

Le Magazine de *Terre des hommes*

Courage

Santé mentale
**une urgence
silencieuse**

Gaza
**dessiner pour
raconter l'horreur**





04

Reportage au cœur des crises humanitaires

En Ukraine, les enfants grandissent sous les bombes. Au Myanmar, ils et elles doivent réapprendre à vivre après le tremblement de terre. Dans chaque crise, la santé mentale des enfants est une urgence vitale.



10

Parole à

Anastasiia Brieiva et Ma Yu Yu Maw, deux femmes qui font de la santé mentale des enfants leur priorité au quotidien.



12

Perspectives

À Gaza, Hadeel organise des ateliers de dessin dans des espaces protégés, afin que les enfants puissent exprimer sur papier leurs traumatismes et une part de leur quotidien.



14

Tour d'horizon

- Crise oubliée au Burundi
- Succès du congrès mondial pour la Justice Avec les Enfants
- Fondation suisse du Petit Prince : une collaboration inédite



15

Comment aider ?

Nos bénévoles organisent des événements solidaires partout en Suisse. En cette fin d'année, rejoignez le groupe bénévole le plus proche de chez vous et faites la différence!



Chaque enfant dans le monde a le droit d'être un-e enfant, tout simplement.

Nous aspirons à un monde où les droits des enfants, tels que définis dans la Convention relative aux droits de l'enfant, sont toujours respectés. Un monde où les enfants peuvent grandir à l'abri du danger et devenir les acteurs et les actrices du changement qu'ils et elles souhaitent voir dans leur vie.

Photo de couverture ©Tdh/Christina Pashkina **Responsable édition** Joakim Löb **Coordination** Manon Le Signor **Rédaction** Marc Nouaux, Manon Le Signor **Graphisme et mise en page** Maude Bernardoni **Reportage** réalisé avec l'aide de Htoi San Awng et Oleksandr Vlasenko **Parution** 4 fois par an **Tirage** 100'000 exemplaires en allemand, français et italien **Impression** Stämpfli AG **Changements d'adresse** T +41 58 611 06 11, donorcare@tdh.org **Courrier des lectrices et des lecteurs** redaction@tdh.org

Avec le soutien de



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

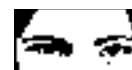
Direction du développement
et de la coopération DDC



imprimé en
suisse



Votre don en
bonnes mains.



Terre des hommes
Aide à l'enfance.



« La santé mentale doit être au cœur de chaque urgence. »

Maria Bray, conseillère globale en santé mentale, soutien psychosocial et protection

Soigner les blessures invisibles des enfants

Peut-on vraiment parler de santé mentale, de soutien psychosocial, quand l'injustice est constante, systémique, brutale? Quand les urgences s'enchaînent et que tout s'effondre, parler de bien-être semble presque déplacé. Et pourtant, c'est là, précisément là, que la santé mentale doit prendre toute sa place.

Prenons Gaza, où il règne un tel degré d'inhumanité que distribuer de la nourriture ne suffit plus à redonner un sentiment de sécurité. Dans ces circonstances, il est aussi capital de considérer la santé mentale de nos équipes: comme pour tous, enfants et adultes, ces environnements extrêmes peuvent avoir un impact considérable sur leur capacité à fonctionner au quotidien. Mais on a besoin que les adultes tiennent bon pour que les enfants se sentent bien.

Mais se sentir bien, ça veut dire quoi, au juste? Si vous êtes à Gaza, en Suisse, en Ukraine ou au Myanmar, la réponse va être différente. Je me souviens d'une mission au Sri Lanka, en pleine guerre, où l'on avait interrogé les peurs des enfants alors que les bombes tombaient: ils ne craignaient en fait pas les explosions mais la destruction des barrières les protégeant des éléphants qui piétineraient alors leurs maisons: écouter la parole des enfants est essentielle pour les accompagner au plus près de leurs besoins.

Chez Terre des hommes, nous définissons avec eux leurs besoins, leurs attentes. Vous allez le découvrir dans les pages suivantes avec notre dossier qui vous mène au cœur de la guerre en Ukraine ou dans les failles béantes laissées par le récent séisme au Myanmar: au plus fort des crises, malgré la mort, la faim ou les déplacements forcés, votre soutien nous permet d'aider de nombreux enfants à retrouver une routine, des points de repères et des espaces de socialisation. On implique aussi leurs adultes référents qui ont besoin de leur transmettre confiance et sécurité. Grâce à ce cadre-là, on n'annule pas le traumatisme vécu, mais on l'intègre dans une histoire — leur histoire de résilience. Lorsque les enfants retrouvent l'espoir et regagnent confiance, ils peuvent aller de l'avant.

Pour les enfants, l'espoir est lié au sentiment de sécurité. Et pour cela, un moment de jeu partagé dans un espace sécurisé, un accompagnement, une parole qui rassure: ce sont ces attentions qui peuvent faire la différence pour aider à se sentir mieux. Quand je parle avec enthousiasme de la cause qui m'anime, on me répond parfois que je ne sauve pas des vies. Mais c'est faux. Redonner de l'espoir à un enfant, l'aider à se sentir en sécurité, à retrouver un peu d'enfance au milieu du chaos... C'est lui permettre de se relever, de croire à nouveau en demain et c'est surtout ce dont un enfant a besoin pour recommencer à vivre.

