

Zara & Mika

Acteurs de changements
qualitatifs de leur
communauté

Rehmah Kasule



En partenariat avec



Zara & Mika

Acteurs de changements
qualitatifs de leur
communauté

Rehmah Kasule

© Copyright 2021 -Tous droits réservés.

ISBN – 978-9913-9930-0-5

Le contenu de ce livre ne peut être ni reproduit, ni dupliqué ou partagé sans l'autorisation directe écrite de l'auteur ou de l'éditeur. En aucun cas, l'éditeur ou l'auteur ne pourront être tenus pour responsables de tout dommage, réparation ou perte financière dus aux informations contenues dans ce livre, que ce soit directement ou indirectement.

Mentions légales :

Ce livre est protégé par les droits d'auteur. Il est uniquement destiné à un usage personnel. Vous ne pouvez modifier, distribuer, vendre, utiliser, citer ou paraphraser un extrait ou contenu de ce livre sans le consentement de Rehmah Kasule ou de la Fondation Mastercard.

Avis de non-responsabilité :

Veillez noter que les informations contenues dans ce document sont uniquement destinées à l'éducation et au divertissement. Tous les efforts ont été déployés pour présenter des informations précises, actualisées, fiables et complètes. Aucune garantie d'aucune sorte n'a été déclarée ou n'est implicite. Les lecteurs reconnaissent que l'auteur ne s'engage pas à fournir des conseils juridiques, financiers, médicaux ou professionnels. Le contenu de ce livre provient de diverses sources. Veuillez donc consulter un professionnel agréé avant d'essayer les techniques décrites dans ce livre.

En lisant ce livre, le lecteur accepte que l'auteur décline toute responsabilité de dommages, directs ou indirects, subis à la suite de l'utilisation des informations contenues dans ce livre, y compris, mais sans s'y limiter, les erreurs, omissions ou inexactitudes.

Publié et imprimé en République d'Ouganda.

Dédicace :

Nous dédions ce livre à vous tous, enfants du monde! Nous espérons que sa lecture vous incitera à prendre votre destin en main et à apporter des changements dans votre communauté. Le monde a besoin d'entendre vos attentes, vos récits de peur, de courage et d'espoir. Exprimez-vous, votre voix compte!

Remerciements - Notre force

Pour écrire et publier un livre, il faut une équipe. Bien que j'aie développé une bonne idée, j'avais besoin d'une équipe pour la mettre en œuvre. Je suis reconnaissante à l'équipe qui m'a apporté un soutien inestimable pendant que je travaillais sur ce livre. Je remercie tout particulièrement l'équipe éditoriale et les écrivains Pheona Nakishero et Zura Nakiwoga Mukasa. Au graphiste et à l'illustrateur, merci d'avoir concrétisé mes idées. Je remercie également les enfants créatifs Asra, Amaal et Rahma, qui ont soutenu notre étoile montante, le chanteur et poète Kauthar Lukwanzi.

Je suis éternellement reconnaissante aux enfants du pays qui ont partagé avec nous leurs histoires, des histoires dont la puissance des leçons a transformé et renforcé d'autres enfants dans le monde. Je suis également reconnaissante envers les parents qui ont encouragé leurs enfants à répondre à l'appel à histoires. Merci à tous pour votre engagement.

Illustré par : Davis Bamwine

Conçu par : Patricia Businge

À propos de la Fondation Mastercard

La Fondation Mastercard travaille avec des organisations visionnaires pour permettre aux jeunes d'Afrique et aux communautés indigènes du Canada d'accéder à un travail digne et épanouissant. C'est l'une des plus grandes fondations privées dans le monde dont la mission est de faire progresser l'apprentissage et de promouvoir l'inclusion financière pour créer un monde inclusif et équitable. Mastercard a créé la Fondation en 2006 en tant qu'organisation indépendante avec son conseil d'administration et sa direction.

La Fondation met en œuvre la campagne de sensibilisation publique COVID-19 en 2021, au moment où les effets de la pandémie sur les individus, les familles et les communautés deviennent de plus en plus prononcés sur le continent africain. La campagne, mise en œuvre au Ghana, au Kenya, au Nigeria, en Ouganda, au Sénégal, au Rwanda et en Éthiopie, offre une plateforme aux jeunes pour qu'ils partagent leurs histoires de résilience, d'innovation et de volontariat dans le cadre de l'expansion de l'action contre la COVID-19. Les activités s'appuient sur le slogan "Protégez-vous, protégez votre famille, protégez la communauté", qui souligne la nécessité d'une responsabilité personnelle sous le hashtag #ItsUpToUs.

Pour plus d'informations sur la Fondation, veuillez consulter le site <https://mastercardfdn.org>; et pour en savoir plus sur la résilience des jeunes du continent pendant la pandémie, veuillez consulter le site : www.covidhqafrika.com



Message de l'auteur.

Chers enfants,

A la mort de mon père, j'étais jeune et la vie très dure, mais ma famille ne s'est jamais résignée! Ma mère nous a inculqué la valeur de l'éducation. Comme certains d'entre vous, je suis née au village, mais je ne suis pas devenue villageoise parce que j'ai reçu une éducation.

Dans mon école rurale, nous n'avions pas de livres. Lorsque je suis entrée à l'école secondaire, mes amis m'ont fait découvrir le monde des livres, ce qui changea ma vie à jamais! Grâce à la lecture, j'ai acquis des connaissances, j'ai pris confiance en moi, j'ai commencé à avoir de grands rêves et l'espoir a grandi en moi. J'ai travaillé dur et j'ai obtenu un diplôme universitaire avec mention.

Je n'avais que 24 ans quand j'ai lancé mon entreprise de marketing et plus tard fondé une organisation non gouvernementale, CEDA International. Aux enfants comme vous, j'enseigne à découvrir qui ils sont, à être fiers de leurs origines et à rêver de ce qu'ils veulent faire. J'aide également les enfants à recevoir une éducation de qualité et à devenir de futurs dirigeants et entrepreneurs.

Chaque jour, je rappelle à mes deux filles, qu'en rêvant, on concrétise, et qu'aucun rêve n'est trop grand. Mon rêve d'enfant était d'étudier à l'université de Harvard, aux États-Unis d'Amérique. Il y a quelques années, j'ai réalisé ce rêve quand j'ai été invitée à suivre un cours de deux ans en Advanced Leadership Initiative axé sur l'éducation et l'avenir du travail en Afrique.

Aujourd'hui, je suis en train de créer de nouveaux récits africains en donnant aux enfants les moyens de raconter leurs histoires grâce à des livres comme celui-ci. Je m'engage à aider les enfants à apprendre à lire. Je crois que mes lecteurs sont des leaders !

Mon conseil aux enfants du monde entier est le suivant : "votre origine ne déterminera pas votre destin ; vous pouvez changer votre avenir lorsque vous croyez en vous et développez une attitude positive."

Rkasule

Rehmah Kasule



La crise de la COVID-19

La pandémie COVID-19 ou “ coronavirus “ est un virus mortel de type grippal qui s’est déclaré en décembre 2019 en Chine et s’est propagé au reste du monde. Les familles et les communautés ont dû faire face à une grande incertitude au milieu de la pandémie. Alors que les enfants n’étaient pas considérés comme les plus à risque de contracter la COVID-19, ils ont été grandement touchés par la pandémie dans de nombreux pays africains.

En Ouganda et dans d’autres pays africains, les enfants de moins de 14 ans représentent soixante-cinq pour cent de la population. Pendant la pandémie COVID-19, de nombreuses écoles ont été fermées pendant un à deux ans. *Save the Children* estime qu’environ 5 millions d’enfants ne sont plus retournés à l’école. La Banque Mondiale rapporte également que la pandémie a exacerbé la pauvreté de l’apprentissage et augmenté le fossé de l’éducation avec des stress mentaux persistants chez les enfants. Beaucoup d’enfants scolarisés n’apprennent pas parce qu’il leur manque des compétences de base en lecture. La situation est pire pour les enfants vivant dans des situations de précarité comme les camps de réfugiés ou les communautés à faibles revenus. Les enfants n’ont ni matériel de lecture ou d’apprentissage, ni d’outils ou de plateformes pour partager leurs histoires afin de bénéficier d’un soutien et d’un développement émotionnels. Le peu de contenu disponible ne s’adresse pas aux enfants, ne reflète pas leurs réalités et ne représente pas leurs voix. Cette situation est sur le point de changer !

