

# Projet "Swabhiman" (respect de soi) Lutter contre le mariage précoce en Inde

## Présentation du projet



### LE PROJET EN CHIFFRES

**Localisation :** Districts de Bhilwara et Udaipur, Etat du Rajasthan, Inde

**Durée du projet :** 3 ans

**Objectif du projet :** Donner aux filles des communautés marginalisées les moyens de réaliser leurs aspirations, sans courir le risque d'un mariage précoce, en ayant un accès égal aux opportunités d'éducation, de santé, de compétences de vie et des moyens de subsistance.

**Bénéficiaires :** 1 000 adolescentes âgées de 11 à 18 ans, vivant dans des villages sélectionnés

**Budget :** UEPLM contribue à hauteur de **120 000 € sur 3 ans**

# Pourquoi ce projet ?



Selon l'UNICEF, dans le monde, **1 femme sur 5 est mariée avant son 18ème anniversaire**. L'Asie du Sud comptabilise plus de 285 millions de mariages précoces soit 44% du total mondial. L'Inde a le nombre absolu le plus élevé de femmes mariées ou en union avant l'âge de 18 ans dans le monde (15 648 000)[1].

En Inde, alors que l'âge légal du mariage est de 18 ans pour les femmes et de 21 ans pour les hommes, la loi est souvent enfreinte dans la société, en particulier dans les zones rurales et arriérées du pays. Les taux de mariage des enfants sont les plus élevés dans les régions centrales et occidentales de l'Inde. **C'est le cas dans l'Etat du Rajasthan où on estime que 47% à 51% des femmes mariées l'ont été avant leurs 18 ans.** Le Rajasthan se classe au premier rang parmi le 8 Etats les moins développés socioéconomiquement en Inde (membres du "Empowered Action Group") en termes de prévalence du mariage précoce.

Il présente également une plus grande disparité entre les sexes aux niveaux de l'enseignement secondaire et supérieur par rapport à la moyenne nationale, les hommes étant largement plus alphabétisés que les femmes.

Notre partenaire, ChildFund India, a tenu des consultations avec les acteurs communautaires, y compris les enfants, à travers les projets menés au Rajasthan, qui révèlent que **de nombreux enfants continuent d'être à risque de mariage précoce** principalement en raison de la pauvreté, de l'analphabétisme et du statut socio-économique des familles marginalisées, et des faibles valeurs attachées aux femmes/filles dans la société.



## Quelles sont les causes du mariage des enfants en Inde?

Les normes sociales patriarcales considèrent que les femmes et les filles mariées appartiennent à la famille de leur mari et représentent un fardeau économique. On attend des filles qu'elles soient des épouses adaptables, dociles et travailleuses. Par ailleurs, jusqu'à ce qu'une fille soit mariée, sa chasteté est un marqueur de l'honneur de son père. Les hommes vont vouloir les marier tôt afin de préserver cet honneur. La pression sociale, mais aussi les lois coutumières fondées sur la religion constituent un obstacle majeur à la fin du mariage des enfants en Inde.

Le mariage des enfants est plus courant dans les ménages les plus pauvres, de nombreuses familles mariant leurs filles pour réduire leur fardeau économique perçu. Les filles sont souvent mariées à un jeune âge parce que le montant de la dot est plus faible pour les jeunes mariées. Elles sont alors également jugées plus productives et peuvent s'occuper des tâches ménagères. Le travail des jeunes mariées peut être véritablement au cœur de certaines économies rurales.

Cette pratique a de **nombreuses conséquences néfastes** : les jeunes filles mariées précocement sont plus en proie aux risques de violences conjugales et sexuelles, et les mariages précoces induisent souvent des grossesses précoces qui peuvent avoir de graves répercussions sur la santé des jeunes filles en pleine puberté. Les complications liées aux grossesses et à l'accouchement chez les adolescentes sont parmi les principales causes de décès dans le monde chez les filles de 15 à 19 ans [2].

[1] et [2] Filles par Epouse: <https://atlas.girlsnotbrides.org/map/india>

Le mariage précoce a des effets négatifs sur le développement physique, psychologique et cognitif d'un enfant. Son éducation est compromise, ce qui a un impact direct sur sa famille, la société et l'éducation de la prochaine génération.

