

La rivista di *Terre des hommes*

Coraggio



Nepal
**Sul campo
della speranza**

Libano
**Testimonianze di
bambini e bambine
sfollati/e**





Reportage dal Nepal

Povert , isolamento, lontananza dai genitori... Con Terre des hommes, il campo da calcio diventa un rifugio per i bambini.



Parola a

Ajay Tamang, allenatore di calcio impegnato nel progetto *Sport for Protection*.



Come aiutare?

- Nostri eventi di volontariato dell'estate
- Resoconto della vendita di arance 2026



Prospettive

In Libano, i bambini e le bambine sfollati/e portano il peso invisibile di conflitti ricorrenti. Nel cuore della loro quotidianit .



Rassegna

- Nigeria: diventare medico o presidente?
- Burundi: una crisi di cui si parla poco




Ogni bambino al mondo ha il diritto di essere un bambino, semplicemente.

Aspiriamo a un mondo in cui i diritti dell'infanzia siano sempre rispettati, come sancito dalla Convenzione sui diritti del fanciullo. Un mondo dove i bambini possano crescere in sicurezza e diventare gli attori del cambiamento a cui aspirano nella loro vita.

Foto di copertina ©Tdh/Sajana Shrestha **Responsabile editoriale** Joakim L b **Coordinamento** Manon Le Signor **Redazione** Marc Nouaux, Isabel Zbinden **Traduzione** Cristina Dell'Era **Concezione grafica e impaginazione** Maude Bernardoni **Il reportage**   stato realizzato con il sostegno di Sneha Shakya et Rusha Adhikari **Pubblicazione** 4 numeri all'anno **Tiratura** 100'000 copie in tedesco, francese e italiano **Stampato da** St mpfli AG **Modifiche di indirizzo** T +41 58 611 06 11, donorcare@tdh.org **Posta dei lettori** redaction@tdh.org

Con il sostegno di

 Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Direzione dello sviluppo
e della cooperazione DSC



 myclimate
Agire. Sostenibile
Stampato
myclimate.org/01-26-577282

stampato in
svizzera



La vostra donazione
in buone mani.





«Qui non c'è spazio per la fatalità.»

Nei media internazionali il Nepal è spesso raccontato solo attraverso le sue vette himalayane. Eppure, lontano dai nostri sguardi, oggi prende forma un'altra storia, al ritmo dei passi di chi parte.

Spinti dall'urgenza di sostenere le proprie famiglie, milioni di nepalesi abbandonano i villaggi di montagna per affrontare i cantieri roventi dei Paesi del Golfo o inseguire un futuro nella frenesia di Kathmandu. Nel tumulto di questo esodo, i bambini crescono in uno sradicamento continuo: tra un villaggio e una città o costretti a vivere con i nonni.

Questo sradicamento l'ho vissuto sulla mia pelle. Da bambina ho cambiato scuola nove volte per seguire i miei genitori. Trasferimento dopo trasferimento, ho incontrato comunità molto diverse e sono stata testimone, con indignazione, di un'esclusione sociale profondamente radicata nel sistema delle caste. Quando ho preso coscienza di questa dura realtà, non ho avuto alcun dubbio: dovevo lottare per la giustizia sociale!

Oggi sono orgogliosa di presentarvi il lavoro di Terre des hommes nel distretto rurale e montano di Sindhupalchok. Ogni settimana, nell'ambito del progetto Sport for Protection, un centinaio di bambini e bambine si ritrova attorno a un pallone da calcio. Sul campo, le gerarchie sociali si annullano, ma il programma va ben oltre il gioco: aiuta a sensibilizzare i bambini e le bambine ai loro diritti, ad affrontare le violenze che possono subire e a entrare, passo dopo passo, in contatto con le famiglie per individuare e prevenire situazioni a rischio.

Sebbene siano gradualmente, i cambiamenti in Nepal sono concreti. Vedo leggi che si consolidano e matrimoni forzati che vengono evitati. Ho sempre in mente la storia di quel bambino che abbiamo accompagnato e che oggi è diventato medico. Queste vittorie ci ricordano che qui non c'è spazio per la fatalità: nulla di ciò che seminiamo è vano!

Il nostro impegno vuole aiutare i bambini a rendere concreti i loro sogni, mostrando loro che sì, possono farcela. Insieme, li aiutiamo a trovare la forza di affermarsi e a costruire, con le loro mani, il futuro del Nepal.