Procédures Opérationnelles Standard (POS)



Porter un masque facial !



Se laver les mains avec du savon ou se désinfecter !



2m



Maintenir une distance sociale !

À propos du livre

Parole aux Enfants ! est un livre de contes avec une collection de récits d’enfants partageant leurs perspectives et leurs expériences de vie pendant la pandémie. Par le biais du récit, ce livre fournit également des informations essentielles sur la prévention de la COVID-19 qui permettent aux enfants de faire face à l’impact de la pandémie.

Les enfants apprendront des histoires d’autres enfants sur le courage, la résilience, l’espoir, la curiosité, l’action et l’esprit d’entreprise. Le livre préconise l’apprentissage par le jeu et « l’Education-Divertissement » (education through entertainment). Ce livre donne aux enfants les moyens de faire entendre leur voix et les dote d’outils et de connaissances essentiels pour qu’ils restent positifs, lisent et apprennent.

Parole aux Enfants ! comprend des activités d’apprentissage au cours desquelles les enfants peuvent s’exercer à la gratitude, la réflexion, la pensée critique et exprimer leurs compétences en résolution de problèmes afin de développer leur résilience pour faire face, survivre et s’épanouir. *Parole aux Enfants !* vise à donner aux enfants de 9 à 13 ans les moyens d’acquérir une conscience de soi et une conscience sociale et de participer au changement social. Le livre les inspire à prendre en charge leur vie et à transformer leur communauté.

Parole aux enfants ! a été produit en partenariat avec la Fondation Mastercard pour faire progresser l’apprentissage dans le cadre de la campagne de sensibilisation COVID-19 en 2021. Le Centre National de Développement des Programmes Scolaires de l’Ouganda (Uganda’s National Curriculum Development Center) a approuvé le livre *Parole aux Enfants !* afin de responsabiliser et d’inciter les enfants de l’école primaire à la lecture dès les premières années. Le livre est accessible en version Pdf, audio, flipbook et animée dans plus de sept langues à l’adresse www.rehmahkasule.com.



CONTENU

Thème 1

Toute tempête passe

Le soleil radieux apporte un nouveau rayon d'espoir

Thème 2

Gratitude et Journal intime

Renouer avec des amis dans la communauté

Thème 3

Savoir qui l'on est !

L'affirmation de soi « Qui je suis »

Thème 4

Parlez-en, votre voix compte

Apprendre de nouveaux outils pour surmonter la peur

Thème 5

La compassion réduit la peur et la stigmatisation

Apprendre et partager la résilience par les histoires d'enfants

Thème 6

Le monde positif qui nous entoure

Les enfants restent engagés dans l'apprentissage

Thème 7

Espoir pour l'avenir

Changer les mentalités pour garder l'espoir

Thème 8

Notre force: plus forts ensemble

Construire notre propre avenir

Thème 9

Lève-toi et brille !

Récompense et reconnaissance au Parlement et aux Nations unies

Thème 10

Aux actes: la décision nous appartient !

Les enfants s'engagent à mener le changement

Histoires Pour Enfants

L'espoir, le courage, la gratitude, la résilience, l'action et l'entrepreneuriat de la part des enfants ougandais.

Activités, Jeux, Chansons et Poèmes

Ce livre est offert à

« Tes origines ne détermineront pas ton destin. Tu peux changer ton avenir lorsque tu croies en toi et développes une attitude positive. »

Rehmah Kasule



Toute tempête passe

Le soleil radieux apporte un nouveau rayon d'espoir

C'était un beau vendredi après-midi ensoleillé. La délicieuse odeur de *matooke* et de *tilapia* fumé dans une sauce aux arachides embaumait la cuisine de la famille Kego assise pour le déjeuner. L'arôme s'échappait par la fenêtre de la cuisine et se répandait dans le quartier de Nkumba, une banlieue d'Entebbe en Ouganda.

« C'est mon plat préféré ! Je pourrais en manger tous les jours », déclara un enfant de onze ans à Mika en dégustant la sauce crémeuse.

« C'est tout ce que tu fais depuis que tu as appris à cuisiner, Mika. Je peux préparer un savoureux *Luwombo* mieux que toi », dit Zara. Zara n'a qu'un an de moins que Mika, et ils sont toujours en compétition.



Madame Kego sourit en regardant ses enfants. « Tu vois, maman est d'accord avec moi. Elle aime ma sauce. » affirma fièrement Mika.

« C'est le cas, et c'est bon pour ma santé. » confirma madame Kego.

Ils furent interrompus par un coup de tonnerre, et la pluie commença à frapper et taper sur le toit métallique. De grosses gouttes d'eau tombèrent sur la véranda arrière, éclaboussant le sol dans une flaque.

« Ton père devra réparer le toit qui fuit quand il rentrera à la maison. » ajouta madame Kego, toute essoufflée en parlant.

« Maman, tu vas bien ? Tu es encore malade ? » demanda Mika, inquiet.

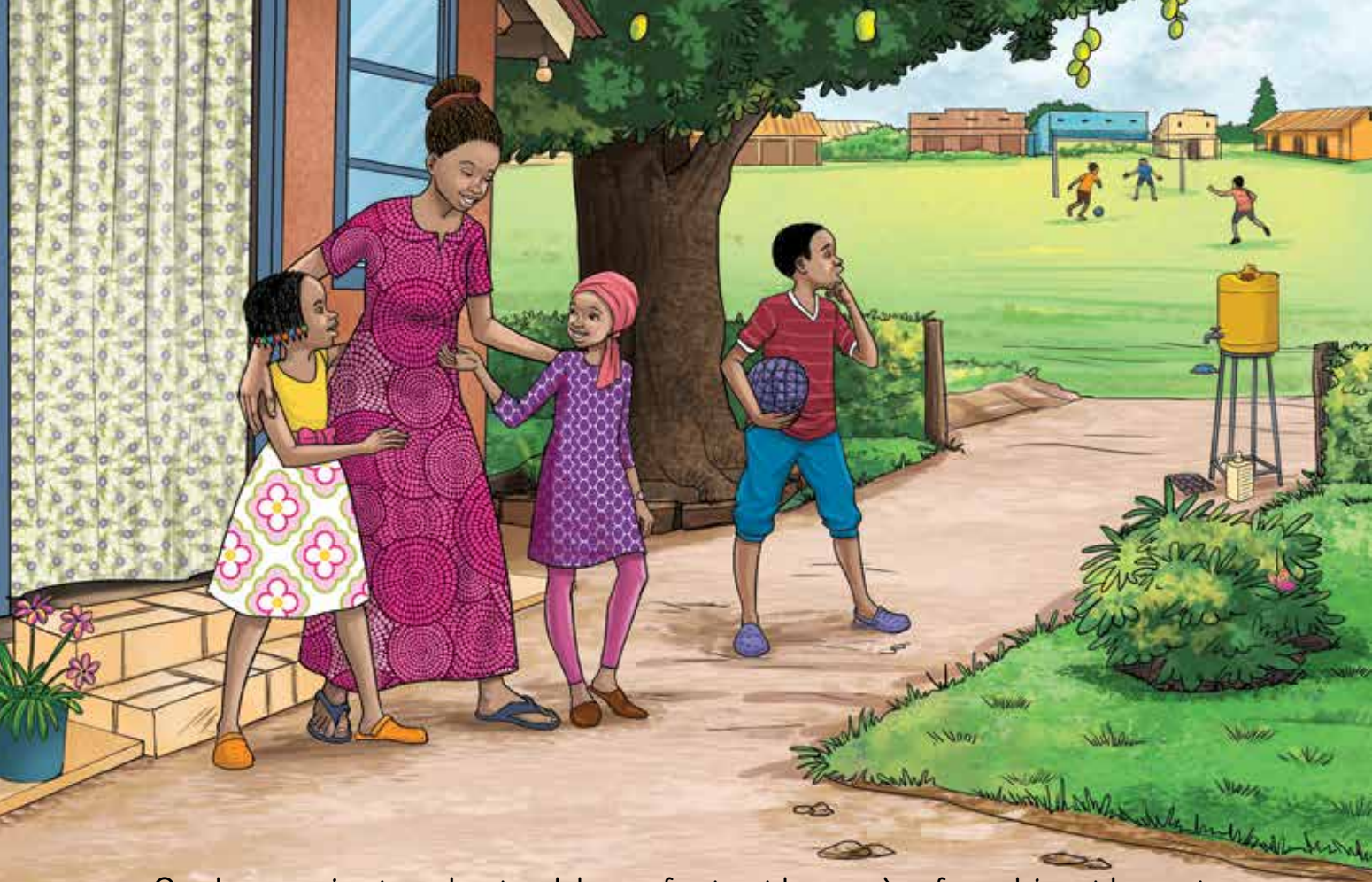
« Je ne suis plus malade », répondit madame Kego, « mais il faudra peut-être un certain temps avant que je me sente à nouveau comme d'habitude ».

