanente chez l'enfant.*

Des situations concrètes qui doivent pousser à chercher de l'aide :

On me crie dessus en permanence : Subir des colères explosives répétées, des insultes ou des phrases destructrices ("tu es maudit", "tu es nul", "tu ne serviras à rien dans la vie"). Cela abîme gravement l'esprit de l'enfant.

Le chantage affectif et les pressions : Un adulte utilise des menaces psychologiques pour obtenir ma soumission, comme : *"Si tu parles, à cause de toi ta maman sera malheureuse"* ou *"Si tu ne fais pas ça, je t'abandonne dans la rue"*.

On me force à faire des choses qui me font peur : Être contraint à effectuer des corvées ménagères épuisantes de jour comme de nuit au détriment de mes devoirs scolaires, ou obéir à des demandes bizarres et secrètes d'un adulte.

La distinction essentielle : Bon secret vs Mauvais secret

UN BON SECRET

C'est une **surprise agréable** qui apporte du bonheur et de la joie (comme préparer en cachette un cadeau d'anniversaire pour un proche ou organiser une fête). Ce secret a une fin proche et fait plaisir à tout le monde lorsqu'il est révélé.

UN MAUVAIS SECRET

C'est un secret qui **fait peur, rend triste ou met mal à l'aise** dans son corps. C'est lorsqu'un adulte ou un grand te fait du mal ou des gestes bizarres, puis te menace : *"C'est notre secret, si tu le dis, un grand malheur s'abattra sur toi"*. **Ce secret doit être brisé immédiatement !**

3. LE NIVEAU ROUGE : DANGER (L'INACCEPTABLE)

DANGER IMMÉDIAT & INTERDIT ABSOLU

> ***L'inacceptable et la loi :*** *Il existe des frontières absolues qui ne relèvent jamais de l'éducation, de la tradition ou de la discipline. Ces actes constituent des violences graves et des crimes sévèrement réprimés par le Code Pénal camerounais. Si tu subis l'une de ces situations, rappelle-toi fermement :* ***ce n'est jamais de ta faute.***

Les lignes rouges intolérables à dénoncer immédiatement :

Les violences physiques graves : Être frappé violemment avec des objets (câbles électriques, ceintures, chicotte, bâtons, manchettes), recevoir des coups de poing, de pied, être privé d'eau, ou être brûlé volontairement sous prétexte de punition.

Les violences et abus sexuels (L'interdit absolu) : Lorsqu'un adulte ou un adolescent plus grand touche les parties de ton corps qui sont habituellement couvertes par un maillot de bain (sexe, fesses, poitrine), te demande de regarder ou de toucher ses propres parties intimes, ou te force à regarder des images impures (pornographie).

Les menaces graves et la terreur : Être menacé avec un couteau, une arme, ou subir des menaces de mort verbales répétées destinées à paralyser l'enfant par la terreur pour l'empêcher de parler.

Les privations criminelles et l'exploitation : Être séquestré ou enfermé dans une chambre noire pendant des jours, être totalement privé de nourriture, ou être contraint à la mendicité forcée et au travail dangereux au lieu d'aller à l'école.

4. GUIDE D'URGENCE ET RESSOURCES AU CAMEROUN

TU N'ES PAS SEUL, CE N'EST PAS TA FAUTE. PARLER PEUT TE SAUVER !

Si tu te reconnais dans le niveau **Orange** ou **Rouge**, ou si tu constates qu'un ami, un camarade de classe ou un frère subit ces traitements, briser le silence est un acte de courage indispensable. Tu as le droit d'être protégé et d'être en sécurité. Ta voix est ton bouclier le plus puissant.

Numéros d'urgence et secours nationaux (Appels gratuits)

SERVICE DE SECOURS	NUMÉRO D'URGENCE	RÔLE ET ACCESSIBILITÉ
Ligne Verte Nationale de Protection de l'Enfance (MINPROFF)	**116**	Gratuit, confidentiel, accessible partout au Cameroun pour signaler une maltraitance.
Police Secours	**117**	Pour les situations de danger immédiat ou d'agression en cours.
Gendarmerie Nationale	**113**	Intervention d'urgence et brigades de protection des mineurs.

Contacts Directs de l'Association Aide Médicale (2AM)

Pour un accompagnement médical, clinique, médico-légal et psychologique totalement gratuit et confidentiel à Douala :

• **Téléphones d'urgence :** +237 6 72 00 42 01 / +237 6 96 75 61 94

• **Courriel d'assistance :** contact@associationaidemedicale.org

• **Point d'accueil clinique :** Cellule Pionnière Médicale et Clinique de Protection (CPMCP) au sein de l'Hôpital Laquintinie de Douala.

Les adultes ressources à qui tu peux te confier en toute sécurité :

- Un enseignant, un conseiller d'orientation ou le directeur/la directrice de ton école.
- Un médecin, une infirmière ou un travailleur social dans un hôpital ou un centre de santé.

- Un membre de ta famille élargie en qui tu as une confiance absolue (un oncle, une tante, un grand-parent).
- Un leader religieux bienveillant (un prêtre, un pasteur, un imam).