Risha Adhikari
Responsabile Protezione
e Migrazione

Si, voglio aiutare

Sito web

Faccio una donazione su
www.tdh.org/donner

Bonifico bancario

Faccio una donazione tramite
la mia applicazione bancaria
CH41 0900 0000 1001 1504 8



 **TWINT**

Faccio una donazione tramite Twint
scansionando
questo codice QR

Nepal: sul campo della speranza

Proteggere i bambini, partita dopo partita

Che ne è di un bambino quando i suoi genitori partono a lavorare a migliaia di chilometri per sostenere la famiglia? Come può crescere e realizzarsi quando la sua casta gli impedisce di giocare con gli altri? In Nepal, è questa vita quotidiana senza speranza né punti di riferimento che priva troppi bambini della loro infanzia. Eppure, a Sindhupalchok, un semplice pallone riesce a cambiare tutto. Grazie al progetto *Sport for Protection* (Proteggere attraverso lo sport) di Terre des hommes, il campo da calcio fa dimenticare l'assenza dei genitori e cancella le gerarchie sociali.



Nel villaggio di Helambu, anche le cime dell'Himalaya possono udire la voce sicura di Ritu. La capitana della squadra in maglia blu ha chiesto di prendere la parola in pubblico dopo aver partecipato a un torneo di calcio organizzato da Terre des hommes (Tdh): «Non importa se abbiamo perso la finale, non ci scoraggiamo!» Alle sue spalle, un vento leggero muove le bandierine colorate di preghiera buddiste e disperde le nuvole, lasciando intravedere i pendii delle maestose montagne. Il cielo azzurro sembra accarezzare la terrazza naturale su cui si estende il campo da calcio.

Qui siamo lontanissimi dai grandi stadi che fanno sognare i bambini. Il terreno di gioco è irregolare e le linee sono tracciate alla buona, con i piedi o con qualche cono. L'erba, quando c'è, è ingiallita e rovinata. Ma poco importa la qualità del campo, così come non importa il risultato della finale. Si ha solo voglia di godersi la possibilità di giocare e di ascoltare il discorso appassionato di Ritu: «*lo e le mie amiche abbiamo sempre sognato di giocare a calcio, ma non ne avevamo mai*

avuto l'occasione. Per tutta la vita abbiamo pensato che non avremmo mai potuto farlo: aver avuto questa possibilità mi ha resa davvero felice, dal profondo del cuore!»

Ogni anno Tdh
accompagna oltre

20'000



giovani in tutto il mondo con i progetti Sport for Protection

Senza il progetto *Sport for Protection*, avviato da Tdh nell'ottobre 2024 nel distretto di Sindhupalchok, Ritu non avrebbe mai potuto indossare quella maglia né parlare così in pubblico. Ma come avrebbe potuto immaginarlo considerando dove stava crescendo? La regione, al confine con la Cina, è certo splendida. Ma è soprattutto tanto isolata, tanto impervia, tanto dimenticata. A Helambu, questo progetto offre ai bambini e alle bambine un campo da gioco e momenti di spensieratezza, aiutandoli a inseguire le proprie aspirazioni e i propri sogni.

E se il calcio riuscisse a rafforzare i legami?

«È evidente che lo sport aiuta a crescere e a vivere meglio insieme!» afferma Maria Bray, consulente in salute mentale, sostegno psicosociale e protezione presso Tdh.

«Lo sport abbatte le barriere sociali con una sorprendente delicatezza», spiega. Attorno al campo, l'entusiasmo coinvolge tutte le generazioni. Il calcio riesce perfino a portare i padri a bordo campo, che di solito difficilmente riusciamo a far partecipare ai nostri programmi. E questo è un fatto raro quanto prezioso in Nepal. Vederli incoraggiare i propri figli crea un legame familiare inestimabile. E, soprattutto, le regole del gioco diventano regole di vita. Imparare a comunicare, ad aiutarsi per segnare un gol o a superare una sconfitta... «*Tutte queste piccole vittorie nello sport rafforzano il loro carattere per la vita*», conclude Maria. «*Capiscono di poter contare gli uni sugli altri e che, insieme, nessuna montagna è insormontabile.*»



Fare dello sport uno scudo

In questa regione, il futuro dei bambini sembra spesso già scritto: un matrimonio troppo precoce, un piccolo pezzo di terra da coltivare per sopravvivere, oppure la partenza verso Kathmandu o all'estero per passare da un lavoro duro all'altro. Come ricorda Khagendra Dhungana, responsabile degli sport inclusivi, «la povertà resta il denominatore comune di queste partenze forzate. A questo si aggiungono stili di vita tradizionali in cui i genitori non si prendono il tempo di ascoltare i propri figli. A casa, molti subiscono anche violenze fisiche e psicologiche.»

