Pier· Partager · Participer

MILAMI

Suggestions pour l'enseignement, la catéchèse et les activités de groupe

Ensemble pour le droit à une alimentation saine

Mozambique

YOUNG missio

Zoom sur
le droit à l`alimentation

LES ENFANTS CHANGENT LE MONDE

Rendre les droits de l'enfant visibles !
Affiche disponible dans la boutique Missio.

.

«Toutes les créatures sont les enfants d'un même Père et donc frères et sœurs. »

Saint François d'Assise

Bienvenue

À toutes les personnes accompagnant les enfants,

Cette année, les enfants voyagent avec Paul* (le petit mouton) jusqu'au Mozambique. Ils y découvrent le droit de l'enfant à l'alimentation et rencontrent des enfants dont le quotidien a été bouleversé par les inondations.

À travers Milami, les enfants comprennent pourquoi une alimentation suffisante est essentielle pour la santé, l'apprentissage et le développement. Ils découvrent l'école de Sainte-Claire, font la connaissance du Père Celso et apprennent comment les enfants du monde entier peuvent se soutenir mutuellement.

Ce cahier d'accompagnement vous propose des informations de fond, des pistes de réflexion, des idées de jeux et des propositions concrètes pour l'enseignement, la catéchèse et les activités de groupe.

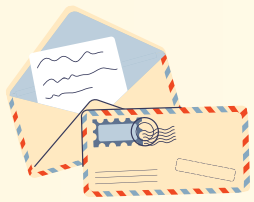
Nous vous souhaitons, ainsi qu'aux enfants, de belles découvertes et des rencontres enrichissantes.

L'équipe de Young Missio

LES ENFANTS AIDENT LES ENFANTS

Young Missio met en relation les enfants du monde entier. Ensemble, ils découvrent d'autres réalités de vie, apprennent à connaître les droits de l'enfant et réalisent que même avec des petits gestes, ils peuvent eux aussi accomplir de grandes choses

Grâce à l'engagement des enfants en Suisse, près de 200 projets en faveur des enfants sont soutenus chaque année à travers le monde.



LES COULEURS « MISSIONNAIRES » DU MILAMI

En s'inspirant du rosaire missionnaire, chaque année une couleur différente sera utilisée selon le continent :

🟢 Vert pour l'Afrique
🟡 Jaune pour l'Asie
🔴 Rouge pour l'Amérique
🔵 Bleu pour l'Océanie
⚪ Blanc pour l'Europe

L'Afrique avec le projet au Mozambique est représentée en vert cette année.

Plus découvrir avec Paul !

Rendez-vous sur le site de **missio.ch** où vous pouvez télécharger d'autres histoires et trouver les animations de Young Missio.

*PRÉSENTATION DE PAUL

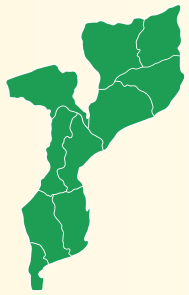
Paul est la mascotte de Young Missio. Curieux de nature, il voyage à travers le monde et découvre comment vivent les enfants dans d'autres pays.

Au cours de ses aventures, sa grand-maman Sofia lui raconte des histoires qu'il partage avec les enfants. Celles-ci l'aide à réfléchir à des questions importantes comme :

- Qu'est-ce qui est juste ?
- Pourquoi partageons-nous ?
- Comment pouvons-nous être présents les uns pour les autres ?

Ainsi, les droits de l'enfant, la solidarité et la foi deviennent concrets et accessibles pour les enfants.

Focus sur le Mozambique

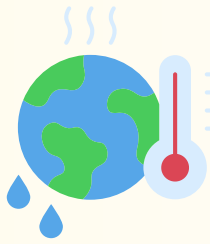


GÉOGRAPHIE

Le Mozambique est situé au sud-est de l'Afrique, au bord de l'océan Indien. Le pays est environ vingt fois plus grand que la Suisse. Il offre une grande diversité de paysages : de longues côtes, des vallées fluviales fertiles et des savanes sèches.

L'ALIMENTATION

De nombreuses familles vivent d'agriculture. Elles cultivent notamment : du maïs, du manioc, du riz et des noix de cajou. L'alimentation dépend fortement des conditions météorologiques. Lorsque les récoltes sont mauvaises, de nombreuses familles n'ont plus suffisamment de nourriture.