Madame Kego avait contracté la COVID-19 quelques semaines avant. Bien qu'elle se soit remise de la maladie, elle était encore faible. Le médecin lui avait recommandé de faire des promenades et de s'exposer au soleil tous les jours pour l'aider à se remettre sur pied.

Dehors, la pluie s'était réduite à une bruine presque aussi vite qu'elle avait commencé. Le soleil brillait à travers les gouttes de pluie dorées.

« Grand-mère disait que cela arrivait quand un lion mettait bas ! » ajouta Susan, âgée de sept ans, en regardant par la fenêtre de la cuisine. « On peut aller dehors pour ta promenade, maman ? » demanda Susan.

« Après avoir fait la vaisselle, nous pouvons tous sortir et prendre un bain de soleil », répondit madame Kego.



Quelques minutes plus tard, les enfants et leur mère franchirent la porte arrière de leur maison de briques rouges. Ils marchèrent vers le grand manguier dans l'enceinte. Les enfants étaient heureux d'être dehors sous le soleil. Susan s'amusait à tirer sur le foulard de Zara, et elles commencèrent à courir dans tous les sens.

Au loin, Mika vit des enfants qui jouaient dans un champ. « Jouer au football avec mes amis me manque vraiment », soupira-t-il.

Depuis le confinement de quarante-deux jours de COVID-19 décidé par son Excellence le Président de la République d'Ouganda, les enfants n'avaient pas quitté la maison.

« Je sais, mais rester à la maison nous aide à arrêter la propagation de la COVID-19 », dit madame Kego.

« Pouvons-nous jouer si nous maintenons une certaine distance et portons des masques ? » demanda Susan.

« Shaa¹ ! Je n'ai jamais vu personne jouer au football avec un masque », objecta Mika.

« Peut-être que nous pouvons jouer à la maison », dit madame Kego.

« Evidemment, mon équipe va gagner », se vanta Mika en plaisantant.

« On va voir ça », répliqua Zara.

Certes Zara n'aimait pas le football, mais elle ne reculait pas devant un défi. Elle fit donc équipe avec madame Kego contre Susan et Mika.

Le jeu fut compétitif. Zara marqua le premier but, en s'élançant avec le ballon en profondeur et en dribblant aussi vite que possible. Puis elle marqua un deuxième but.

« Maman, j'ai des devoirs à faire », dit Susan avant que le match ne reprît.

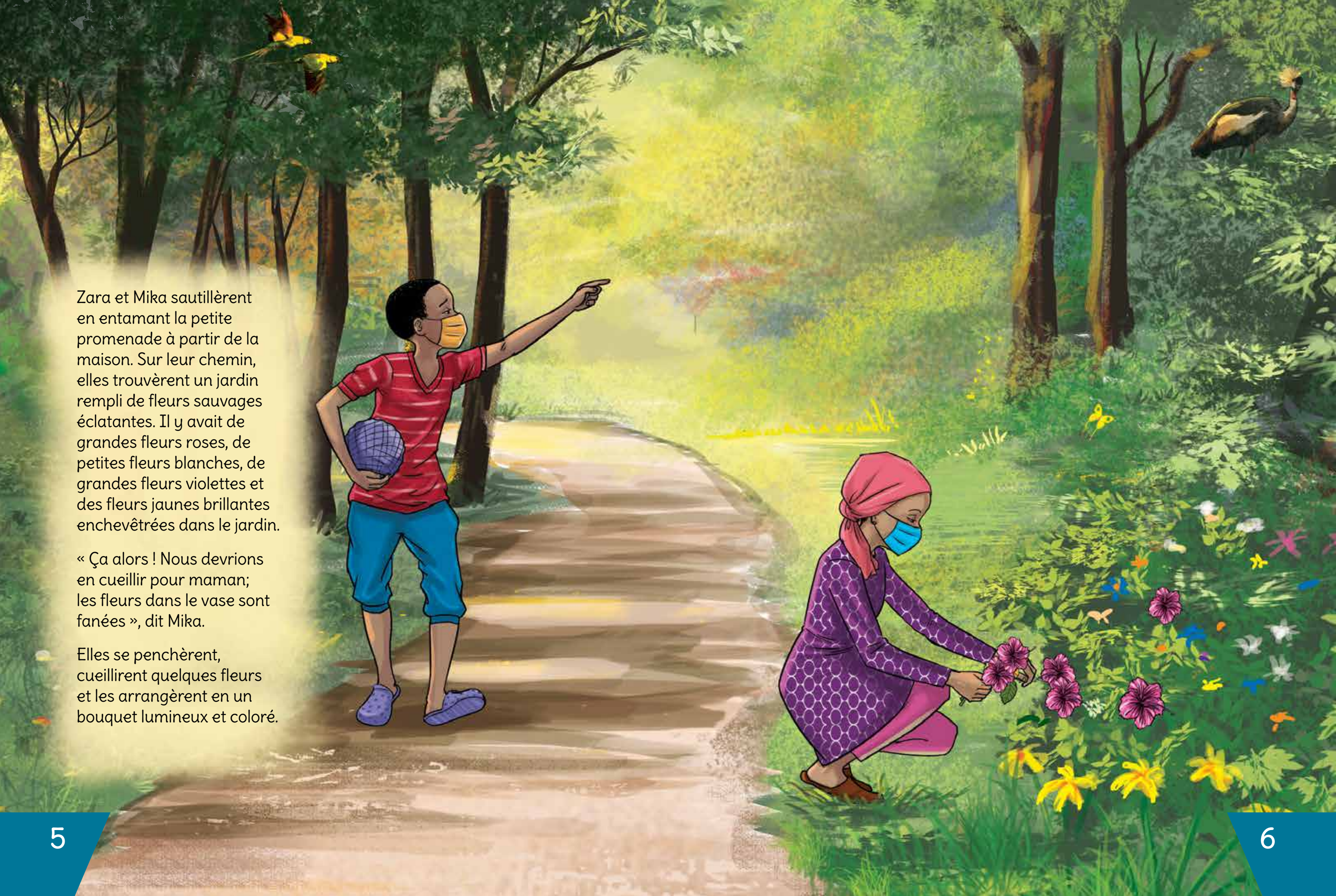
« C'est parce que ton équipe est en train de perdre », remarqua Zara en rigolant.

Madame Kego rit : « Non, allons à l'intérieur. C'est assez d'activités pour moi aussi. »

« Maman, est-ce que Zara et moi pouvons faire une promenade dans la rue ? » demanda Mika. « Nous ne saluerons nos amis que de loin. »

« Nous porterons nos masques tout le temps », dit Zara en en sortant un de la poche de sa robe violette à motifs.

« Je sais que vous êtes des enfants responsables. Mais, faites attention et n'oubliez pas de vous laver les mains quand vous rentrerez. Tenez, achetez quelques fruits sur le chemin du retour », dit madame Kego en donnant un billet de cinq mille shillings à Mika.



Zara et Mika sautillèrent en entamant la petite promenade à partir de la maison. Sur leur chemin, elles trouvèrent un jardin rempli de fleurs sauvages éclatantes. Il y avait de grandes fleurs roses, de petites fleurs blanches, de grandes fleurs violettes et des fleurs jaunes brillantes enchevêtrées dans le jardin.