Lo sapevate?
Ogni anno, oltre

2 milioni

di nepalesi lasciano
il Paese per andare a
lavorare all'estero



Senza una rete di protezione, i loro diritti vengono spesso violati, esponendoli a gravi rischi. Per spezzare questo ciclo senza andare contro le tradizioni, era necessario trovare un linguaggio universale. È qui che entra in gioco il calcio. Sul campo, prima di tutto, si gioca:

i bambini e le bambine corrono, si passano la palla, tirano calci e ridono. Puro divertimento, nella sua forma più semplice. È proprio questa la forza del progetto *Sport for Protection*: usare il piacere dello sport per creare un clima di fiducia.



«Il calcio ci permette di parlare con loro di questioni sociali.»

Khagendra Dhungana,
responsabile degli sport inclusivi

Dopo l'allenamento, il ritmo rallenta. I bambini e le bambine si dispongono in cerchio e si siedono a gambe incrociate all'ombra degli alberi. Ogni settimana, Khagendra organizza incontri informali per affrontare temi anche complessi, ma sempre con parole semplici: i rischi legati alla

migrazione, i matrimoni precoci, il lavoro minorile e il consenso... «Creiamo collegamenti per aiutarli ad assimilare le informazioni che vogliamo condividere con loro. Per esempio, così come il gioco di squadra è essenziale nel calcio, aiutiamo i bambini e le bambine a capire che il sostegno collettivo è indispensabile per rendere la migrazione sicura e dignitosa.» Questi incontri sono anche un'occasione per confrontarsi, senza tabù, tra ragazze e ragazzi.

Per Ramila, 14 anni, era qualcosa di completamente nuovo: «Prima non osavo avvicinarmi ai ragazzi, ero timida, ma giocando sempre con loro, ora non mi dà più fastidio.» E il cambiamento è reciproco: «Anche loro stanno cambiando: prima dicevano che non dovevamo giocare insieme perché non eravamo abbastanza forti. Adesso ci fanno i complimenti per i nostri progressi.»



↪ **Ramila, al centro, con le sue due migliori compagne di allenamento.**





Quando lo sport parla più forte della disabilità

Da bambina, Karishma ha riportato gravi ustioni alle gambe, e ancora oggi fatica a camminare e a sedersi. Per anni questa disabilità l'ha isolata, come ricorda Khagendra: «*Durante il primo incontro se ne stava in fondo alla sala, con lo sguardo sfuggente... così sola, così silenziosa.*» Ma il campo ha cambiato tutto. Nonostante le preoccupazioni della madre, Karishma ha insistito per giocare: «*Mamma, ho una sola vita.*» Grazie allo sport e agli incontri, è uscita dal suo isolamento. «*Gli incontri l'hanno aiutata ad acquisire fiducia*», racconta Khagendra con soddisfazione. «*Oggi è più sicura di sé ed è sempre circondata da amici.*» Un cambiamento confermato anche dalla ragazza: «*Prima non osavo partecipare a nulla. Oggi mi sono avvicinata agli altri.*» Forte della fiducia acquisita, Karishma guarda al futuro con ambizione: sogna di diventare insegnante!

Il tempo passa, la sessione finisce e i bambini e le bambine raccolgono le loro cose. Appena Ramila lascia il campo, la leggerezza del gioco svanisce e torna il peso della vita di tutti i giorni. Da Helambu, dove va a scuola, Ramila deve camminare per quasi un'ora per tornare a casa, su una collina. Vive lì con il padre, mentre la madre lavora in Kuwait da sei mesi. Sa che non la rivedrà prima di due anni. «*Mi manca tanto*», confida la ragazza, di solito così riservata.

«*Se potessi esprimere un solo desiderio, sarebbe che tornasse a vivere a casa!*» ammette, con le lacrime agli occhi. L'assenza della madre pesa su di lei cambiando la sua vita di tutti i giorni: «*Adesso sono io a cucinare e, la domenica, aiuto papà nei campi. In questo periodo coltiviamo mais.*» A casa si parla poco degli studi. «*Gli insegnanti mi dicono che va bene a scuola*», racconta con orgoglio suo padre. «*Io non ne so molto, non ho studiato, ma penso che debba arrivare il più lontano possibile. E se vorrà diventare medico o pilota, io la sosterrò sempre.*»