Maria Bray

Oui, je veux aider

Site web

Je fais un don sur
tdh.org/fr/faites-un-don-magazine



Virement bancaire

Je fais un don via mon
application bancaire
CH41 0900 0000 1001 1504 8



 **TWINT**

Je fais un don via
Twint en scannant
ce QR-code

Santé mentale : l'urgence silencieuse

Parmi les décombres laissés par le séisme du 28 mars 2025, Khaing et Thune, enfants du Myanmar, tentent de retrouver leurs repères. En Ukraine, Kyrylo vit sous les bombes depuis plus de trois ans. Malgré un quotidien bouleversé, ces trois enfants se relèvent. Ils parlent, jouent... et surtout, rêvent encore. Leurs mots, leurs gestes, leurs silences, nous révèlent ce que signifie de grandir au cœur du chaos. Ils disent surtout qu'une oreille attentive, un lieu sûr ou un adulte bienveillant sont autant de soutiens qui aident à tenir bon. Dans ce dossier, nous vous emmenons au plus près de leurs histoires. Plus qu'un témoignage de leur souffrance, c'est une preuve de leur courage...

Nous sommes à Sagaing, haut lieu religieux et monastique situé au nord-ouest du Myanmar. Ici, chaque quartier, chaque ruelle porte les cicatrices du terrible tremblement de terre qui a sévi le 28 mars 2025. C'est dans le jardin d'une des nombreuses pagodes de cette ville de 300'000 habitants que l'on rencontre Khaing Min Thant, 13 ans. Il est l'un des survivants de cette tragédie qui a officiellement coûté la vie à plus de 3'700 personnes – un bilan glaçant, que de nombreux experts jugent en deçà de la réalité. L'enfant reste émotif, le regard fuyant, malgré tous les progrès accomplis depuis cet épisode douloureux pour surmonter le traumatisme. Un épisode venu s'ajouter à un tableau déjà sombre, dans un pays en proie à une situation interne tendue.

« J'étais à l'école du Dhamma au monastère quand la terre a tremblé. J'ai hurlé à tout le monde de courir. »

Khaing Min Thant, 13 ans

« Nous étions au premier étage. Le temps de descendre, j'ai vu des choses horribles. » Séparé de Mandalay par le mythique fleuve Irrawaddy, Sagaing semble encore hanté par le drame. Certains quartiers sont éventrés et des habitations provisoires faites de tôles ou de bambou, ouvertes au vent et à la pluie demeurent, entourées d'amas de déchets qui se sont empilés après le séisme. Lorsqu'on s'y rend, les histoires se succèdent et serrent le cœur : ce grand-père malade, mort d'avoir été déplacé en urgence ou cette mère qui raconte l'agonie de son fils de 6 ans, qui implorait que quelqu'un le sorte des décombres. Les mois passent mais le temps ne suffit pas à mettre de la distance avec cet événement déchirant. Dans les rues, la tension reste palpable : à Sagaing, une rumeur prédit l'arrivée imminente d'un nouveau séisme et

les enfants qui sont encore scolarisés sont renvoyés des écoles, créant un début de panique. Le lendemain à Mandalay, c'est une femme affolée qui arrive en courant pour évoquer la secousse qui viendrait de faire tomber un arbre. Pourtant, personne d'autre qu'elle ne l'a ressentie. Ce sont juste les stigmates du funeste 28 mars et de toutes les répliques dont l'écho résonne encore dans les consciences. Aujourd'hui, la terre ne tremble plus au Myanmar mais les adultes perdent l'équilibre. Les enfants, eux, ne connaissent plus le sens de la normalité, vivant un stress constant.



Le saviez-vous ?

1'600

enfants issus de la communauté bénéficient d'un **soutien psychosocial** tous les mois à la suite du **tremblement de terre au Myanmar**

Khaing a vu la maison où il vit avec sa grand-mère, son oncle et sa tante, ébranlée par le séisme.



©Tdu/Nyan Zay Htet

Construite en bambou sur des pilotis d'un mètre cinquante et inclinée dangereusement, elle se trouve près du chemin de fer, ombragée par un grand tamarinier où les voisins se réunissent sous le regard d'une vache paisible. Cet arbre, l'adolescent ne peut plus grimper dessus. « Avant le séisme, j'aimais y monter pour cueillir des feuilles pour la cuisine mais aujourd'hui, j'ai peur de n'importe quelle petite hauteur. » L'adolescent a

➤ **Khaing, le regard fuyant, raconte son histoire. Sa maison, partiellement effondrée par le séisme, est rafistolée de bâches vertes.**

vu un ami d'enfance mourir devant lui, écrasé par un tableau de classe. Le regard triste, il ne parvient pas encore à libérer ses émotions et peine à s'exprimer devant sa famille, à qui il n'a pas voulu confier ce qu'il a vécu. « J'ai dit que tout allait bien pour n'inquiéter personne. » Depuis, Khaing trouve refuge à la pagode Shwe Si Gon, où se trouve l'Espace Ami des Enfants (EAE) créée par Terre des hommes (Tdh).