La **pandémie de COVID-19 a encore aggravé les facteurs d'incitation au mariage précoce** et les cas ont augmenté pendant et après le confinement en Inde. Les agences des Nations Unies ont déjà prédit que 13 millions d'enfants supplémentaires seraient entraînés dans le mariage précoce dans le monde en raison de l'impact de la pandémie. Les services de protection et de signalement dans l'État du Rajasthan sont difficiles d'accès pour les enfants et les familles car ils sont principalement mis en place au niveau du district et, en cas d'urgence comme la pandémie de COVID-19, ils deviennent surchargés, limités par des réglementations strictes imposées par le gouvernement. Dans le sens inverse, les prestataires de service ont également du mal à atteindre ces enfants sujets au mariage précoce.

L'éducation est un excellent moyen de lutte contre cette pratique. Elle permet aux filles d'obtenir des opportunités économiques et favorise leur indépendance. Il est nécessaire d'œuvrer collectivement à bousculer les coutumes et traditions séculaires de la société, afin d'offrir à ces jeunes filles l'avenir de leur choix.

## Quels sont les enjeux du projet ?

L'objectif général du projet est de donner aux filles des communautés marginalisées de Bhilwara et d'Udaipur les moyens de réaliser leurs aspirations, sans courir le risque d'un mariage précoce, en ayant un accès égal aux opportunités d'éducation, de santé, de compétences de vie et de moyens de subsistance.

Plus précisément, les objectifs pour les 3 prochaines années sont :

-  **Promouvoir les opportunités éducatives et professionnelles comme alternative au mariage précoce.**
-  **L'accompagnement des jeunes filles dans la réalisation de leurs aspirations en les associant à une éducation inclusive continue et à des compétences professionnelles basées sur les besoins**
-  **La création de « groupes de soutien par les pairs » pour défendre les besoins des adolescentes**
-  **Le renforcement des comités communautaires de protection de l'enfance au niveau du Panchayat (administration territoriale)**
-  **La sensibilisation de la communauté aux effets néfastes du mariage des enfants et aux alternatives possibles**



# Qui sont les bénéficiaires ?



Grâce à ce projet, ChildFund India travaillera directement avec **1 000 adolescentes âgées de 11 à 18 ans** vivant dans les villages ciblés de deux districts, Bhilwara et Udaipur, de l'Etat du Rajasthan. Ces jeunes filles sont issues de familles particulièrement vulnérables et sont exposées au mariage précoce. Le projet impliquera également 1 000 adultes, parmi lesquels les fonctionnaires de la protection de l'enfance du gouvernement et les institutions Panchayati Raj (système d'administration territoriale des zones rurales en Inde).

## Comment se déroulera le projet ?

### • Accompagnement des filles pour la réalisation de soi

La « **réalisation de soi** » s'entend ici comme la capacité à atteindre ses besoins les plus élevés, qu'il s'agisse du statut social, des aspirations affectives, de la réalisation des objectifs professionnels ou personnels... Améliorer et travailler sur la réalisation de soi peut permettre d'apporter des changements parmi la communauté, et en particulier au sein du cercle familial.

Les jeunes filles bénéficiaires (1000) seront suivies par des consultants formés en science du comportement.



Séance de développement personnel lors d'un camp d'été de filles

Une **évaluation préliminaire** des filles permettra de comprendre les lacunes et obstacles qu'elles rencontrent dans leur vie quotidienne, au sein de leur entourage, afin de mieux définir le soutien requis. Cette étape se concentrera également sur le renforcement de la confiance avec les consultants et les filles entre elles.

Dans un second temps, les filles seront **soutenues pour travailler sur les aspects de leurs plans de développement personnel** qu'elles aimeraient concrétiser à travers des formations, une éducation, la prise de décision et des choix de carrière. Une collaboration avec des écoles et des instituts professionnels gérés par le gouvernement sera initiée, et les filles seront encouragées et soutenues pour accéder à ces instituts pour continuer leur éducation ou commencer une formation technique. En outre, un programme d'orientation distinct sur les compétences de vie sera organisé pour leur permettre de renforcer leur confiance et leur engagement vers l'autonomisation.