« Ça alors ! Nous devrions en cueillir pour maman; les fleurs dans le vase sont fanées », dit Mika.

Elles se penchèrent, cueillirent quelques fleurs et les arrangèrent en un bouquet lumineux et coloré.



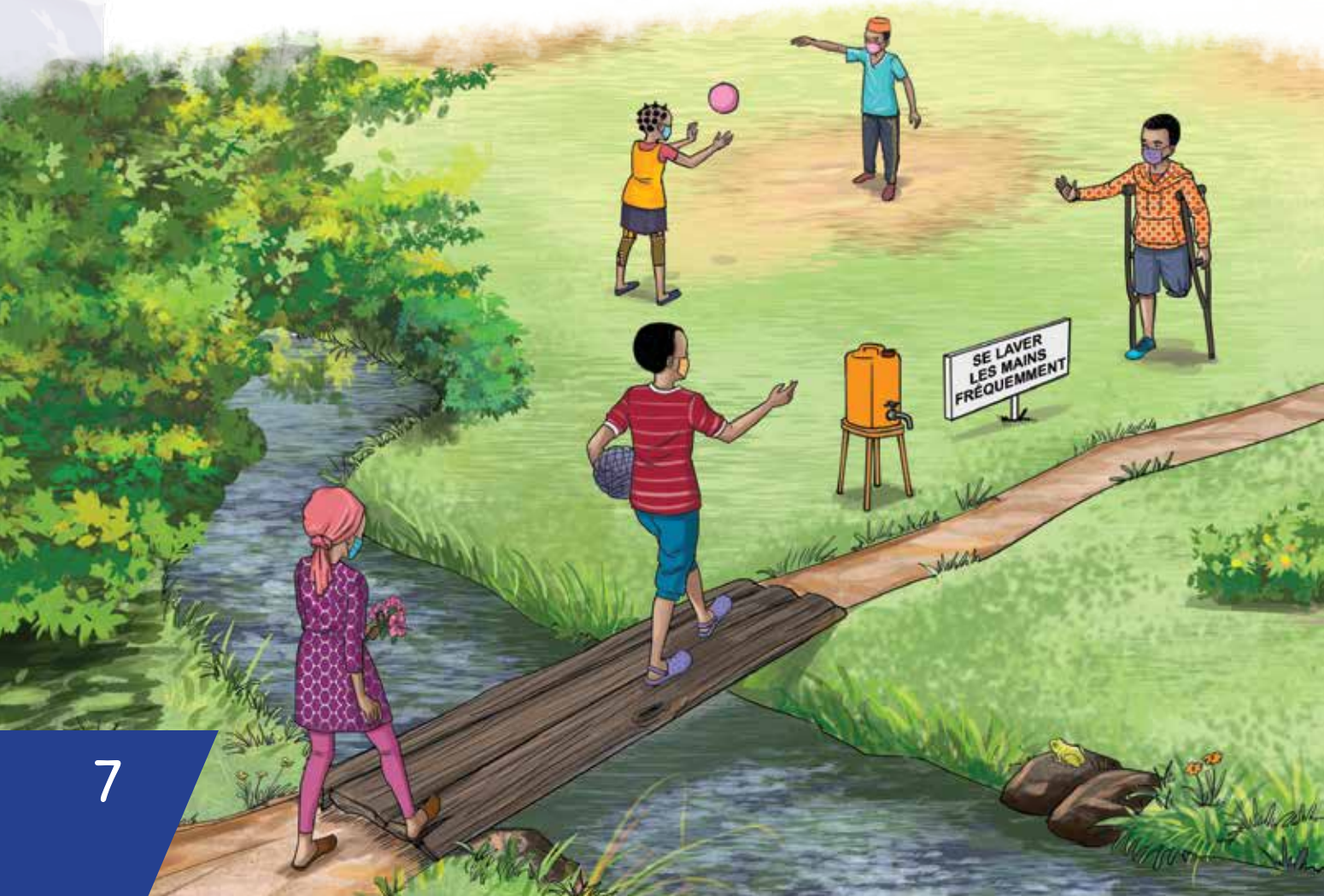
Gratitude et journal intime

Renouer avec des amis dans la communauté

Mika et Zara traversèrent prudemment le petit pont en bois qui mène à la cour de récréation. Là, elles rencontrèrent les amis d'école de Mika : Alice, Abdu et Justin. Ils se saluèrent par les coudes, comme leurs parents et leurs professeurs leur avaient appris à le faire depuis le début de la pandémie de COVID-19.

« Veux-tu te joindre à nous, Mika ? » demanda Justin.

« Oui ! » répondit Mika avec enthousiasme.



Il n'avait pas vu ses amis depuis un bon moment. Lorsque sa mère est tombée malade à cause du coronavirus, ils n'avaient pas été autorisés à sortir. Tout le monde faisait attention. Il était heureux d'être de nouveau dehors, de jouer avec ses amis, enfin.

« Qui est cette jolie fille ? », demanda Alice.

Alice avait dix ans, tout comme Zara, et était impatiente de se faire de nouveaux amis. Alors que Zara portait un foulard, les cheveux d'Alice étaient coiffés en nœuds bantous. « Voici ma cousine Zara », dit Mika.

« Quand mon oncle et ma tante sont morts, mes parents ont ramené Zara chez nous après leurs funérailles. »

« Oui, je me souviens. Je suis vraiment désolée, Zara », dit Alice.

« *Asalam Aleikum*, Zara », salua Abdu.

« *Walaikum Salaam* », répondit Zara.

Après les présentations, Mika demanda à ses amis ce qu'ils avaient fait pendant que l'école était fermée.

« Pas grand-chose. Je me sens parfois triste », répondit Alice. Ses parents n'avaient pas les moyens de payer des cours en ligne.

« Tu n'étais pas seule », dit Zara. « J'ai vu à la télévision que des millions d'enfants en Afrique n'étaient pas scolarisés depuis le début de la pandémie. Certains enfants, notamment ceux des camps de réfugiés et des zones rurales, n'ont pas de matériel de lecture. »

« Je suis content que l'école soit ouverte le mois prochain », répliqua Mika.

« Oui », convint Alice. « Maintenant, je n'ai plus à m'inquiéter de redoubler la sixième année l'année prochaine, mais j'ai du retard dans mes devoirs », se lamenta Alice.

« J'ai une idée ! » s'exclame Mika. « Nous recevons des notes de nos cours en ligne. Je vais demander à ma mère de les imprimer pour que nous puissions les partager avec Abdu et Alice pour rattraper le travail scolaire », déclara Mika.

« Ha ! que ce serait génial, » dit Alice. « Merci, nous te sommes très reconnaissants, Mika. »

Zara fronça son visage en réfléchissant, puis cria : « Jouons au jeu de la gratitude ! »

« Quel genre de jeu est-ce ? » demanda Abdu.