« Lorsque je viens ici, j'oublie le séisme car ça me fait du bien de chanter, de faire de l'origami, jouer et lire. »



Khaing Min Thant, 13 ans

Poursuivre l'éducation pour garder espoir

Toutes ces activités font partie des réponses apportées par Tdh au Myanmar, via des équipes mobiles pour toucher le plus grand nombre d'enfants. Depuis le séisme, ils sont 5'000 à avoir été pris en charge psychologiquement. À Sagaing, petits ou grands s'assoient en tailleur sur des bâches de couleur tendues à même le sol. On joue aux cartes, on plie du papier, on chorégraphie des danses. On rit surtout. Laurence Gaubert, responsable de l'unité de réponse aux urgences chez Tdh, raconte comment il a fallu s'organiser sans structure d'accueil. « Il n'y a presque plus de bâtiment intact donc les équipes mobiles se déplacent dans les rues, les parcs ou les monastères qui ont tenu bon. Nous essayons de leur proposer un maximum d'activités d'éducation de base, comme des exercices de calcul ou des dictées, afin de maintenir leur lien avec l'école. Beaucoup d'enfants réclament cette routine d'apprentissage qui leur manque. »

Khaing en fait partie. Il brandit fièrement son cahier d'écolier qu'il tient à jour en dépit de ce quotidien chamboulé. Les dessins sont précis, les légendes écrites avec soin. Les activités de Tdh lui font sentir qu'il peut avoir de l'espoir, l'un des piliers du cadre de référence de la santé

mentale et du soutien psychosocial (SMSPS) défini par Tdh. Il veut donc s'accrocher à son droit à l'éducation. « De nombreux parents disent que lire et écrire est suffisant. Pour eux le plus important est de vite travailler pour gagner de l'argent. »

« Moi, je veux apprendre, devenir ingénieur et construire des maisons pour les sans-abris. »

Khaing Min Thant, 13 ans

Les 5 piliers du bien-être

Tdh définit 5 piliers du bien-être dans son cadre de référence de la santé mentale et du soutien psychosocial (SMSPS) : **se sentir en sécurité, connecté, digne, respecté et garder espoir**. Ces piliers guident les activités de Tdh, qui s'adaptent au contexte culturel des enfants mais aussi à leurs histoires personnelles. À travers ce cadre, Tdh a pour objectif de réduire la souffrance, améliorer le bien-être psychosocial et renforcer la résilience. Et pour qu'un enfant soit plus résilient, on renforce ses capacités et celles de son entourage proche.



✓ Ma Zin Mar Win, travailleuse sociale, anime un atelier de musique et de danse dans un Espace Ami des Enfants à Sagaing.



Le saviez-vous?

48'800



enfants à travers le monde ont reçu un accompagnement psychologique par Tdh et ses partenaires en 2024

Sa camarade Thune Yati San, 13 ans, a longtemps gardé des séquelles du 28 mars, elle qui dort dans une habitation temporaire avec sa famille. « Dès que quelqu'un marchait, le sol en bois grinçait et j'avais l'impression qu'un nouveau séisme allait nous frapper. » Comme Khaing, elle profite de l'EAE pour s'évader. « J'adore chanter et danser mais je préfère le sport et les jeux collectifs. J'adore participer à des compétitions. Ça fait du bien d'avoir un espace sécurisé pour jouer, car avec les bris de verre sur les terrains et dans les rues, c'est devenu trop dangereux à l'extérieur. » Ces activités sportives sont proposées en complément de conversations visant à apaiser les enfants.

aux enfants. Sans ce soutien, je ne sais pas comment nous aurions tenu. Ce que j'apprécie le plus, c'est l'accompagnement émotionnel, essentiel pour les enfants. Ils ont besoin d'être rassurés, écoutés, entourés – surtout quand, en tant que parents, nous sommes dépassés par l'urgence : trouver un abri, de quoi manger, réfléchir à l'avenir... L'Espace Amis des Enfants est un lieu sûr, où ils peuvent se retrouver, bien mieux que de rester livrés à eux-mêmes dehors. »

Divertir les enfants fait partie du processus pour les aider à guérir. Lorsque la terre ne tremble plus, c'est l'après qu'il faut gérer : Après le choc d'une explosion ou d'un effondrement, il ne faut pas sous-estimer les semaines et les mois qui suivent. L'accumulation des épreuves finit par peser lourdement sur le bien-être des victimes. Quitter son pays, sa ville ou sa maison représente une épreuve extrêmement difficile, en particulier pour les enfants, comme l'explique Laurence :

Et malgré l'urgence, l'impact positif des actions de Tdh sur les enfants du Myanmar est déjà palpable, tout comme en Ukraine, où le conflit ne semble jamais vouloir prendre fin. Là-bas aussi, les activités permettent aux enfants de tenir le coup. Déjà présent en Ukraine depuis 2015, Tdh a profité de ses dix années d'expérience sur le terrain pour mieux accompagner les enfants. Depuis la ville de Kharkiv, située au Nord-Est du pays, il faut un peu plus d'une heure pour atteindre le village de Rizunenkovo. Lové au cœur de la plaine, le village est entouré de champs qui s'étendent à perte de vue. Parfois, la quiétude de la nature est foudroyée par des routes détruites et des immeubles anéantis. Malgré un contexte brutal et un ciel couvert, beaucoup de couleurs illuminent l'EAE mis en place par Tdh : sur les bâches qu'on agite, sur les dessins des enfants, sur les toboggans de l'aire de jeu, sur les cerceaux et les piquets placés pour une activité. Mais les couleurs ne peuvent faire oublier la guerre.