- Les filles de 11 à 14 ans (environ 400) seront soutenues pour poursuivre leur éducation
- Les filles de 15-18 ans (environ 600) seront soutenus pour poursuivre leur carrière (enseignement technique, etc.).

Les experts en sciences du comportement suivront chaque étape du processus, mais également les retours qui en sont fait dans les groupes de pairs, et mèneront des sessions participatives abordant les traditions et les idées reçues sur la place des filles.



- **Accès à l'enseignement supérieur, renforcement des compétences interpersonnelles et des compétences de vie axées sur les moyens de subsistance.**

Le projet organisera des interventions répétées auprès des familles, afin de les sensibiliser à l'importance de l'enseignement supérieur pour leurs filles: en effet, **les femmes sans instruction ont six fois plus de chances d'être mariées précocement que celles qui ont au moins dix ans d'instruction**. De nombreuses familles considèrent les filles comme des *paraya dhan* (la richesse de quelqu'un d'autre). Cela signifie que les capacités productives d'une fille profitent à la famille de son mari, et l'éducation des filles est donc considérée comme moins prioritaire que l'éducation des fils, qui sont chargés de prendre soin de leurs parents biologiques.

Les jeunes filles bénéficiaires seront encouragées à accéder à un programme d'enseignement supérieur afin qu'elles puissent poursuivre les carrières de leur choix. Des « camps » d'orientation professionnelle et de conseils seront organisés (en lien avec l'activité sur la visualisation), et les jeunes filles seront mises en contact avec les universités partenaires.

En parallèle, des cours d'alphabétisation numérique (ou autres compétences informatiques), de sciences et de mathématiques seront organisés mensuellement pour les filles ciblées. Des sessions sur d'autres compétences de base axées sur les moyens de subsistance, telles que la gestion financière, la compréhension juridique, la communication etc., seront également organisées. Pour les jeunes filles scolarisées, ces cours auront lieu après l'école.

Les filles seront mises en lien avec le *Rural Self Employment Training Institute* géré par le gouvernement, où elles recevront leur formation en fonction de leurs intérêts et des opportunités de carrière qu'elles poursuivront. Des sessions sur l'apprentissage de compétences socio-émotionnelles (autogestion, prise de décision responsable, conscience sociale) sont également prévues.

En Inde, l'éducation est gratuite jusqu'à l'obtention du diplôme. Cependant, un soutien supplémentaire pourra être fourni pour l'enseignement technique/le renforcement des compétences sur la base du plan de développement de carrière individuel précédemment établi pour chaque jeune fille.



- **Formation d'un « groupe de soutien par les pairs » en tant qu'agents de changement pour soutenir et défendre les besoins des adolescentes.**

Des **groupes de soutien par les pairs** (20), composés de jeunes filles et garçons (dont des survivants au mariage précoce), seront formés dans les villages, sous forme de clubs de football. Dans la zone du projet, les filles sont censées adhérer aux normes traditionnelles de la féminité dans presque tous les aspects de leur vie. Il est rare pour les filles de faire du sport. Le projet leur donnera les moyens de sortir de ce cadre, de se forger leur propre identité et devenir des modèles pour les autres filles. Il le fera en partie en encourageant les filles à intégrer des équipes de football.

Le sport sera la clé pour briser l'inhibition et aborder l'égalité des sexes et le mariage précoce. Ces groupes seront des espaces sûrs permettant de renforcer la confiance et l'apprentissage de soi, la compréhension de ses besoins et la définition d'objectifs de développement personnel. Les filles apprendront la valeur du travail d'équipe, de la détermination et du courage, qualités essentielles pour refuser le mariage précoce. Le projet impliquera **les garçons adolescents en tant que partenaires essentiels** dans les initiatives visant à créer des améliorations durables pour les filles et les femmes.



*Equipe féminine de football formée dans le cadre d'un projet de lutte contre le mariage précoce dans l'Etat du Jharkhand (2016 - 2018)*

Les activités sportives seront introduites/encouragées dans les écoles, et de plus en plus de filles seront incitées à faire du sport en plus de leurs séances éducatives.