LE CLIMAT

Le Mozambique est régulièrement touché par des phénomènes météorologiques extrêmes comme :

- des cyclones
- des inondations
- de longues périodes de sécheresse.

Ces événements détruisent régulièrement les récoltes, les habitations et les moyens de subsistance. Le changement climatique accentue ces phénomènes et plonge de nombreuses familles dans une grande insécurité.

L'ACCÈS À L'EAU

Environ un tiers de la population n'a pas accès de manière sûre à une eau potable propre.

+50%

UNE POPULATION TRÈS JEUNE

Plus de la moitié de la population a moins de 18 ans. Les enfants et les jeunes jouent donc un rôle majeur dans la vie de la société.

PRÉSENTATION DU MOZAMBIQUE

Une série de 16 images présentant la vie quotidienne, la nature et le projet au Mozambique est disponible sur le site de **missio.ch**.

Vers les images et les commentaires

z.

Projet : École Sainte Claire d'Assise

La paroisse de Sainte Claire d'Assise se trouve dans le **sud du Mozambique**, près de l'océan Indien ; c'est une région marquée par **la chaleur et de longues périodes de sécheresse**. Les Franciscains y gèrent une école qui accueille environ 120 enfants.

Chaque matin, l'école s'anime : les enfants arrivent, se saluent et partagent de nouveaux apprentissages. Aux heures les plus chaudes de la journée, ils cherchent l'ombre sous les arbres. Le soir aussi, l'école reste un lieu de rencontres. En effet, dans les environs, les enfants jouent au football, sautent à l'élastique ou dessinent.

L'année dernière, de **graves inondations** ont frappé la région. De nombreuses familles ont perdu leur maison et leurs récoltes. Une partie de l'école ainsi que du matériel scolaire ont également été endommagés. Depuis, l'établissement est progressivement remis en état.

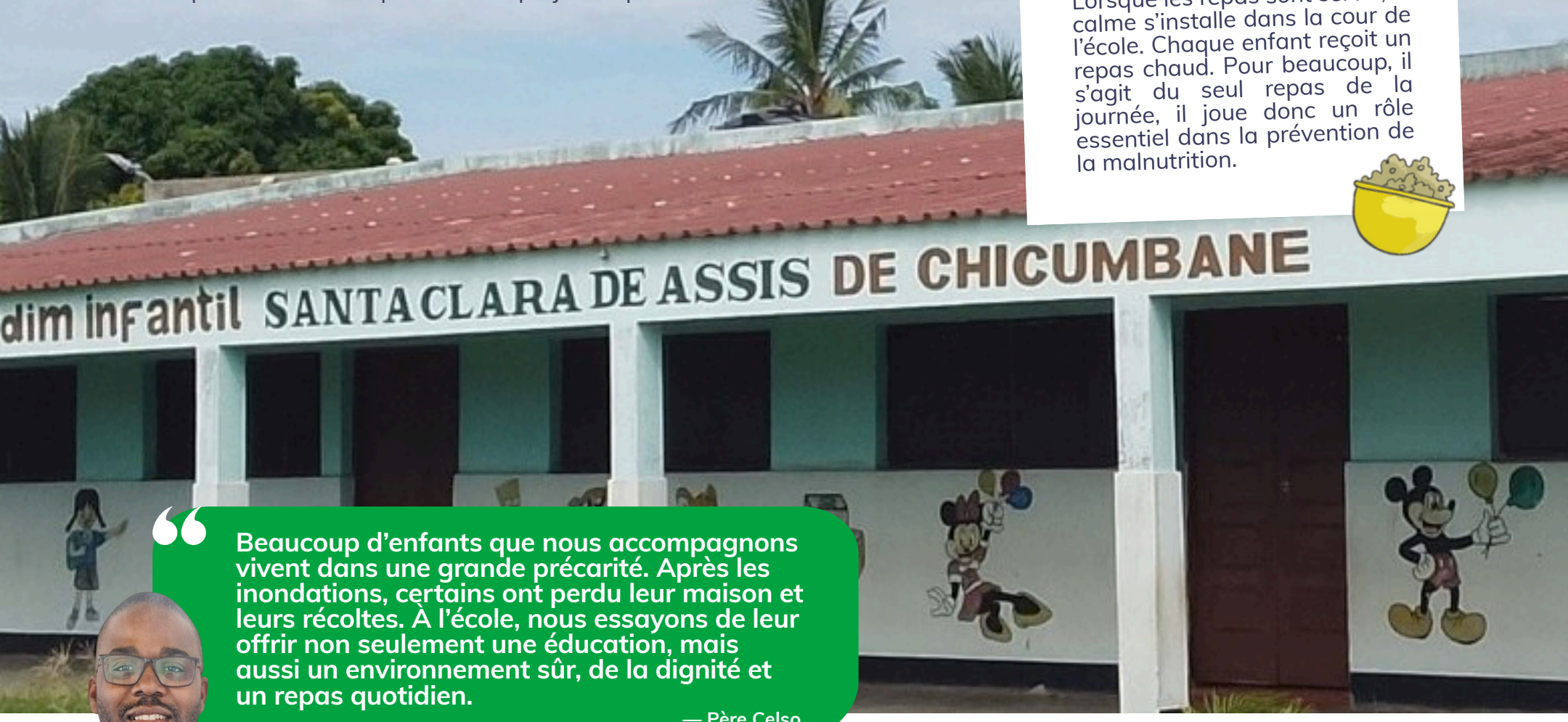
Pour beaucoup d'enfants, l'école représente un élément essentiel de leur quotidien. Ils y reçoivent un enseignement, un repas et un espace où ils peuvent se retrouver et partager des moments ensemble — des choses qui ne sont pas toujours garanties à la maison.