©Tdh/Nyan Zay Htet

« Lors de la première session, nous nous sommes assis ensemble et avons parlé de ce qu'il s'est passé pendant le tremblement de terre. »

Thune, 13 ans

La mère de Thune apprécie ce soutien qu'elle ne parvenait pas à offrir à sa fille. « Je suis reconnaissante car l'EAE offre de la nourriture et un espace de jeu



« Chaque déplacement forcé est considéré comme un deuil pour un enfant, une rupture totale avec ses repères, et une charge mentale lourde à porter. »



©Tdh/Christina Pasikina

Karina Mala, animatrice de 22 ans, dévoile la part sombre du quotidien : « *Chaque jour, on doit se protéger. La peur des bombes, c'est notre principal obstacle pour la tenue des cours et plus généralement pour notre existence. Les enfants arrivent effrayés car ils ne savent pas à quoi s'attendre mais nous créons une atmosphère de confiance et un espace sûr.* »



↑ Kyrylo joue au jeu du « Qui suis-je ? » avec ses camarades de l'EAE de Rizunenkovo

« **Je suis toujours heureux quand j'arrive ou repars d'ici** »

Quand les alarmes ne percent pas la plaine, les enfants sont heureux de se réunir. Beaucoup d'entre eux ont fui la ligne de front et ont été déplacés avec leur famille ici, dans la région de Kharkhiv. D'ordinaire, ils restent confinés chez eux ou dans leur logement provisoire, où

le temps passe trop lentement. Mais dans l'EAE de Rizunenkovo, une atmosphère de cour d'école se dégage. Pas de place pour l'ennui, c'est l'enfance qui reprend son cours : on rit, on dessine, on court, on saute et on bénéficie de soutien scolaire. Ces enfants de 6 à 17 ans forment un cercle dans l'herbe. Qu'ils soient petits ou grands, ils n'ont qu'une envie, comme le résume Kyrylo, 14 ans, « *se retrouver avec les copains.* » Ici, l'EAE se trouve dans une école inoccupée, mais dans d'autres localités, il prend place dans un bunker ou n'importe quel bâtiment en dur sécurisé qui tient encore debout. « *Je suis toujours heureux quand j'arrive et repars d'ici* », insiste l'adolescent, qui ne veut pas évoquer la guerre. Les ami-e-s qui ont quitté la région, les sirènes anti-aériennes, les longues journées passées enfermés, les familles éclatées... Pour Kyrylo, comme pour ses camarades, l'EAE est un endroit qui permet de tout oublier. Et de se redessiner un avenir. « *Des rêves, j'en ai plein mais je les garde secrets pour le moment* », conclut Kyrylo avec sérieux et optimisme.

Le saviez-vous ?

9'750

enfants ont bénéficié du dispositif SMSPS de Tdh en Ukraine en 2024



Les enfants puisent leur résilience dans le soutien des adultes, qui eux-mêmes se nourrissent de la

force des plus jeunes, comme l'explique Karina. « *Quand je vois un enfant s'ouvrir, avoir de nouveau des projets et de l'espoir, qu'il se fait des amis et se sent plus connecté... Cela me donne une énergie folle ! Moi aussi je suis touchée psychologiquement par la guerre. Un jour, un obus a été lancé et j'ai dû me jeter à terre et couvrir le corps d'un ami.* »

La journée passe et c'est symboliquement sous le soleil qu'elle se conclut : les nuages s'écartent et les activités se poursuivent sous un ciel bleu qui annonce l'arrivée de l'été. Aujourd'hui, il n'y a pas eu de sirène ni de bombe : un jour dans l'EAE qui se déroule dans le calme et la bonne humeur fait forcément encore plus de bien aux enfants. Entre deux regards intenses, marqués par la rudesse de leur quotidien, quelques lueurs parviennent à percer. S'évader, ne serait-ce que pour quelques secondes ou quelques heures, c'est déjà immense — comme le souligne Laurence : « *Lors d'une crise humanitaire, les parents n'ont pas le temps d'expliquer ce qu'il se passe et les enfants s'imaginent tout et n'importe quoi. Un enfant a besoin de jouer pour rire et sortir de sa tête tous les problèmes qu'il peut s'imaginer. Prendre le temps d'expliquer la situation et de les divertir dès que possible, c'est toujours bénéfique.* »

Mais il faut rappeler que s'il n'y a pas de santé sans santé mentale, il



Les parents aussi ont besoin de soutien pour épauler leurs enfants

« *Les animatrices soutiennent nos enfants mais nous aident aussi à garder le moral, ce qui est important en période de guerre.* » Svitlana, maman de Kyrylo, participe aux ateliers de parentalité positive organisés par Tdh. Il s'agit d'offrir des clés

aux parents pour qu'ils appréhendent mieux le comportement des enfants. Karina apprécie l'effet de ces ateliers sur les parents qui manquent, eux aussi, de socialisation. « *On voit plus de parents de bonne humeur. C'était important aussi pour eux d'avoir des endroits où se retrouver.* » Iryna, une autre maman, loue « *l'effet merveilleux sur les parents : nous nous réunissons, discutons et prenons le thé* ». Avec des parents qui vont mieux, les enfants ne peuvent qu'être impactés positivement, la structure familiale étant plus solide pour affronter la pénibilité quotidienne de la guerre.





©TatyChristina Pashkina



Les plus jeunes participent à un jeu avec des balles et un parachute coloré.

n’y a pas non plus de santé mentale sans les besoins de base.