Khagendra si confronta ogni giorno con queste lacerazioni familiari e con condizioni di vita così isolate. Per assicurarsi che i bambini e le bambine ricevano il sostegno di cui hanno bisogno anche al di fuori del campo da gioco, non esita a camminare anche fino a due ore, tra le montagne per far visita alle famiglie e valutare le situazioni a rischio all'interno dei nuclei familiari. «*È la parte più difficile del mio lavoro*», ammette. «*Ma incontrare la gente di persona ha un impatto molto più forte.*» Durante queste visite, accompagna le famiglie verso una genitorialità positiva. Un impegno importante, dai risultati inestimabili: «*Vedo miglioramenti concreti nei comportamenti. Dopo questi incontri, la violenza fisica in famiglia tende a scomparire.*»



Lo sapevate?
In Nepal
82%

dei bambini subisce violenze
fisiche o psicologiche
in ambito familiare.

Trovare la propria forza interiore

Se il momento del gioco si chiude inevitabilmente su una quotidianità difficile, l'essenziale sta altrove: Ramila ha costruito una fiducia in sé incrollabile. Una trasformazione fa sorridere Ajay, il suo allenatore: «*Quando è entrata nel gruppo era così timida... Oggi si potrebbe quasi dire che è diventata chiacchierona!*» E questa sicurezza va ben oltre il campo, accompagnandola fino ai banchi di scuola. «*Prima non osavo chiedere nulla agli insegnanti, perché avevo paura di essere rimproverata*», racconta Ramila. «*Ora so di avere il diritto di non capire, e non esito più.*» È tardo pomeriggio e il vento soffia sulla collina mentre il sole accarezza già l'altro versante della montagna. L'aria si fa più fresca, ma il sorriso di Ramila scalda il cuore quando parla degli incontri con Tdh.

«*Il mio ricordo più bello è quando abbiamo vinto il torneo di primavera. È stato bellissimo alzare la coppa insieme! Da quel momento mi sono promessa di non saltare mai più un allenamento!*»

Ramila, 14 anni



«Ho capito qual è il peso delle parole e la forza della mia voce. Parlo meno perché rifletto prima di parlare.»

Samod, a destra sulla foto



Al termine di un lungo sentiero tortuoso che si snoda tra le montagne si incontra il giovane Samod. Questo ragazzo solare con una sicurezza sorprendente per i suoi 14 anni sogna già di diventare un grande attore o un politico. Ma a Thangpaldhap, un villaggio arroccato sulle creste a quattro ore di strada da Kathmandu, il futuro raramente si illumina sotto i riflettori. All'inizio era scettico all'idea di condividere il campo da calcio con le ragazze – una vera rivoluzione in questa regione profondamente legata alle tradizioni –, ma ha presto superato i suoi pregiudizi, assumendo il ruolo che gli calza alla perfezione: quello di capitano.

Samod vive con i suoi due fratelli dai nonni, segnati da una vita di duro lavoro, mentre i genitori sono partiti altrove per sostenere la famiglia. Alle cinque del mattino è già in piedi: accende il fuoco, prepara il mangime per la mucca e il bufalo, poi percorre un'ora e mezza a piedi per raggiungere la scuola. Ma questa responsabilità non gli pesa, anzi sembra rafforzare il suo carattere.

Gli allenamenti di calcio hanno tirato fuori il meglio di lui. Mentre in passato veniva sopraffatto da una rabbia silenziosa e dalle frustrazioni della sua instabilità familiare, oggi Samod ha imparato a incanalare la sua energia travolgente. Sua nonna, con la schiena curva sotto il peso dei rami appena raccolti, lo osserva con un sorriso di sollievo.



«Trovo che si arrabbi molto meno di prima.»

Chyama, la nonna di Samod

Il ragazzo lo conferma con una maturità disarmante: *«Ho capito qual è il peso delle parole e la forza della mia voce. Parlo meno perché rifletto prima di parlare.»* Quando indossa la maglia della sua squadra, non è più un ragazzo che subisce la propria storia, ma un leader che corre, incoraggia e guida i compagni.

Samod proclama ad alta voce i suoi sogni di grandezza: *«Nascere poveri non è una colpa. Il figlio di un agricoltore non è destinato a restarlo: se crede in sé stesso, può diventare ciò che vuole!»* Queste sue ambizioni lasciano sua nonna senza parole. Seduta a terra, sul pavimento di terra battuta, confessa di sentirsi impotente di fronte a tanta energia: *«Ci vuole bene e noi gli vogliamo bene, ma non sappiamo come aiutarlo.»* Qui la sopravvivenza lascia spesso poco spazio ai sogni dei bambini.