Le père Celso est responsable du projet sur place.

À l'école Sainte Claire 120 enfants reçoivent chaque jour un repas chaud. Pour beaucoup, c'est le seul repas garanti de la journée.

UN REPAS PAR JOUR

Lorsque les repas sont servis, le calme s'installe dans la cour de l'école. Chaque enfant reçoit un repas chaud. Pour beaucoup, il s'agit du seul repas de la journée, il joue donc un rôle essentiel dans la prévention de la malnutrition.



> **Beaucoup d'enfants que nous accompagnons vivent dans une grande précarité. Après les inondations, certains ont perdu leur maison et leurs récoltes. À l'école, nous essayons de leur offrir non seulement une éducation, mais aussi un environnement sûr, de la dignité et un repas quotidien.**
>
> — Père Celso

Le père Celso a perdu ses parents quand il était très jeune. Il a lui-même grandi dans des conditions difficiles. Beaucoup d'enfants qu'il accompagne aujourd'hui sont orphelins ou vivent sans encadrement familial stable. La pauvreté, l'insécurité et l'absence de protection sociale marquent leur quotidien.

Fort de son propre parcours, il sait combien le soutien reçu pendant l'enfance peut transformer la vie et aider à construire un meilleur avenir. Son passé éprouvant l'a motivé à s'engager auprès des enfants.

Le droit à l'alimentation

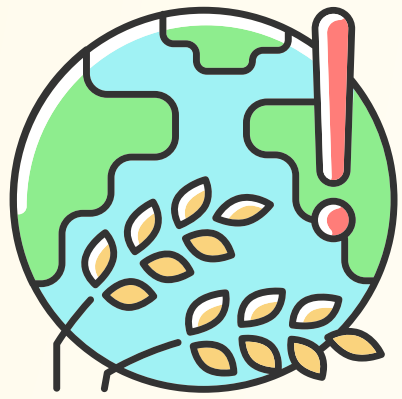
UN DROIT FONDAMENTAL DE L'ENFANT

Chaque enfant a droit à une alimentation suffisante et saine. Ce droit est inscrit dans la **Convention de l'ONU** relative aux droits de l'enfant et constitue une base essentielle pour le développement, l'apprentissage et la santé. **Il ne signifie pas seulement ne pas avoir faim**, mais aussi avoir accès à une alimentation équilibrée et à de l'eau potable.