Laurence insiste sur ce point :

« On ne peut pas établir d’activités relatives à la santé mentale si les gens n’ont ni à boire ni à manger, ni d’abri. Il faut d’abord répondre aux besoins essentiels et s’assurer que ce soit fait dans un environnement protecteur, sinon ça n’a pas de

sens. » Répondre aux besoins essentiels et tout faire, même si c’est peu, pour que les enfants se sentent bien, c’est l’objectif de Tdh. Khaing, Thune, Kyrlyo et tant d’autres enfants n’ont pas choisi de vivre un tremblement de terre ou une guerre. Mais ils puisent en eux une force qui leur permet d’avancer. D’aller mieux. Guidés,

ils comprennent qu’ils n’ont pas à endosser seuls les responsabilités de ces drames.

Parce que la santé mentale est un droit, tout simplement.

Marc Nouaux

Avec votre don, nous pouvons par exemple



©Tdh/Nyan Zay Htet

CHF 150.-

Offrir à un enfant traumatisé 5 séances de soutien psychologique individuelles

CHF 100.-

Permettre à 5 enfants de reprendre l’école grâce à un kit scolaire

CHF 50.-

Financer une session d’activités éducatives et créatives avec 60 enfants



Anastasiia Brieieva et Ma Yu Yu Maw

Anastasiia Brieieva (A.B.) a vécu la guerre de l'intérieur: elle a subi 7 mois d'occupation. Ce drame a transformé la jeune femme qui est facilitatrice chez Terre des hommes (Tdh) depuis 2024. Implantée dans la région de Kharkiv, elle raconte comment elle utilise cette période douloureuse comme moteur afin d'aider les enfants à se sentir bien. 7'000 km plus loin, à Sagaing, Ma Yu Yu (M.Y.Y.) Maw puise sa force dans une histoire personnelle très chargée. Travailleuse sociale depuis 2021 chez Tdh, elle a dû acquérir des compétences en urgence pour s'adapter au défi du tremblement de terre qui a frappé les siens. De l'Ukraine au Myanmar, entretien croisé de deux femmes qui font de la santé mentale des enfants leur priorité au quotidien.

Qu'est-ce qui vous pousse à vous engager au quotidien malgré les difficultés et les risques?

A. B. : Faire sourire les enfants. Je veux qu'ils se fassent confiance, qu'ils nous fassent confiance, qu'ils rêvent et croient en un avenir meilleur. Je m'assure qu'ils sont entendus et qu'ils savent qu'on les écoute. Je leur dis que les émotions sont normales et qu'ils peuvent les exprimer. Mon message, c'est: «*vous êtes une personne libre dans un pays libre et avez le droit de communiquer librement et faire des choses cool*».

M. Y. Y. : Mon moteur, c'est mon histoire personnelle: mes parents n'ont pas pu m'élever car ils devaient tous deux travailler dans une autre ville. Petite, j'ai été recueillie par mon frère et ma belle-sœur m'a maltraitée. On ne me donnait pas assez à manger, je dormais dans un bâtiment séparé de la maison et on ne fêtait jamais mon anniversaire. C'est pour cela que je sais à quel point la sécurité familiale et émotionnelle est importante. Petite, on ne m'a pas protégée: aujourd'hui, je veux que chaque enfant ait la chance de vivre avec sa famille et d'être correctement pris en charge.

Comment avez-vous été affectée par les événements dans votre pays?

A. B. : J'ai vécu l'occupation de l'intérieur. Au début de la guerre, j'ai été bloquée chez moi pendant sept mois. Ce fut une période d'incertitude où mes choix et ma liberté d'expression étaient grandement restreints. J'étais isolée de toute information et quand vous ne savez pas ce qu'il se passe, vous avez forcément peur. Je faisais des cauchemars et j'étais constamment stressée. J'ai perdu tout sentiment de sécurité et d'humanité. Ça m'a profondément marqué mais j'en tire du positif car cette période m'aide à mieux comprendre l'état émotionnel des autres. J'ai plus d'empathie et de patience. C'est bien que d'autres victimes de l'occupation parviennent à parler sans honte ni peur des conséquences de la guerre.



«J'ai vécu 7 mois dans la peur, l'incertitude et l'absence de liberté.»

Anastasiia Brieieva, facilitatrice chez Tdh depuis 2024, à Kharkiv.

M. Y. Y. : J'étais au bureau quand le tremblement de terre est survenu et c'était terrifiant. Les jours suivants, bien que l'intervention d'urgence ne soit pas mon domaine, j'ai participé à la distribution de nourriture et d'eau. C'était dur car j'ai vu la mort, le désespoir et la tristesse dans les yeux des personnes que nous soutenons. Je peinais à dormir à cause des répliques et des cauchemars: quand je fermais les yeux, je me voyais systématiquement piégée dans un immeuble



effondré. J'ai vraiment dû surmonter ma peur pour revenir travailler. Je n'étais animée que par un seul but : aider les enfants. C'est ce que je ferai jusqu'à mon dernier souffle.



« J'ai vu la mort, le désespoir
et la tristesse. »

Ma Yu Yu Maw, travailleuse sociale chez Tdh depuis 2021,
à Mandalay

Comment se déroule votre travail au quotidien depuis ?