Ma non importa. Samod ha ormai abbastanza fiducia per tutta la sua famiglia. Quando guarda l'orizzonte dalle ripide pendici del suo villaggio, la maestosa catena dell'Himalaya si erge davanti a lui. È immensa, ma non la sente più un peso. Grazie alla fiducia in sé maturata negli ultimi mesi e al



↪ **Samod, a destra, insieme ai suoi due fratelli.**

sostegno dei suoi amici, sa di poter definire il proprio futuro. Samod ha acquisito consapevolezza della forza del gruppo e dei suoi sogni.

Ora sa di avere il diritto di credere nel proprio futuro.

Marc Nouaux

Con la vostra donazione possiamo ad esempio



CHF 250.-

sensibilizzare 20 bambini e bambine su temi sociali per due mesi

CHF 150.-

permettere a 15 bambini o bambine di partecipare agli allenamenti di calcio per un mese

CHF 70.-

offrire a un bambino o una bambina un kit da calcio (maglia, scarpe ecc.) per un anno intero

Per effettuare una donazione, vogliate usare la QR-fattura in allegato oppure scegliete una delle modalità indicate a pagina 3.

Parola a

Ajay Tamang, «Mister Ajay»



Ajay Tamang, 24 anni, originario del distretto di Sindhupalchok, è cresciuto nelle stesse condizioni dei bambini e delle bambine che oggi segue con Tdh. Oggi è allenatore di calcio per il progetto Sport for Protection e apprezza la possibilità di offrire loro ciò che lui non ha ricevuto e osserva con orgoglio i cambiamenti in ciascuno di loro.

Come è diventato allenatore di calcio per Terre des hommes?

Sono autodidatta, non ho mai avuto un allenatore quando ero ragazzo. So quanto sia importante avere una guida, ed è per questo che ho voluto aiutare i bambini e le bambine del mio villaggio. Vivevo a Kathmandu e cercavo lavoro quando ho visto un annuncio in municipio per un posto da allenatore. Ho capito che era una grande opportunità: senza questo progetto, probabilmente sarei partito all'estero per cercare fortuna. Questo lavoro mi ha permesso di restare vicino alla mia famiglia.

Che differenze nota rispetto alla sua infanzia vissuta in questa regione?

Quando avevo l'età dei bambini e delle bambine che alleno, non avevo mai visto un paio di scarpe da calcio! Giocavamo a piedi nudi o con le ciabatte, con palloni rovinati o fatti con delle calze! Ci dicevamo: «Se Pelé* poteva giocare a piedi nudi, possiamo farlo anche noi.» Oggi invito i bambini ad apprezzare le ottime strutture a loro disposizione e le loro bellissime maglie. Se questo progetto fosse esistito ai miei tempi, sarei diventato un giocatore famoso in tutto il mondo! *[ride]*

**Pelé, leggenda del calcio brasiliano degli anni Sessanta e Settanta.*

Cosa prova di fronte alle difficoltà che incontrano i bambini e le bambine?

Farò tutto il possibile per loro! Di recente sono venuto a sapere che una ragazza di 13 anni del nostro programma si è sposata. Questa notizia mi ha profondamente scosso e rattristato. Non riesco a pensare ad altro. Ci confrontiamo però anche con situazioni meno gravi, ma altrettanto reali: uno dei bambini aveva smesso di giocare perché le sue scarpe da calcio erano diventate troppo piccole. Siccome la sua famiglia non poteva permettersi di comprargliene altre, mi sono offerto di comprargliene io, perché non volevo che smettesse di giocare.

Il progetto è attivo da quasi un anno. Secondo lei, qual è il suo impatto più significativo?

All'inizio, i ragazzi e le ragazze erano molto timidi e intimoriti all'idea di interagire tra loro, tanto da avere persino paura di tenersi per mano durante i giochi. Oggi, invece, si relazionano alla pari: parlano apertamente, ridono e giocano insieme senza fare distinzioni. Ma questo progetto ha cambiato anche me: ero una persona molto riservata e sono cresciuto insieme a loro. Sono loro a darmi energia!

Intervista a cura di Sneha Shakya

«Se non avessi potuto aiutare i bambini e le bambine del mio villaggio, probabilmente sarei andato a lavorare all'estero.»



Come aiutare?



Ci vediamo al Paléo!

Dal 21 al 26 luglio 2026,
a Nyon

Venite a trovarci al nostro stand!

Potrete valorizzare il vostro look da festival con un trucco glitterato, condividere un messaggio di speranza con i bambini del mondo e portarvi a casa una foto ricordo.