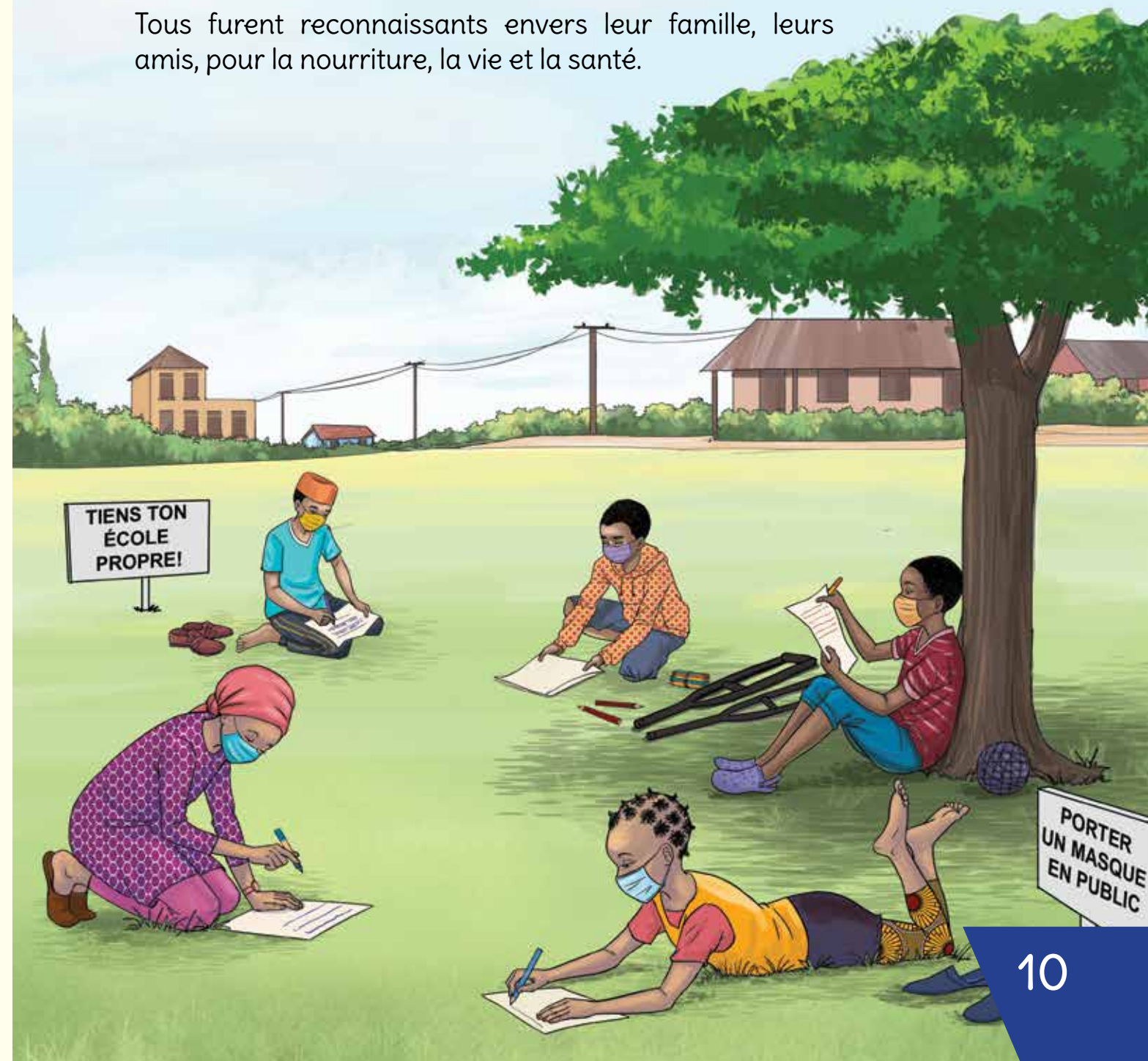
« Chaque jour, on écrit dans un livre dix choses pour lesquelles on est reconnaissant », expliqua Zara et ajouta : « Ma tante Madina m'a appris ce jeu quand mes parents étaient malades. »

« Mais nous n'avons pas de livres ici », dit Abdu.

« Juste une minute, je vais chercher du papier, un stylo et des marqueurs à la maison. Ma maison est juste là-bas », proposa Justin.

Il se précipita chez lui et revint avec du papier, des stylos et des marqueurs. Les enfants s'assirent en cercle sur l'herbe et créèrent leur liste de gratitude. Puis, ils lurent leurs listes à haute voix.

Tous furent reconnaissants envers leur famille, leurs amis, pour la nourriture, la vie et la santé.





Savoir qui on est !

L'affirmation de soi, « Qui je suis ? »

Tout en regardant, Mika se leva comme un rayon de lumière. « Cela m'a rappelé une question importante. »

« Qu'est-ce qu'il y a encore, Mika ? Pas encore une de tes histoires folles ! » plaisanta Zara.

« Non, non, non. Réfléchissons-y un instant. Qui suis-je ? » Mika invita ses amis à réfléchir avec lui. « Nous avons passé du temps à réfléchir à cette question pendant le programme de mentorat des préfets de l'école : Qui suis-je ? » expliqua Mika.

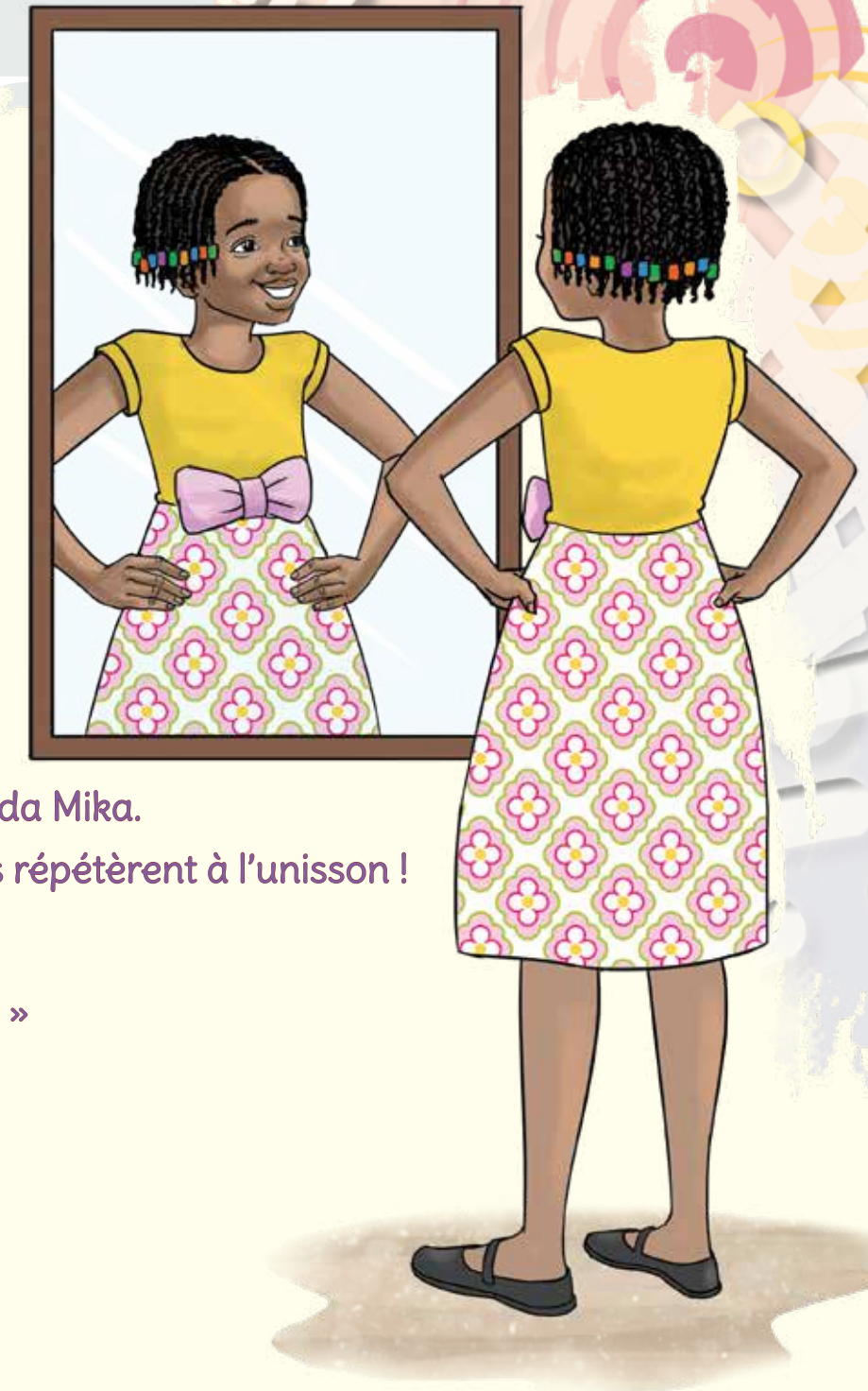
« C'est évident ! Je suis un garçon », dit Abdu.

Zara sourit. « Tu es bien plus qu'un simple garçon. Tes rêves, tes passions et l'endroit d'où tu viens font aussi partie de qui tu es », dit Zara.

« Oui, notre mentor a dit que si on sait qui on est, on obtiendra ce qu'on veut », ajouta Mika.