A. B. : Quand une sirène retentit, il faut rapidement mettre les enfants à l'abri. Comme c'est effrayant, ils sont moins concentrés sur les activités après cela. Certains étaient très instables émotionnellement et pouvaient jouer et crier avant de pleurer dans la minute suivante. D'autres se montraient agressifs et avaient besoin d'attention. Ici, on vit un danger permanent et les enfants sont très repliés sur eux-mêmes. S'intéresser à la santé mentale doit être une priorité dans n'importe quelle situation. Heureusement, depuis notre arrivée, les changements sont très positifs grâce à nos activités et surtout, parce que nous les écoutons pour déterminer comment nous pouvons les aider.

M. Y. Y. : Je suis principalement responsable du processus de réintégration familiale des enfants issus des centres de formation pour jeunes (anciennement appelés centres de détention), ce qui inclut la recherche des familles et un accompagnement adapté. Mais après le tremblement de terre, j'ai dû m'adapter et acquérir d'autres compétences en participant à de l'animation dans les Espaces Amis des Enfants (EAE). J'ai vraiment aimé pouvoir aider de toutes les manières possibles car le plus important, c'est le bien-être des enfants. J'ai visionné beaucoup de chorégraphies sur Youtube ou appris des techniques de pliage de papier ou des poèmes pour animer des séances avec les enfants. Depuis le tremblement de terre, le quotidien est plus difficile et dangereux mais grâce à notre aide, ils appréhendent mieux ces défis ! Dans le même temps, on soutient les parents pour qu'ils gèrent mieux leur propre stress et puissent ainsi être un meilleur appui pour leurs enfants.

Quels résultats avez-vous noté en matière d'amélioration de la santé mentale des enfants ?

A. B. : Maintenant, ils sont plus confiants pour exprimer leurs opinions et ils communiquent mieux entre eux. Ils ont maintenant plus d'amis, alors qu'avant ils restaient surtout enfermés chez eux, ce qui n'est pas normal à leur âge. Certains nous ont dit : « *grâce à vous, nous avons appris à nous écouter les uns les autres, à interagir et imaginer de nouveaux projets pour notre village, l'école et la communauté* ». Et grâce à nos initiatives pour soutenir les parents, les liens familiaux sont plus forts. J'ai été touchée lorsqu'un enfant m'a dit : « *merci car maintenant ma maman me comprend mieux et me pose plus de questions.* » Cela montre notre impact.

M. Y. Y. : Au quotidien, je côtoie de nombreux enfants sortant de centres de détention. Il leur arrive de refuser nos soins ou notre offre de formation. Je les aide à se sentir en sécurité et à me faire confiance. Je leur dis toujours d'utiliser leurs oreilles plutôt que leur bouche, et d'écouter plus tout en parlant moins. Un garçon m'a un jour dit : « *si je n'avais pas été détenu, j'aurais pu accomplir de nombreuses choses. Il faut dire aux autres enfants qu'ils ne doivent pas apprendre à lire pour le plaisir ou la connaissance. Ils doivent le faire pour avoir la possibilité de penser logiquement et philosophiquement.* » Quelques temps après sa formation, il m'a appelé pour me dire qu'il était désormais en sécurité. Je suis très fière de son parcours.

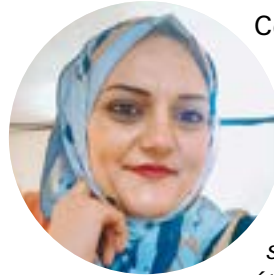


À Gaza, des dessins pour raconter l'indicible

Une maison en flammes, des corps étendus au sol, les gyrophares d'une ambulance, des bombes qui tombent du ciel, des véhicules blindés, des familles séparées. Et des larmes, beaucoup de larmes. Voilà à quoi ressemblent les dessins des enfants de Gaza en juin 2025.

Les dessins partagés ici reflètent des expériences traumatiques susceptibles de heurter la sensibilité.

C'est lors d'un atelier animé par Hadeel Abu Qamar, animatrice chez Terre des hommes (Tdh), que les enfants ont exprimés sur papier les images gravées dans leur mémoire. Pour les accompagner et apaiser l'atmosphère, Hadeel a diffusé une musique douce en fond sonore. « Une petite fille était très émue au moment de commencer son dessin. Je l'ai rassurée et encouragée à poursuivre. D'autres camarades aussi l'ont prise dans leurs bras. C'est magnifique d'assister à cette solidarité et à cette volonté qu'ils ont de guérir ensemble. »



Ces récits, Hadeel les entend régulièrement lorsqu'elle accompagne les enfants et adolescents qui vivent dans la bande de Gaza. « Je repère constamment des signes de traumatismes. Tout bruit soudain - un coup de feu, le moteur pétaradant d'une voiture - peut déclencher la panique. Ce sont des réactions naturelles dans un environnement qui ne l'est pas, car ces enfants et adolescents vivent dans des conditions extrêmes : ils et elles ont été déplacées à plusieurs reprises et partagent désormais leurs lieux de vie avec des inconnus. Ils ont perdu la stabilité, l'intimité et le sentiment de sécurité. »

Il faudrait bien plus qu'un magazine entier pour raconter l'ampleur des drames et leurs conséquences. Car Gaza, c'est l'indicible. Hadeel insiste : « Ils ont perdu l'essence même de l'enfance. Ils assument des responsabilités qui dépassent largement leur âge : aider leurs parents, chercher de l'eau, faire la queue pour de la nourriture. Sur le plan émotionnel et pratique, beaucoup ne vivent plus comme des enfants. »

Dans ce contexte, Tdh fait tout pour leur offrir quelques instants d'enfance. Comme le dit Laurence Gaubert, responsable de l'unité de réponse aux urgences : « faire rire un enfant, même cinq minutes, c'est déjà énorme ».