Des informations sur les droits de l'enfance, le cadre légal en Inde, et des programmes de promotion de l'éducation et du genre seront fournies aux groupes, pour atteindre au final **plus de 3500 adolescents**. Une recherche-action sur la problématique du mariage précoce sera menée par les jeunes et les résultats seront diffusés parmi les communautés et les décideurs politiques par le biais des structures de protection de l'enfance et des réseaux sociaux.

Ces groupes organiseront ensuite des **sensibilisations de masse** pour partager des histoires de réussite (via le sport, des peintures murales, des spectacles de danse ou de marionnettes, l'impression d'un calendrier annuel illustrant des messages clés de prévention...). Ces campagnes devraient atteindre plus de 1000 personnes. Ces interventions permettront aux jeunes de plaider pour l'inclusion de programme de lutte contre le mariage des enfants dans le plan de développement de leur village.

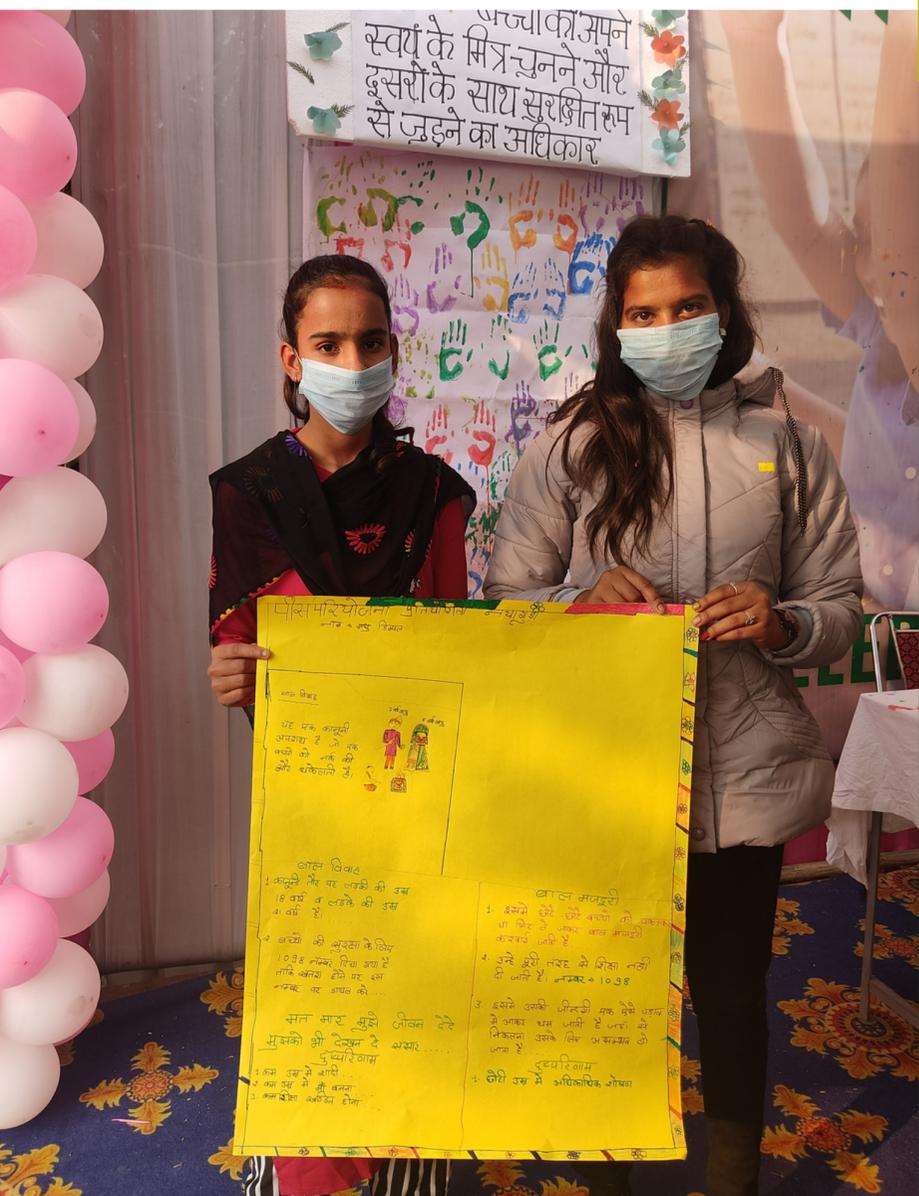
*Adolescentes plaidant contre le mariage précoce lors d'un événement de sensibilisation*



## • Sensibilisation des panchayats

Les **gram panchayats** sont des gouvernements locaux, normalement conçus pour fonctionner au niveau des villages en Inde (système d'administration territoriale des zones rurales). L'objectif du projet sera de les renforcer, afin d'en faire des panchayats actifs en termes de prévention des mariages précoces et respectueux des droits de l'enfant. 50 panchayats sont concernés.