UN ENJEU MONDIAL

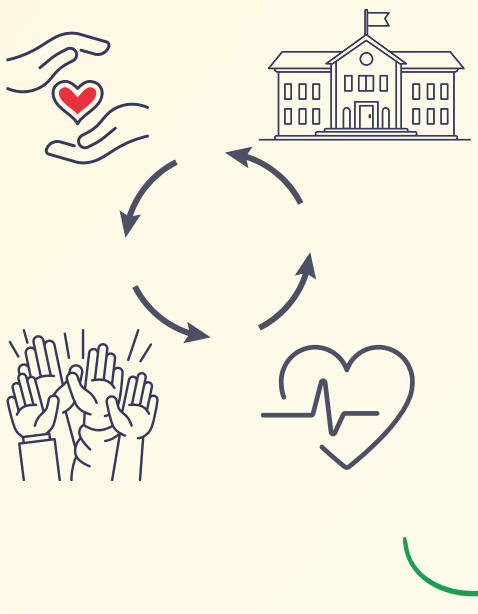
Malgré ce droit, des millions d'enfants dans le monde souffrent de la faim ou de malnutrition. Les principales causes sont : la pauvreté, les conflits, le manque d'infrastructures et, de plus en plus, les conséquences du changement climatique.

Dans des régions comme le Mozambique, des phénomènes météorologiques extrêmes détruisent régulièrement les récoltes et privent les familles de leurs moyens de subsistance.



Sans une alimentation suffisante, de nombreux autres droits sont compromis.

Pourquoi l'alimentation est-elle si essentielle ?



ÉNERGIE ET SANTÉ

ÉCOLE

PROTECTION

PARTICIPATION

- les enfants peuvent grandir harmonieusement.
- la concentration et l'apprentissage deviennent possibles.
- le corps est plus résistant face aux maladies.
- le jeu et le développement social sont facilités.

Une piste de réflexion avec les enfants

À l'aide de la pyramide, il est possible d'expliquer de manière concrète aux enfants pourquoi le droit à l'alimentation est si important :

Lorsqu'un enfant mange à sa faim, il peut mieux apprendre, grandir en bonne santé, jouer et participer à la vie de sa communauté.

On comprend ainsi que l'alimentation constitue une base indispensable à l'exercice de nombreux autres droits de l'enfant.

Partager, c’est merveilleux !

La multiplication des pains (Mc 8,1-10)

Dans ce récit biblique, Jésus voit la détresse des personnes qui l’entourent. Elles ont faim et ne savent pas comment trouver de quoi manger. Cette histoire nous rappelle que Dieu prend au sérieux les besoins de chacun et chacune et qu’il nous invite à prendre soin les uns des autres.

Découvrir le récit avec les enfants.

Qu’est-ce qui attire l’attention des enfants dans cette histoire ?

Les enfants relèvent souvent les éléments suivants :

- Les gens ont faim
- Il y a une grande foule
- Jésus a fait un miracle
- Le partage est important

Il est intéressant d’orienter ensuite leur regard vers une question essentielle :

QUE FAIT JÉSUS EN PREMIER ?

AVANT QUE LE MIRACLE N’AIT LIEU, JÉSUS REMARQUE LA DÉTRESSE DES PERSONNES. IL VOIT LEUR BESOIN ET S’EN PRÉOCCUPE.

🟢 **VOIR**
🟡 **DISCERNER**
🔴 **AGIR**

Cette histoire peut être explorée à l’aide de la démarche « Voir – Discerner – Agir » :

🟢 Voir : Jésus remarque que les personnes ont faim.
🟡 Discerner : Il comprend leur détresse et la prend au sérieux.
🔴 Agir : Il veille à ce qu’elles reçoivent de quoi manger.

Ces trois étapes aident aussi les enfants à être attentifs aux besoins des autres et à découvrir comment ils peuvent eux-mêmes agir.

Pistes de discussion

Les enfants peuvent réfléchir ensemble :

- Qui a besoin d’aide aujourd’hui ?
- Où des personnes vivent-elles la faim ou le manque ?
- Qu’avons-nous à partager ?
- Comment pouvons-nous devenir plus attentifs aux besoins des autres ?

Vivre l’Église universelle

Dans l’Église, nous sommes unis, en tant que chrétiens et chrétiennes, à des personnes du monde entier. Notre sollicitude les uns pour les autres ne **connaît pas de frontières.**

Les enfants découvrent ainsi qu’ils **font partie de l’Église universelle** et qu’ils partagent la responsabilité de **prendre soin les uns des autres.**

Approfondir & Agir
De l'écoute à l'action

Le récit de la multiplication des pains pour les quatre mille personnes, ainsi que le droit à l'alimentation, nous invitent non seulement à en parler, mais aussi à passer concrètement à l'action. Les enfants comprennent très vite qu'**un simple geste de partage peut transformer une situation**.