Zara demanda à Mika de partager l'exercice qu'ils faisaient chaque matin au réveil. Tout le monde regardait Mika pour être guidé lorsqu'il faisait la démonstration de l'affirmation de soi « QUI SUIS-JE ? » Mika expliqua qu'on devait se regarder dans le miroir et se poser cette question.

« Utilisez autant d'énergie que lorsque vous soutenez votre équipe de football », déclara Mika. « Ainsi, lorsque je demande qui je suis, vous répondez tous », dit Mika.



« Qui suis-je ? » demanda Mika.

« Je suis une étoile », ils répétèrent à l'unisson !

« Qui suis-je ? »

« Je suis un champion ! »

« Qui suis-je ? »

« Je suis un leader ! »

« Qui suis-je ? »

« Je suis un gagnant ! »

« Qui suis-je ? »

« Je suis un brillant enfant africain ! »

Ils rigolèrent à gorge déployée en levant les poings en l'air.

« Une fois que vous avez l'affirmation de soi, rien ne peut vous abattre », leur dit Mika.



PORTER UN
MASQUE EN
PUBLIC

Au loin, Susan courut de la maison vers eux. Alors qu'elle s'approchait, les perles de ses longues tresses émettaient des sons – clink, clink. Elle était essoufflée, mais sautillait toujours en criant.

« Mika et Zara, maman a dit qu'il est temps de rentrer à la maison pour aider à la cuisine. »

SE LAVER
LES MAINS
AU SAVON

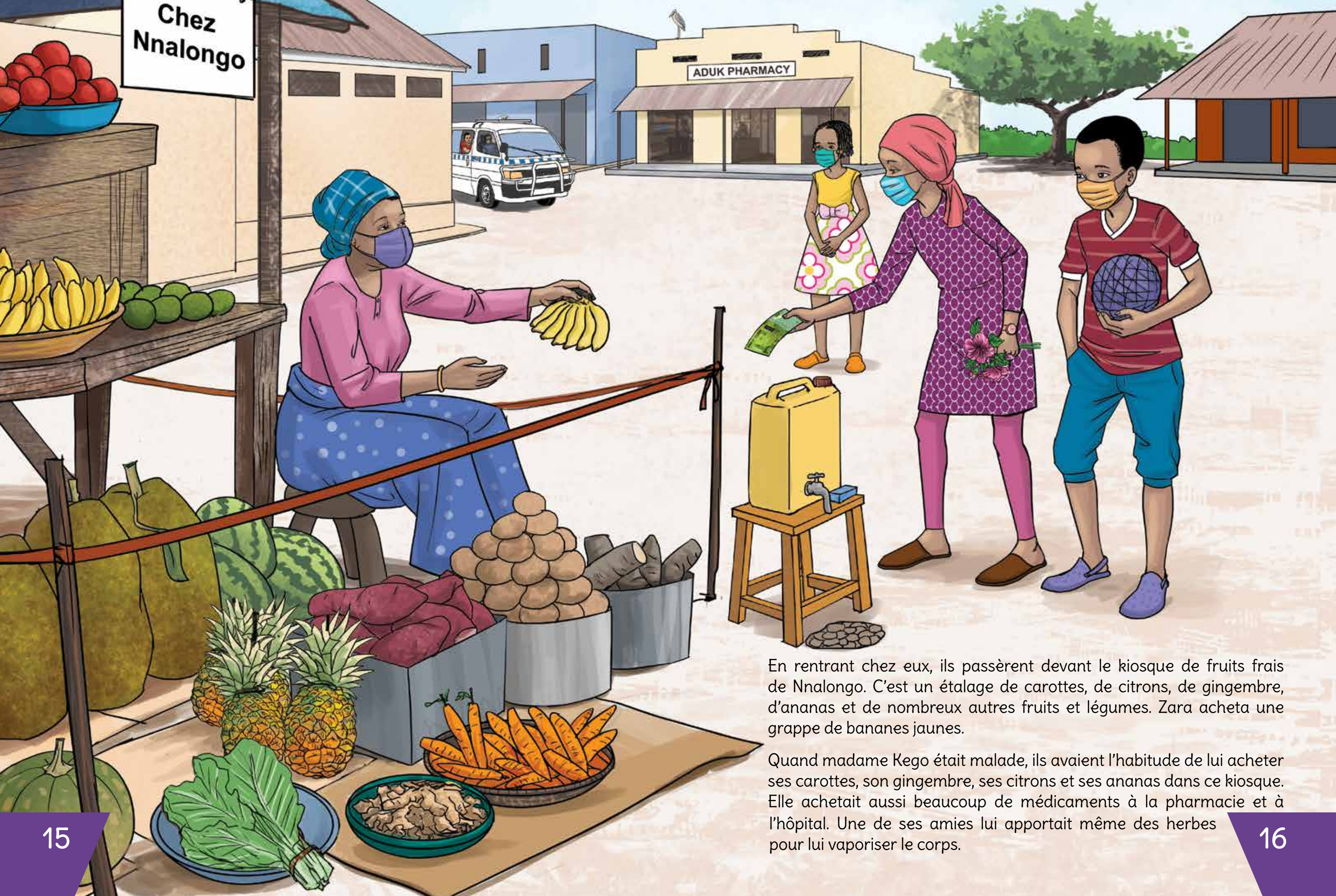


« Au revoir. Ce fut une journée passionnante », dit Abdu.

« Oui, je me sens tellement mieux que lorsque je me suis réveillée ce matin », déclara Alice à Abdu.

Justin prit congé et ramassa le reste des papiers et des crayons.

« Prenez soin de vous, soyez prudents, et n'oubliez pas... » Avant que Justin ne pût terminer, ils crièrent tous: « **Portez votre masque, lavez-vous les mains et gardez la distance sociale.** »



Chez
Nnalongo

ADUK PHARMACY

En rentrant chez eux, ils passèrent devant le kiosque de fruits frais de Nnalongo. C'est un étalage de carottes, de citrons, de gingembre, d'ananas et de nombreux autres fruits et légumes. Zara acheta une grappe de bananes jaunes.

Quand madame Kego était malade, ils avaient l'habitude de lui acheter ses carottes, son gingembre, ses citrons et ses ananas dans ce kiosque. Elle achetait aussi beaucoup de médicaments à la pharmacie et à l'hôpital. Une de ses amies lui apportait même des herbes pour lui vaporiser le corps.

Ce fut un moment de profonde inquiétude pour la famille. Heureusement, personne d'autre n'avait attrapé le virus. Ils avaient toujours fait attention à se laver les mains, à porter des masques et à garder une distance sociale. Ils avaient également établi une liste des tâches ménagères afin que madame Kego ne se souciât pas des travaux ménagers.

Les enfants regardaient depuis le bord de la route un « boda boda² » transportant un passager, passer en trombe, laissant derrière elle une légère couche de poussière. Comme tout le monde se précipitait pour éviter le couvre-feu de 19 heures, ils commencèrent à marcher plus vite.

Lorsqu'ils arrivèrent chez eux, le soleil se couchait, et madame Kego les attendait dehors. Avant d'entrer dans la maison, elle leur dit de se laver les mains au robinet extérieur.

« Combien de temps devons-nous nous laver les mains ? » demanda Susan.

« Pendant au moins deux minutes », répondit Zara.

« Nous pouvons chanter les lettres de l'alphabet A, B, C... à Z, cinq fois pour couvrir les deux minutes », ajouta Mika.

Après avoir lavé leurs mains et les bananes, Zara lui donna le bouquet. Madame Kego était satisfaite des fleurs. Elle choisit du bouquet une fleur rose, l'épingla dans ses cheveux et leur montra comment elle était assortie à sa robe rose.

Susan entra dans la cuisine pour mettre les bananes dans le panier à fruits.

« Tata, ça sent tellement bon », sourit Zara.

« Je sais. J'ai préparé quelque chose de spécial pour toi. Maintenant, va te rafraîchir pour le dîner. Prends une douche et change de vêtements », dit madame Kego.



Parlez-en, votre voix compte !