Les comités de protection de l'enfance sont établis au niveau des villages et dans les panchayats pour répondre immédiatement à la prévention, notamment, du travail des enfants et du mariage des enfants. Ils sont composés de membres du panchayat, de membres du comité de gestion des écoles, d'autorités locales, mais aussi d'enfants. Ces comités seront renforcés dans leur rôle pour promouvoir les besoins éducatifs de chaque enfant et lutter contre les croyances et idées fausses qui prévalent dans la communauté. Ils mèneront ces programmes de prévention auprès des familles vulnérables, afin d'atteindre environ 4000 familles sur les trois années du projet.



Adolescentes revendiquant leurs droits pendant la semaine des droits de l'enfant

## Quels seront les résultats ?

A l'issue du projet, les résultats suivants sont attendus :

- ✓ Les filles sont accompagnées dans la réalisation de leurs aspirations, elles bénéficient d'un **plan de développement personnel et professionnel**;
- ✓ Elles **terminent leurs études ou ont reçu une formation professionnelle** et peuvent exercer des activités génératrices de revenus. Elles sont aussi formées à des "compétences de vie" telle que la pensée critique, la prise de décision etc;
- ✓ Le **taux d'abandon scolaire au primaire et au secondaire diminue**;
- ✓ Les filles **participent activement à la gouvernance locale**;
- ✓ Elles **connaissent leurs droits** et participent à des **activités de plaidoyer** de groupes pour le respect des droits des filles et des femmes;

- ✓ Les garçons bénéficiaires, membres de groupes de pairs et jeunes leaders, sont engagés dans des activités de prévention du mariage précoce, de l'exploitation et des violences à l'égard des enfants;

- ✓ Les acteurs clés (parents, adolescents, communauté) sont sensibilisés aux conséquences néfastes du mariage des enfants et s'y opposent;

Les comités de protection des enfants sont renforcés et répondent à la violence faite aux enfants ; ils conseillent les familles pour prévenir le mariage des enfants;

- ✓

Les panchayats sont sensibilisés et mettent en œuvre des lois réglementant la prévention du mariage des enfants.

- ✓



# Les ODD au coeur de ce projet

Les **Objectifs de Développement Durable (ODD)** sont 17 objectifs établis par les États membres des Nations unies et rassemblés dans l'Agenda 2030, adopté en septembre 2015. Chaque ODD contient des **cibles (169 au total), communes à tous les pays engagés (dont l'Inde)**, à atteindre à l'horizon 2030. Ces cibles répondent aux objectifs généraux suivants : éradiquer la pauvreté sous toutes ses formes et dans tous les pays, protéger la planète et garantir la prospérité pour tous.

Si aucun progrès pour mettre fin au mariage précoce n'est accompli, ce sont plusieurs ODD qui risquent de ne pas être atteints. En effet, **les ODD sont interdépendants, et le mariage des enfants est un problème intersectoriel** : pauvreté, atteinte à la santé, à l'éducation, à l'égalité des genres et les violences sont les principales conséquences néfastes du mariage des enfants.