« J'ai passé deux ans de ma vie à subir cette guerre mais j'ai l'impression que ça fait 100 ans. »

dévoile brutalement Amal*, 15 ans

Ce jour-là, les enfants de Gaza ont exprimé sur le papier certains de leurs traumatismes et une part de ce qu'ils vivent au quotidien. Le contenu des légendes et la nature des illustrations témoignent de la façon dont ils ont été arrachés à leur enfance. Des scènes que des enfants et des adolescents ne devraient normalement pas connaître. Mais, à Gaza, cela fait depuis longtemps que la normalité a disparu.

« Mon quotidien, c'est la soif, la faim, la douleur et l'injustice. » Le dessin d'Amal rend hommage à sa grand-mère, décédée dans une explosion. « La personne que j'aimais le plus au monde. », révèle la jeune fille, dont le chagrin ne faiblit pas. Reem*, 14 ans, évoque elle aussi un souvenir marquant. « J'ai dessiné ce jour où, pendant un bombardement, j'ai vu le fils de notre voisin pleurer et appeler (papa !) mais personne ne pouvait l'aider. Moi, je me sentais si impuissante ! »



« La personne que j'aimais le plus au monde. »

En 2024, 61'000 enfants et membres de leurs familles ont bénéficié d'un soutien psychologique de la part de Tdh, à Gaza et en Cisjordanie. En 2025, malgré la reprise des bombardements en mars, Hadeel coordonne deux espaces protégés d'éducation non-formelle à Gaza. Grâce à eux, 740 enfants peuvent retrouver un semblant de normalité et poursuivre leur scolarité. Mais tout cela reste incroyablement difficile à mettre en place car les populations sont régulièrement contraintes de se déplacer. On estime que depuis le début de la guerre, près de deux millions de personnes ont été contraintes de se déplacer entre dix et quinze fois.



Laurence explique comment Tdh s'adapte pour continuer à suivre les enfants: « Nos équipes et partenaires surveillent les déplacements, sont mobiles et dès qu'on en a la possibilité, nous proposons des activités adaptées aux besoins des enfants dans les camps. Nous avons

les numéros de téléphone des parents des enfants que l'on suit individuellement. On garde le contact pour savoir où ils se trouvent. Si on peut les joindre, on leur donne les infos pour leur dire où on est et quelles activités on peut mettre en place... Mais ce qui se passe actuellement à Gaza, c'est du jamais vu dans l'histoire de notre travail humanitaire... Nos équipes font tout ce qu'elles peuvent, mais elles préservent aussi leur sécurité et celle de leurs familles. »

Poursuivre les activités est indispensable, et la santé mentale doit rester au cœur des urgences, en dépit des conditions de vie et de travail intolérables. Hadeel décrit ces difficultés du quotidien: « ce n'est pas idéal de travailler dans des camps, à l'intérieur de tentes ou d'abris en plastique. Les conditions sont émotionnellement et physiquement difficiles. » L'absence de perspectives, dans un contexte de survie extrême fait que la moindre action a un effet bénéfique et peut soulager ou même sauver. Par exemple, certaines familles, abasourdies par ce qu'elles vivent, ne cherchent même plus à fuir le danger, comme l'explique Laurence: « On voit des enfants jouer sur des terrains où des mines non explosées peuvent être amorcées. Quand on dit aux parents que c'est dangereux, ils répondent: « que voulez-vous qu'on fasse? On ne peut pas les garder enfermés dans une tente, il fait trop chaud. » Il n'y a plus de lieux sûrs à Gaza. On doit donc aider les parents à tenir leur rôle car les enfants ont besoin d'eux pour être rassurés. »

Accompagner les parents, c'est aussi leur donner des clés pour renforcer les capacités des enfants à trouver des ressources pour aller mieux. Leur donner de quoi s'accrocher à un espoir, alors qu'ils sont nombreux à ne plus rêver. Hadeel, elle, rêve de les voir rêver de nouveau. Pour cela, elle imagine un message d'espoir porté par la jeunesse du monde entier:

« Imaginez l'impact pour un enfant de Gaza si des jeunes du monde entier envoyaient un message vidéo ou des dessins pour eux. Un simple message qui dirait: « nous

ne fermons pas les yeux, nous nous soucions de toi. » Ce serait un petit geste, mais le soutien émotionnel serait fort. Lorsque les enfants du monde entier entrent en contact, l'empathie se transforme en action. »



En attendant, alors que les bombes explosent, même le plus petit geste peut raviver une lumière dans les yeux des enfants. Dans l'horreur, même un rien a une portée immense.



* Les prénoms ont été modifiés.

Marc Nouaux



Vous pouvez nous aider à apporter une aide vitale aux enfants de Gaza: Faites un don.

Vous pouvez aussi transmettre vos dessins et messages de soutien aux enfants de Gaza via l'adresse suivante: communication@tdh.org



Crise au Burundi : l'urgence d'agir

Depuis février 2025, plus de 70'000 personnes ont fui l'escalade du conflit armé en République démocratique du Congo pour se réfugier au Burundi voisin. Ce mouvement de population massif, dans l'un des pays les plus pauvres du monde, exerce une pression extrême sur les ressources locales déjà limitées et engendre une crise humanitaire majeure.