Vi aspettiamo all'*Entre-Deux-Mondes!*

Visitate la nostra pagina:



Stralugano

26 e 27 settembre, Lugano
Anche quest'anno il comitato della Stralugano ha permesso a Terre des hommes di essere nella rosa dei beneficiari alla gara non competitiva di 5 km, Charity Marathon.

Informazioni e iscrizioni:
www.stralugano.ch



La vendita di arance: un successo grazie a voi!

Anche quest'anno la tradizionale vendita di arance di Terre des hommes è stata un grande successo, grazie al vostro impegno e al sostegno di numerose aziende:



1'000

volontari e volontarie,
collaboratori e collaboratrici
hanno venduto più di
65'500 arance



Complessivamente abbiamo raccolto

420'000

franchi per i nostri progetti a favore dei
bambini di tutto il mondo!



735

aziende hanno
ordinato oltre
88'020 arance



+100

stand in tutta
la Svizzera



Unitevi a noi come volontari e impegnatevi con noi per i bambini che ne hanno più bisogno: tdh.org/benevolat

Libano: testimonianze di bambini e bambine sfollati/e

La nuova guerra condotta da Israele in Libano ha fatto sprofondare il Paese in una nuova emergenza umanitaria. Mentre scriviamo, centinaia di migliaia di famiglie fuggono dai bombardamenti, nella speranza di trovare rifugio più a nord. In mezzo a questo caos, la voce dei bambini risuona come un grido d'allarme:

«E se non avessimo più una casa in cui tornare?»

Sradicati all'improvviso, alle tre del mattino, nella brutalità della notte, senza poter dire addio al loro villaggio, alla loro casa, alla loro terra, i bambini rifugiati del sud del Libano sono stati costretti a partire, nel mezzo dei loro sogni innocenti. Con la paura di non tornare mai più, come confida Ahmed, 10 anni. *«Ho paura e sono sempre in ansia: come faremo se non avremo più una casa in cui tornare?»* La famiglia di Ahmed non è un caso isolato, purtroppo. Su un milione di persone sfollate c'è un numero impressionante di bambini, la cui spensieratezza è stata interrotta bruscamente. Al di là dei bilanci drammatici degli ultimi mesi, decine di migliaia di famiglie trovano rifugio in strutture collettive sovraffollate, dove il senso di sicurezza non esiste più. Altre trascorrono la notte nelle loro auto. Molti bambini dormono vestiti, con uno zainetto stretto tra le braccia, pronti a fuggire al primo allarme.

Sui lungomari che costeggiano il Mediterraneo si susseguono scene che stringono il cuore. Niente gelati né aria d'estate: solo tende e teli improvvisati, fili per stendere teli tra le palme e gli specchietti delle auto. Famiglie costrette a dormire a terra. In un angolo del rifugio, lo sguardo si sofferma su un neonato rannicchiato tra le braccia della sorella maggiore, come in un guscio protettivo. È ancora una bambina, eppure rassicura il fratellino, ancora così piccolo, che deve già imparare a fuggire. Deve farsi forza, come Sham, 13 anni: *«Devo essere forte per i miei fratellini e le mie sorelline, anche se ho molta paura: non dico nulla e non lascio trasparire niente.»*

Il peso invisibile del conflitto

Sotto il fragore delle bombe, i bambini non hanno altra scelta che sopravvivere. Il bagaglio che portano con sé nella fuga, pochi vestiti appena, è meno pesante di quello che si porteranno dentro per tutta la vita. Perché questa guerra non è un evento isolato: si inserisce in una lunga serie di eventi drammatici che si susseguono ininterrottamente da anni. Nati nell'instabilità economica o nell'esilio, i bambini oggi subiscono in pieno l'escalation dei bombardamenti in Libano. I traumi non si sommano, si moltiplicano, privando un'intera generazione di cure, istruzione e protezione. Elena Lavin, coordinatrice Migrazione per il Medio Oriente, parla di *«effetti cumulativi»* quando i conflitti si susseguono: *«I bambini si sentono*

sempre meno al sicuro, sono sempre più stressati, e questo si riflette sul sonno, sulla concentrazione, sul comportamento e sulla gestione delle emozioni. Per i genitori, i traumi che si susseguono aggravano il disagio e la stanchezza, con il rischio che, a volte, non riescano più a essere un punto di riferimento per i propri figli.»