## ODD 1 : Éliminer l'extrême pauvreté et la faim

Le mariage des enfants contribue à perpétuer un cercle intergénérationnel de pauvreté. Il est une cause, mais aussi une conséquence de la pauvreté. Il se manifeste principalement dans les pays vulnérables et dans les familles les plus défavorisées, qui souvent marient leur fille à un jeune âge, espérant lever un fardeau économique. **Le projet permettra aux filles bénéficiaires d'établir un véritable plan de carrière et leur offrira des opportunités de formations professionnelles. Ces filles auront plus de chance de trouver un emploi stable et pourront subvenir à leurs besoins et à ceux de leur famille et briser ainsi cercle de la pauvreté.**

## ODD 3: Donner aux individus les moyens de vivre une vie saine et promouvoir le bien-être à tous les âges

Les mariages précoces entraînent très souvent des grossesses précoces. Celles-ci ont un effet néfaste sur la santé des jeunes filles, mais aussi de leurs enfants. Les mariages précoces peuvent provoquer également des problèmes de santé mentale chez les jeunes filles. **Les activités du projet contribueront à plaider pour retarder le mariage et les grossesses des jeunes filles à risque et réduire ainsi les taux de mortalités, y compris infantile.**



## ODD 4: Veiller à ce que tous puissent suivre une éducation de qualité dans des conditions d'équité et promouvoir les possibilités d'apprentissage tout au long de la vie

Les filles mariées avant leur majorité sont forcées d'abandonner l'école, privées de leur éducation et d'une meilleure chance d'avenir. L'éducation est l'un des outils les plus efficaces pour la prévention du mariage des enfants et la promotion de l'égalité des genres. Elle protège les filles et leur fournit les connaissances et les compétences pour décider de leur avenir. **Le projet Swabhiman contribuera à atteindre l'ODD 4 en offrant aux jeunes filles la possibilité de terminer leurs études et entreprendre des formations aux compétences de vie. Les parents seront sensibilisés sur l'importance de l'enseignement supérieur, contribuant au changement de mentalité à long terme.**

## ODD 5: Réaliser l'égalité des sexes et autonomiser toutes les femmes et les filles

Le mariage des enfants a pour cause profonde les inégalités des genres. Dans les sociétés qui appliquent le mariage précoce, les filles ont « moins de valeur » qu'un garçon et n'ont souvent pas l'opportunité de s'exprimer ou donner leur avis. L'éradication du mariage précoce est donc explicitement formulée comme la **cible 5.3 de cet ODD : « éliminer toutes les pratiques préjudiciables, telles que le mariage des enfants, le mariage précoce ou forcé et la mutilation génitale féminine »**. **Le projet contribuera ainsi à venir à bout des inégalités de genre, en s'opposant aux pratiques traditionnelles néfastes et à la discrimination.**



## ODD 16: Promouvoir l'avènement de sociétés pacifiques

Le mariage précoce est une forme de violence à l'égard de ces jeunes filles. Elles sont en effet plus exposées au risque de violences sexuelles, physiques et psychologiques tout au long de leur vie, notamment de la part de leur partenaire ou sa famille. **Le projet Swabhiman contribue à éradiquer ces formes de violence. Les interventions auprès des Panchayat et le renforcement des comités de protection des enfants devrait permettre de mettre en œuvre la loi qui interdit le mariage des filles de moins de 18 ans et de répondre aux signalements des violences.**



# Un projet basé sur les droits de l'enfant

Dans le cadre d'une approche basée sur les droits de l'enfant, les programmes mis en œuvre par les acteurs de la solidarité internationale doivent se centrer sur la réalisation des droits des enfants et appliquer les quatre principes directeurs de la Convention relative aux droits de l'enfant (CIDE) : **la non-discrimination, le droit à la vie, à la survie et au développement, l'intérêt supérieur de l'enfant, et le droit à la participation.** Les enfants sont des détenteurs de droits, acteurs de leur propre développement et doivent être soutenus pour les revendiquer. Les acteurs responsables (L'Etat, la famille, la communauté, la société civile dont les professionnels de l'enfance, le secteur privé, etc.) sont garants du respect, de la promotion et de la protection des droits de l'enfant.

Le projet Swabhiman applique une approche basée sur les droits. Des consultations approfondies ont été entreprises à plusieurs niveaux : avec les organismes gouvernementaux, les communautés, les parents, les enfants. Une large place a été donnée à l'écoute de la parole des jeunes filles. Les activités mises en place s'efforcent d'en faire des actrices actives du changement. Ainsi, via les groupes de pairs, elles seront encouragées à s'exprimer sur leurs besoins et leurs droits. Les consultants en développement personnel travailleront avec elles pour élaborer des plans individuels de développement basés sur les envies qu'elles exprimeront. Avec les garçons, elles se verront donner l'opportunité de sensibiliser la communauté en masse et de plaider pour l'inclusion de programme de lutte contre le mariage des enfants. Les acteurs responsables, tels que les membres des Panchayat, mais aussi les parents, seront sensibilisés et renforcés pour faire respecter les droits des filles et lutter contre le mariage précoce.