Parmi ces réfugiés, nombreux sont des enfants qui ont fui seul·e·s ou avec leur famille. Face à cette situation, Terre des hommes est intervenue rapidement pour leur apporter un soutien. Dans les camps de Cibitoke et de Cishemere, nos équipes ont mis en place des distributions de vivres, de couvertures et de vêtements, ainsi que des espaces sécurisés dédiés aux enfants. Ces lieux leur permettent de jouer, de retrouver un semblant de normalité et de bénéficier d'un accompagnement psychologique adapté.

Mais les besoins dépassent largement les ressources disponibles. Chaque enfant a droit à la protection. Face à cette crise silencieuse, l'inaction ne peut être une option.

Justice avec les enfants : succès du Vème congrès mondial

Plus de 13 millions d'enfants entrent en contact chaque année avec des systèmes judiciaires, souvent sans accompagnement adapté. Terre des hommes agit pour leur garantir un accès à une justice pensée avec eux et pour eux.

En juin 2025, nous avons organisé avec nos partenaires le Vème Congrès mondial pour une justice avec les enfants : un moment clé pour faire progresser une justice centrée sur l'enfant à l'échelle mondiale. Nos délégations ont également mobilisé enfants, jeunes, autorités et société civile lors d'événements nationaux, pour impulser le changement localement.

La justice est un levier fondamental pour garantir les droits de chaque enfant. Retour en images sur cet événement mondial majeur :



Une nouvelle collaboration qui fait du sens

En cette fin d'année, Terre des hommes est fière de s'associer à la Fondation suisse du Petit Prince pour défendre le droit de rêver!

Ce partenariat est empreint d'une forte portée symbolique : Le Petit Prince, conte universel d'innocence et d'espoir, fait écho aux valeurs de Terre des hommes, notre fondation dont le nom tire origine du premier ouvrage de Saint-Exupéry. Ensemble, nous souhaitons mettre en lumière un droit fondamental des enfants, bien trop souvent oublié : celui de rire, de rêver, de jouer.

En cette fin d'année, Le Petit Prince sera l'ambassadeur des droits de l'enfant pour Terre des hommes. Ensemble, nous ferons briller les rêves oubliés des enfants à travers le monde.



Comment aider ?



Journée mondiale de l'alimentation

16 octobre 2025, dans toute la Suisse

Terre des hommes agit toute l'année pour que les enfants aient accès à une alimentation saine et une eau potable. En octobre, pour la Journée mondiale de l'alimentation, nos bénévoles vendent riz, chocolat et pâtisseries, avec le soutien de restaurants partenaires mobilisés contre la malnutrition infantile.

Liste des lieux :

tdh.org/fr/journee-alimentation



Journée internationale des droits de l'enfant

20 novembre 2025, dans toute la Suisse

Retrouvez nos écharpes faites-main et nos tablettes de chocolat solidaires sur nos stands. Chaque achat soutient les projets de protection de l'enfance de Terre des hommes.



Plus d'informations :

tdh.org/fr/journee-droits-enfants



Découvrez le programme de nos événements solidaires à venir :

Bienne : Marché de Noël les 29 et 30 novembre, Villeret
Bulle : Vente de pâtisseries le 3/10 (Coop Cârô, Bulle) et 4/10 (HFR Hôpital, Riaz)
Neuchâtel : Pièce de théâtre « Je ne suis pas Johny » le 5/10, Colombier ; tournoi de badminton le 9/11, Centre des 2 Thielles, Le Landeron
Romont : Marché de Saint Nicolas 29-30/11, Cour de St. Charles

Contactez-nous dès maintenant !

✉ benevolat@tdh.org ☎ 058 611 06 76 🌐 tdh.org/benevolat

Calculateur de succession

Avez-vous déjà pensé à rédiger votre testament ? Nous avons décidé de mettre à votre disposition une nouvelle version d'un outil qui vous permet de simuler votre situation successorale et qui, en plus de vous donner une vue d'ensemble, génère un modèle qui peut vous servir de base pour la rédaction manuscrite de votre testament.

Il n'y a rien de plus simple que d'y accéder via notre site web : tdh.org/fr/engagement/heritage-legs



L'utilisation est entièrement anonyme, et vos données seront par la suite effacées.



Devenez bénévole



Nous avons besoin de vous pour construire l'avenir des enfants !



Vous souhaitez faire la différence ?

Engagez-vous avec Terre des hommes pour notre activité en Suisse et contribuez à transformer la vie d'enfants en difficulté!

Votre engagement compte, même si vous n'avez que quelques heures à offrir.

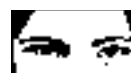


Contactez-nous dès maintenant !

✉ benevolat@tdh.org ☎ 058 611 06 76 🌐 tdh.org/benevolat

Siège | Hauptsitz | Sede | Headquarters
Route des Plaines-du-Loup 55, 1018 Lausanne
T +41 58 611 06 11, donorcare@tdh.org
www.tdh.org, CH41 0900 0000 1001 1504 8

🌐 www.tdh.org/donner
f www.facebook.com/www.tdh.org
in www.linkedin.com/company/tdh-org
📷 www.instagram.com/tdh_org



Terre des hommes
Aide à l'enfance.