Créer un espace symbolique

Invitez le groupe à réaliser ensemble un espace symbolique au centre. Disposez quelques tissus de couleurs, par exemple:

- Un tissu vert pour représenter l'Afrique ;
- Un globe terrestre (par exemple un ballon ou une petite sphère) ;
- Différents aliments ou des images représentant de la nourriture.

Cet espace simple invite à observer ensemble, à réfléchir et à entrer en dialogue.

François et Claire :
le monde c'est un cadeau

L'école de Chicumbane porte le nom de **sainte Claire d'Assise**. Comme saint François, elle s'est engagée en faveur d'une vie simple et au service des personnes les plus vulnérables.

Pour François et Claire, la création était un don de Dieu. Toute vie est liée avec celle des autres. **Ce que nous recevons ne nous est pas donné uniquement pour nous-mêmes,** mais aussi pour être partagé avec les autres. Il y a 800 ans, saint François a composé le **Cantique des créatures**. Il y remercie Dieu pour la terre et pour tous ses fruits.

« Loué sois-tu, mon Seigneur, pour notre sœur la Terre, notre mère, qui nous porte et nous nourrit, et produit une grande diversité de fruits. »

Lorsque nous pensons aux enfants du Mozambique, ces paroles prennent un sens très concret : la nourriture, l'eau et la vie en communauté sont des dons que nous recevons avec gratitude et que nous sommes appelés à partager.

Pistes pour le dialogue

- Observer ensemble l'espace symbolique réalisé.
- Prendre conscience des dons de la terre.
- Se souvenir de François et de Claire d'Assise.
- Vivre un moment de silence.
- Conclure par une prière ou par un verset du Cantique des créatures.

Prière commune

**Dieu notre Père,
Tu nous offres la terre
et tout ce dont nous avons besoin pour vivre.
Nous te remercions pour tes dons
et pour toutes les personnes qui prennent soin des autres.
Apprends-nous à partager,
à prendre soin de ta création
et à ne jamais oublier ceux qui vivent dans le besoin.
Bénis les enfants du Mozambique,
les enfants de Suisse
et tous les peuples de la terre.
Amen.**

Approfondir & agir

Jeu : Le sac à dos de Paul
Découvrir les droits de l'enfant

L'ÉDUCATION

LA PROTECTION

LA VIE PRIVÉE

LA PROTECTION EN TEMPS DE GUERRE

L'ALIMENTATION

L'EAU

LES JEUX ET AUX LOISIRS

LA LIBERTÉ D'EXPRESSION

Au cours de son voyage, Paul emporte les droits de l'enfant dans son sac à dos. L'un d'eux l'accompagne tout particulièrement:

le droit à l'alimentation.
Avec les enfants, le sac à dos devient un symbole :

- De quoi ont besoin les enfants pour vivre ?
- Qu'ont-ils le droit d'avoir dans leur « sac à dos » ?

Jeu : Le marché au Mozambique

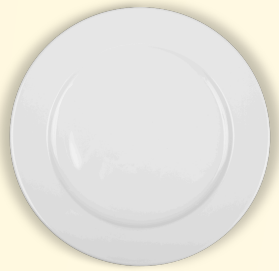
Les enfants découvrent, de manière ludique, que la nourriture n'est pas répartie de façon égale partout.

Déroulement :

- Le groupe est réparti en deux ou trois petites équipes.
- Chaque équipe reçoit une quantité différente de « nourriture » (par exemple des morceaux de papier, des haricots, des cartes ou des images de fruits).
- Une équipe reçoit beaucoup, une autre très peu.

Mission :
Les enfants réfléchissent ensemble :

- Comment pouvons-nous partager pour que chacun ait quelque chose à manger ?
  Ensuite, les aliments sont redistribués jusqu'à ce que chaque équipe ait au moins un peu de nourriture.



Jeu : De quoi une bonne assiette a-t-elle besoin ?

Objectif
Les enfants et les adultes découvrent ensemble ce que signifie **« manger sainement »** – sans théorie, simplement en faisant des associations.