Apprendre de nouveaux outils pour surmonter la peur

Au dîner, les enfants furent surpris de trouver un nouvel aliment sur la table à manger. Il ressemblait à un *chapati*³ mais il était beaucoup plus large et moins épais.

« Papa, c'est quelle nourriture ça ? », demanda Susan à monsieur Kego.

« C'est de l'Injera d'Éthiopie », répondit monsieur Kego.

« C'est délicieux », dit Mika.



« Pouvez-vous deviner pour quoi d'autre l'Éthiopie est célèbre ? » demanda monsieur Kego.

« Je sais ! Le café ! » s'exclama Zara. « Comme en Ouganda, le café est l'une des principales exportations agricoles de l'Éthiopie. »

« Très bien, Zara », dit monsieur Kego, rayonnant de fierté.

« Taata Mika, parle-nous de ton premier jour de retour au travail après le confinement », dit madame Kego. Son mari expliqua tranquillement que de nombreuses entreprises étaient encore fermées, et que peu de personnes se trouvaient en ville.

« La pandémie a ralenti le monde, mais elle a renforcé notre famille », déclara-t-il. « Nous avons la possibilité de prendre nos repas ensemble », déclara monsieur Kego.

Avant d'aller se coucher, monsieur Kego rappela aux enfants que le virus COVID-19 était encore largement répandu. Lorsqu'ils allaient à l'école, ils devaient toujours garder leur masque.

« Mais papa, que se passera-t-il si les professeurs nous disent d'enlever nos masques quand nous parlons ? »

« Ce n'est pas bien. Il suffit d'élever la voix quand vous parlez. Montrez-leur que, même avec un masque, vous pouvez parler et être entendu », expliqua monsieur Kego.

« Nous devons nous entraîner. Je peux même chanter à haute voix avec un masque, écoutez ! », dit Zara et commença alors à chanter une chanson.

« J'adore cette chanson. Elle nous appelle à maîtriser nos peurs, quoi qu'il arrive », déclara Mika.

« Tu as raison, Mika. Elle nous encourage aussi à continuer à rêver. » Zara ajouta et commença à chanter fort.

Ils chantèrent tous ensemble avant d'aller se coucher :



Je suis une étoile montante,

Je suis extraordinaire,

Je rêve, oui je rêve,

Je rêve parce que

Je suis une étoile montante.

J'ai le courage,

D'étreindre mes craintes,

Je m'élève vers les étoiles

Pour réaliser la force

De mes rêves.

Rêver, c'est se réaliser,

En découvrant ce que cela signifie de vivre libre

Et aller au-delà de vos rêves.

Au fond de chaque cœur,

Il y a une étincelle magique qui illumine votre

imagination, crée la grandeur et la force

Qui réalisent vos rêves.

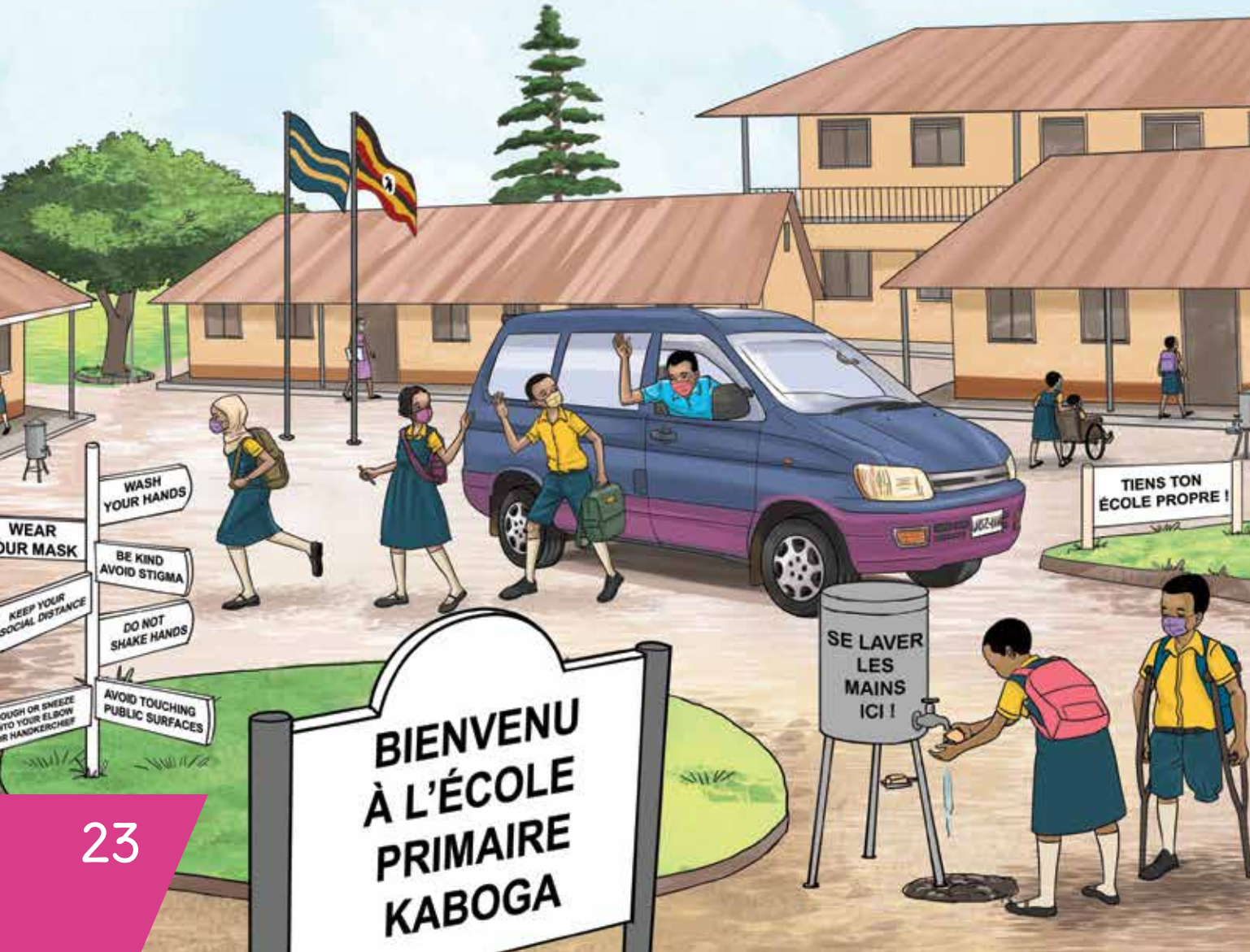




La compassion réduit la peur et la stigmatisation

Apprendre et partager la résilience par les histoires d'enfants

Six mois après la fermeture des écoles, monsieur Kego déposa les enfants à l'école primaire de Kaboga tôt le matin. À l'entrée de l'école et sur le terrain de rassemblement, des affiches rappelaient aux gens de porter des masques, de se laver les mains et de maintenir une distance sociale pour éviter la propagation de la COVID-19.



Le premier jour d'école était venteux et froid, mais les enfants étaient surexcités de revenir après le confinement. Ils se saluent à coups de coude et se congratulent timidement. Alors qu'ils commençaient l'exercice du matin, ils se tinrent à quelques mètres les uns des autres.

Après avoir chanté l'hymne de l'école et dit la prière, l'enseignante, madame Akwi, leur souhaita la bienvenue à l'école et leur donna quelques informations de base sur la COVID-19 et sur la façon de se protéger. Elle leur demanda de se mettre par deux avec leurs camarades, de choisir des cartes et de cocher les bonnes cases.

Mariam, l'amie de Susan, étaient absente, elle n'avait donc personne avec qui former un groupe.

« Professeur, pourquoi Mariam n'est-elle pas venue à l'école aujourd'hui ? » demanda Susan.

L'enseignante lui expliqua que Mariam ne reviendrait pas à l'école. La famille de Mariam avait été gravement touchée par la COVID-19. Lorsque sa sœur était rentrée de l'internat, ils ne savait pas qu'elle avait le virus, le transmettant ainsi à la plupart des membres de la famille, y compris son père, sa mère et sa tante. Alors que les autres s'étaient rétablis, la mère de Mariam ne survécut pas.