In questo contesto di emergenza assoluta, l'aiuto umanitario è fondamentale. Da quasi 50 anni, Tdh è presente in Libano e collabora a stretto contatto con le autorità, la società civile e le organizzazioni locali per rispondere ai bisogni sul campo. Oggi sosteniamo 13 rifugi collettivi, accompagnando 6'000 bambini sradicati, con la speranza di poterne aiutare ancora di più grazie al vostro sostegno. Oltre a garantire acqua, cibo, allestimento dei rifugi e aiuti finanziari alle persone più vulnerabili, mettiamo il sostegno psicosociale al centro della nostra azione. Come ricorda Elena, «i bambini non soffrono solo quando vengono feriti o sfollati, ma anche quando le scuole chiudono o vedono i loro genitori in difficoltà».

«Quando si vive lo sfollamento in prima persona, aiutare gli altri diventa un atto di sopravvivenza»

Sul campo, chi accompagna le famiglie sfollate condivide spesso la loro stessa realtà. Anche Maysaa Shamy, operatrice di sostegno psicosociale in Libano, è stata costretta a lasciare la propria casa dopo gli allarmi di evacuazione. Come molti dei suoi colleghi, vive ora da parenti, in alloggi sovraffollati, con «più famiglie sotto lo stesso tetto». Un'instabilità costante che rende l'aiuto ancora più difficile, ma anche più necessario.

Nei rifugi collettivi di Saïda e Jezzine, in gran parte scuole riconvertite in centri di accoglienza, Maysaa osserva un'estrema stanchezza. Le famiglie vivono ammassate nelle aule, spesso in più nuclei per stanza, senza cucina, con poca acqua e quasi nessuna privacy. «Ci sono persone che dormono ancora in strada, per mancanza di spazio. I bambini sono tristi, esausti: vogliono solo che la guerra finisca.» Molti hanno già subito più spostamenti, mentre la speranza si affievolisce e i bisogni psicologici restano immensi. «I genitori ci dicono: siamo stanchi, abbiamo bisogno di parlare, di qualcuno che ci ascolti». I padri, spesso senza lavoro, si sentono impotenti. Le madri non hanno più tempo per sé. I bambini esprimono il loro disagio attraverso mal di pancia, mal di testa e problemi di sonno.

In questo contesto, le attività di sostegno psicosociale sono fondamentali. Le squadre organizzano momenti di gioco, di espressione emotiva e di esercizi di respirazione. «Quando riusciamo a far sorridere un bambino, anche solo per un attimo, troviamo la forza per continuare», confida Maysaa. I bambini aspettano questi momenti con impazienza. Corrono incontro agli operatori e alle operatrici, ripetono i giochi, supplicano di non andare via.

Nel cuore del caos, questi momenti ricordano ciò che conta davvero: anche in tempo di guerra, i bambini hanno il diritto di giocare, di essere ascoltati e di sentirsi al sicuro.



Per aggiornamenti sulla situazione in Libano:



Nigeria: il primo passo per diventare medico o presidente

Abdulrahman ha 16 anni e vive in un campo per sfollati a Monguno, in Nigeria. Sua madre è malata e lui, oltre a prendersi cura di lei, si occupa della maggior parte delle faccende domestiche. «*Cucino, pulisco, vado a prendere l'acqua e faccio la spesa*», racconta. E allo stesso tempo è uno studente brillante.

Abdulrahman ha frequentato i corsi di recupero organizzati da Terre des hommes, rivolti a bambini e ragazzi dai 9 ai 17 anni che hanno interrotto gli studi e desiderano recuperare, per poi rientrare nel sistema scolastico o avviare una formazione professionale.

Prima, Abdulrahman non andava a scuola, come altri 18,3 milioni di bambini e bambine in Nigeria. Eppure, in soli tre mesi, i suoi progressi sono già straordinari. «*Ho imparato tantissime cose: la cultura, la sicurezza, le addizioni, sottrazioni, moltiplicazioni e divisioni. I nostri insegnanti ci accompagnano e ci incoraggiano*», aggiunge.

«*Spero che alcuni diventino insegnanti, altri medici e, chissà, forse persino presidenti!*», dichiara Markus Adamu, insegnante volontario del progetto Educazione nelle emergenze a Monguno, in Nigeria.

Scoprite la storia di
Abdulrahman nel nostro
reportage video (in inglese):



↙ Abdulrahman e la sua famiglia davanti al loro rifugio di fortuna, nel campo di Monguno.



Rapporto annuale



Nel 2025, grazie al vostro sostegno, Terre des hommes ha raggiunto **6,2 milioni di bambini** giovani e persone delle loro comunità in **27 Paesi**.

Insieme ai nostri partner, anche nei contesti più difficili, siamo intervenuti per migliorare la salute delle madri e dei bambini, sostenere i bambini costretti a migrare, rafforzare la salute mentale, favorire l'accesso alla giustizia e rispondere alle emergenze. Dietro ogni cifra c'è un bambino i cui diritti sono stati tutelati meglio.