Déroulement
Préparez des cartes ou des images représentant :

- Riz / pain / maïs
- Légumes / fruits
- Eau
- Sucreries
- Chips / snacks
- Haricots / œufs / poisson

Idée de jeu :
Le groupe imagine la situation suivante :
« Qu'est-ce qui devrait se trouver dans une assiette pour donner de l'énergie et des forces ? »

Les cartes sont ensuite classées en trois catégories :

- 🟢 À privilégier souvent / essentiel
- 🟡 De temps en temps
- 🔴 Rarement

Pistes de discussion :

- Qu'est-ce qui te donne de l'énergie pour la journée
- Qu'est-ce qui rassasie, mais ne rend pas vraiment plus fort
- Que mangent souvent les enfants au Mozambique ?

Approfondissement créatif

Les enfants sont invités à réfléchir de manière créative à la question :

« **Qu'aimerais-tu offrir à un autre enfant ? »**

Pour cela, un modèle de dessin est mis à disposition.

à télécharger sur missio.ch

Les dessins peuvent être envoyés à:

Young Missio
Route de la Vignettaz 48
1700 Fribourg

Ils seront transmis aux enfants du projet au Mozambique.

Partager le goûter

En préparant un goûter partagé, le thème du partage peut être vécu de manière concrète, par exemple avec des aliments simples comme des pommes, des mangues, du pain ou du chocolat. Cela fait le lien avec Paul ainsi qu'avec le récit biblique de la multiplication des pains.

Ce moment vécu rend le thème du cahier concret et proche du quotidien.

Et si nous préparions et partagions ensemble un Bolo Polana, un gâteau du Mozambique ?

Bolo Polana

Bon appétit!

Ingrédients

- 500 g de pommes de terre
- cuites et écrasées
- 200 g de noix de cajou moulues
- 150 g de sucre
- 4 œufs
- 1 pincée de sel
- Un peu de vanille (facultatif)

Préparation

- Mélanger soigneusement les pommes de terre, le sucre et les jaunes d'œufs.
- Ajouter les noix de cajou moulues et la vanille.
- Monter les blancs d'œufs en neige ferme, puis les incorporer délicatement à la préparation.
- Verser la pâte dans un moule beurré.
- Faire cuire environ 45 à 60 minutes à 180 °C.

Prière pour les enfants

Seigneur Dieu,
Ton Fils Jésus a dit :
« Laissez les enfants venir à moi. »
Pose ton regard plein d'amour sur tous les enfants du monde.

Donne-leur des personnes qui les accompagnent,
de quoi manger à leur faim,
la joie d'apprendre
et l'espérance pour leur avenir.

Aide-nous à être présents les uns pour les autres
et à ne pas oublier en particulier les enfants
qui ont besoin d'aide et de soutien.

Bénis toutes celles et tous ceux
qui s'engagent pour les enfants
et accompagne-les sur leur chemin.

Nous te le demandons par Jésus-Christ, notre Seigneur.

Amen.

D'après le Père Celso, École Sainte claire, Mozambique

Mentions légales
Éditeur : Young Missio Suisse · Route de la Vignettaz 48 · 1700 Fribourg · 026 425 55 70 · missio@missio.ch
Concept et rédaction : Young Missio · Responsable de la rédaction : Kristina Kleiser · Collaboratrices : Catherine Soldini, Nadia Bruegger, Chiara Uglietti · **Traductions :** Catherine Soldini (FR), Chiara Uglietti (IT) · **Graphisme** : Katharina Kleiser · **Illustrations** : Clemens Birsak (p.1,2,3,5), Canva (p.3, 4, 5, 6, 8, 9, 10, 11), photos: Missio Slovaquie (p.4), Missio Suisse (p.5, 9) Canva (dragos-negoitas-images, p.8), Canva (Kamchatka, p.7), **Année de publication** : 2026
IBAN : CH61 0900 0000 1700 1220 9

Merci!

Sans vous, rien ne serait possible.

Vous accompagnez les enfants, rendez leurs droits visibles et leur donnez la possibilité de contribuer à changer le monde, à leur échelle.
Merci pour votre engagement !

Faites un geste solidaire.
Faites votre don ici :

Missio Suisse

missio.ch
chanteurs-etoile.ch