Articles de la CIDE répondant à la lutte contre le mariage précoce

## Un projet dans la durée

Des efforts ont été déployés pour intégrer la durabilité à tous les niveaux du projet. Des **consultations approfondies tenues avec les parties prenantes** à différents niveaux (y compris les organismes gouvernementaux, les communautés, les parents, les enfants) lors de la phase de planification du projet garantissent que les **interventions du projet sont basées sur les besoins et les priorités réels de la communauté.** L'engagement de ces principales parties prenantes sera encore renforcé et amélioré au cours du projet, ce qui contribuera à garantir que les changements se maintiendront au-delà de la durée de vie du projet.

Mettre fin au mariage des enfants nécessite que **différents secteurs travaillent ensemble pour le bénéfice de tous.** La stratégie du projet est d'adopter une approche multisectorielle. Cette approche rassemble les adolescentes, les parties prenantes gouvernementales, les groupes communautaires et les prestataires de services qui travailleront et prendront des décisions pour s'attaquer aux différentes causes et conséquences du mariage des enfants conduisant à un **changement positif durable.**

Le cœur du projet est de mettre davantage **l'accent sur la voix et l'autonomisation des filles.** L'approche garantit que les filles exercent leurs choix et font progresser les droits des adolescentes. **Les filles ne sont pas seulement les bénéficiaires de la transformation, mais elles seront des partenaires essentielles** pour préparer les filles et les femmes à participer de manière égale à la transformation de la communauté et au processus de prise de décision.



Le **programme national de l'Inde sur la protection de l'enfance** (*Integrated Child Protection Scheme*), envisage l'adoption d'une **approche convergente pour la prestation de services de protection de l'enfance de manière intégrée**. Le résultat des activités liées au renforcement de la gouvernance locale et des comités de protection de l'enfance autonomisera et renforcera le mécanisme communautaire de protection de l'enfance afin de créer un environnement protecteur et propice pour les filles et les femmes et d'approfondir leur contribution à la protection de l'enfance et ainsi d'assurer la durabilité du projet.

Le projet ne dupliquera ni ne reproduira aucune intervention qui fait déjà partie du plan, des schémas ou des programmes du gouvernement, mais se concentrera plutôt sur **la résolution des lacunes dans la mise en œuvre des politiques gouvernementales**.

Les parents et les membres de la communauté, les aînés de la famille sont souvent les principaux décideurs. Par conséquent, le projet collaborera activement avec les familles, les communautés et les dirigeants pour apporter un changement de comportement parmi ces parties prenantes par le biais de sensibilisation, les engageant de manière significative dans un dialogue éclairé pour aborder et répondre au mariage des enfants. L'objectif serait une « **campagne par et pour la communauté** » pour apporter des changements dans les normes sociales, renforçant ainsi **l'appropriation communautaire de l'intervention**.

L'objectif du projet peut se résumer ainsi: "*Une fille éduquée dans chaque famille, apportant un changement dans les mentalités, transformant la société et créant un modèle de développement*".

## Capitalisation

Le projet a été conçu sur la base de discussions initiales avec les adolescentes et au sein de la communauté. L'approche consiste à traiter différemment chacune des adolescentes en fonction de leurs besoins et de leurs aspirations. Le projet joue le rôle de catalyseur et aide les filles à franchir des jalons étape par étape. Par conséquent, il s'agit d'une innovation, réalisable dans la communauté et qui amène le "Girl Power" à ébranler les coutumes et traditions.

Ce modèle est évolutif et pourra être répliqué et adapté face aux leçons tirées. L'approche prometteuse qui en découlera aidera le gouvernement et les principales parties prenantes à se mobiliser pour obtenir de meilleurs et rapides résultats lorsqu'il s'agit d'éduquer les filles et de leur permettre de construire leur avenir.



Echauffement d'un groupe de paires formées en équipe de foot avant un match