A rendere possibile tutto questo è la vostra fiducia.

Scoprite il
nostro rapporto
annuale 2025:



Burundi: una crisi di cui si parla poco

Da dicembre 2025, quasi 66'000 rifugiati congolesi si sono rifugiati nel campo di Busuma, nell'est del Burundi, per sfuggire all'intensificarsi dei combattimenti nella RDC, una crisi rimasta in gran parte ignorata dai media occidentali. Si tratta per lo più di donne e bambini, spesso molto piccoli, costretti a sopravvivere in condizioni estremamente difficili: rifugi precari, accesso limitato all'acqua potabile e condizioni igieniche insufficienti. Il limitato accesso ai servizi sanitari e di protezione aumenta il rischio di violenze, malattie e malnutrizione. Nonostante la riapertura della frontiera nel febbraio 2026, che ha consentito a migliaia di rifugiati di rientrare nella RDC, decine di migliaia rimangono sul posto in condizioni drammatiche.

Vista la gravità della crisi, Tdh sta mettendo in campo una risposta d'emergenza per proteggere i bambini e le loro famiglie. «Le nostre squadre hanno distribuito coperte e kit per l'igiene. Abbiamo inoltre allestito spazi dedicati ai bambini, dove i nostri operatori sociali offrono accoglienza, ascolto e momenti di gioco. Ma i bisogni sono ancora enormi», racconta Sophie Coelho, specialista in protezione dell'infanzia presso Terre des hommes.



©Tdh/Wil Baxter

Dare spazio alla voce dei bambini nel diritto penale internazionale

«I bambini non sono dei piccoli adulti. La violenza ha effetti duraturi e a volte irreversibili sul nostro sviluppo, sulla salute mentale, sull'istruzione e sul nostro futuro», ha dichiarato Daniil Kosenko, 17 anni, ucraino, intervenuto a margine del Consiglio dei diritti umani delle Nazioni Unite per dare voce a bambini e giovani nell'ambito delle discussioni sul futuro trattato relativo ai crimini contro l'umanità.



©Tdh



Accanto a lui, Esmeralda Plori, 21 anni, originaria dell'Albania, ha lanciato un appello chiaro: «Mentre lavorate a questa convenzione, vi chiediamo di non rendere invisibili i bambini nel diritto penale internazionale.

Menzionateli esplicitamente nel preambolo e assicuratevi che il trattato rifletta le loro realtà, le loro vulnerabilità e i loro diritti.» L'evento, co-organizzato da Terre des hommes, ha dato voce a bambini e giovani come Daniil ed Esmeralda, ancora troppo spesso esclusi dalle decisioni che li riguardano.

Come ha ricordato Esmeralda: «Se i bambini non sono riconosciuti fin dalle basi di questa convenzione, la loro protezione resterà sempre incompleta.»

childrights-mooc.ch: formazione online sui diritti dell'infanzia in Svizzera

In Svizzera, nonostante importanti progressi, l'attuazione della Convenzione sui diritti dell'infanzia rimane disomogenea a seconda dei settori e dei Cantoni. Le raccomandazioni del Comitato ONU sui diritti dell'infanzia evidenziano la necessità di rafforzare la formazione dei professionisti, per assicurare un'applicazione coerente ed efficace dei diritti dell'infanzia.

È in questo contesto che Terre des hommes, in collaborazione con l'Istituto Internazionale dei Diritti dell'Infanzia (IDE) e il Centro interfacoltà per i diritti dell'infanzia dell'Università di Ginevra, ha dato vita a childrights-mooc.ch, la prima formazione online sui diritti dell'infanzia in Svizzera.

Gratuito e aperto a tutte e tutti, questo corso non richiede conoscenze particolari e si rivolge a professionisti (giustizia, educazione, lavoro sociale, sanità, migrazione, forze dell'ordine), studenti e a chiunque sia interessato. Il percorso è interamente modulare e può essere seguito al proprio ritmo. È inoltre possibile ottenere un certificato al costo di CHF 129.–.

Iscrizione possibile in qualsiasi momento su childrights-mooc.ch:





Il lascito, un gesto che dà senso alla vita

Se il futuro e il benessere delle bambine e dei bambini vi stanno a cuore e state valutando un lascito a favore di Terre des hommes, saremo al vostro fianco con attenzione, riservatezza e discrezione.

Scaricate la nostra guida:
tdh.org/testament