« La sœur de Mariam devait se sentir tellement coupable d'avoir transmis le virus à sa famille », expliqua monsieur Abdu.

« Il n'y a pas de quoi avoir honte à contracter la COVID-19. Cependant, lorsque les gens culpabilisent une personne malade, c'est de la stigmatisation », dit madame Akwi.

« Comment pouvons-nous prévenir la stigmatisation des patients atteints de la COVID-19 ? » demanda Abdu.

« En diffusant les informations sur la COVID-19 au lieu de la psychose, et en étant gentil et en soutenant les patients et leurs familles », répondit madame Akwi.

Les enfants coururent en classe. Dans la classe de Mika, madame Akwi demanda aux enfants de dire comment la COVID-19 les avait affectés.

Alice commença. « J'ai vu la situation changer à la maison », dit-elle.

« Lorsque l'entreprise de mon père a fermé, nous ne pouvions plus nous permettre de manger de la bonne nourriture. L'attitude de mes parents avait également changé. Maintenant, ils sont en colère et se disputent tout le temps. »

Mika leva la main et ajouta : « J'ai vu aux informations que, dans les pays où les écoles restent fermées, certains enfants sont maltraités à la maison. »

« Oui, la violence domestique est élevée pendant la confinement », convint madame Akwi.

Elle expliqua que les parents devaient être tenus pour responsables. Certains parents étaient allés en prison, mais beaucoup d'enfants n'en parlaient à personne parce qu'ils avaient peur.

« C'est tellement triste. Les enfants devraient s'exprimer ! » dit Zara.

« J'ai une idée. Nous devons aider d'autres enfants à s'affirmer et à devenir plus résilients. »

« C'est une idée brillante », dit Alice. « Avez-vous entendu l'histoire d'Ayitte de la frontière de Busia ? Elle a surmonté la violence domestique et a aidé d'autres enfants de sa communauté, tant en Ouganda qu'au Kenya. »



Alice lut l'histoire d'Ayitte à la classe. Il était très intéressant de constater que, lorsque la cloche sonna, les enfants ne se dispersèrent pas immédiatement comme d'habitude. Au lieu de cela, ils attendirent qu'Alice terminât sa lecture, tout le monde était absorbé par l'histoire.



Le monde positif qui nous entoure

Les enfants restent engagés dans l'apprentissage

Lorsqu'ils rentraient de l'école, ils s'asseyaient autour de la table pour finir leurs devoirs et vérifier les notes dans leurs cahiers. Ce n'était pas facile, mais ils étaient plus que ravis d'avoir à nouveau des devoirs à faire.

Plus tard dans la soirée, Zara, Mika et Susan étaient assis à la table à manger et jouaient aux mots croisés sur le thème de la pandémie. Zara remplit les réponses tandis que Mika et Susan regardaient par-dessus ses épaules.

« Que vient faire le mot "danse" dans la pandémie ? » Susan demanda en montrant le mot.

« C'est un bon moyen de remonter le moral des gens pendant cette crise », répondit Zara.





Espoir pour l'avenir

Changer les mentalités pour maintenir l'espoir

Un samedi matin, la brise était froide et l'herbe mouillée par la pluie tombée pendant la nuit. La famille Kego était assise ensemble sur le porche. Les enfants regardaient monsieur Kego feuilleter le journal du samedi. Le titre de la première page était un article sur le vaccin contre la COVID-19.

« Mon oncle, peux-tu nous en dire plus sur le vaccin ? » demanda Zara.

« J'ai entendu le ministre de la Santé à la télévision dire que les vaccins réduisaient la propagation de la COVID-19 et rendaient les symptômes plus légers », dit Mika.



« Oh, oui, je me souviens que maman était très enthousiaste à propos du défi de la danse de *Jerusalema*, » dit Susan. « Peut-être que nous pouvons inventer notre propre défi en utilisant une danse traditionnelle ougandaise comme le *Maganda*, le *Ding Ding* et le *Runyege* ! »

Zara entonna une chanson qu'ils utiliseraient pour la danse : « Pour réaliser la force de mes rêves. Comme le monde nous donne ce qu'il a de meilleur, nous nous tiendrons debout, filles et garçons, levons-nous... ! »

Mika et Susan commencèrent à ébaucher des pas de danse, et bientôt, les adultes les rejoignirent, applaudissant et enregistrant une vidéo de leur performance. Une fois qu'ils avaient cessé de chanter et de danser, Susan prit une large feuille orange et l'étala sur la table. Elle commença à écrire.

« Qu'est-ce que tu écris, Susan ? » demanda Mika en regardant par-dessus ses épaules pour lire.

Susan leur demanda de trouver les bonnes choses qui se passaient dans le pays. La pandémie était effrayante, et beaucoup de choses avaient changé, mais il y avait beaucoup de bonnes choses autour d'eux. Monsieur et madame Kego contribuèrent à la liste jusqu'à ce que le journal fût rempli de récits positifs : les enfants étaient devenus plus actifs à la maison, et certains avaient créé des entreprises avec leurs parents. Les enseignants donnaient des cours en ligne, et certaines organisations fournissaient du matériel pédagogique aux enfants qui n'avaient pas accès à l'Internet.

Les trois enfants avaient accroché le papier au mur et pris une photo à l'aide du téléphone de monsieur Kego. Ce soir-là, à l'heure du coucher, toute la famille était heureuse et pleine d'espoir.

Monsieur Kego hochait la tête en signe d'accord, « Mika a raison ».

« Alors, pouvons-nous être vaccinés, papa ? » demanda Susan.

Monsieur Kego secoua la tête. « Pas encore. Le gouvernement essaie d'obtenir plus de vaccins pour les citoyens, mais les enfants de moins de 12 ans ne peuvent pas encore en recevoir », dit-il. « C'est pourquoi vous devez être prudents et respecter les procédures opérationnelles standard (POS) pour rester en sécurité », dit monsieur Kego.

« Et quelles sont les POS, les enfants ? » demanda madame Kego.

À l'unisson, les trois enfants chantèrent : « Lavez vos mains, portez votre masque et gardez une distance sociale. »

« Mais mon oncle, les vaccins sont-ils sans danger ? » demanda Zara, les sourcils froncés par l'inquiétude.

« Oui, Zara », répondit monsieur Kego. « Les scientifiques qui ont mis au point ces vaccins ont travaillé en coulisse sur des vaccins similaires pendant de nombreuses années. Les vaccins sont sûrs. »

« Tu es vacciné, papa ? » demanda Mika.

« Oui », répondit monsieur Kego.

« Et maman ? » demanda Mika.

« Pas encore. Le médecin lui a conseillé d'attendre quelques mois après avoir contracté le virus. C'est pour s'assurer que le vaccin fonctionne correctement. »

Monsieur Kego feuilleta la dernière page du journal où il avait vu un questionnaire pour enfants. « Tenez, prenez des crayons et du papier. Il y a ici quelques questions sur la vaccination. Je voudrais voir si vous connaissez les réponses », dit monsieur Kego.

Ils commencèrent à écrire pendant que monsieur Kego lisait les questions. Finalement, après dix questions, ils partagèrent leurs réponses.

Zara taquina Mika, qui avait obtenu sept bonnes réponses sur les dix questions. Susan, la plus jeune sœur, connaissait peu de choses sur les vaccinations, mais monsieur Kego avait promis d'en dire plus lorsqu'ils rentreraient à la maison le soir après les courses.

Avec de nouvelles connaissances sur les vaccins, les enfants sautèrent avec enthousiasme dans la voiture pour aller à la librairie. Zara sauta sur le siège avant. Susan fronça les sourcils car Zara avait pris sa place habituelle dans la voiture.

Monsieur Kego vit le froncement de sourcils de Susan et lui dit qu'on ne pouvait pas toujours avoir ce qu'on voulait dans la vie. Les enfants devraient être reconnaissants d'aller à l'école en voiture, alors que beaucoup d'autres y allaient à pied.



Notre force – Plus forts ensemble

Construire notre propre avenir

La nouvelle semaine avait commencé avec beaucoup d'excitation. À l'école, Zara et Mika avaient partagé avec leur professeur leur idée d'aider d'autres enfants à rattraper leur retard scolaire. Elles avaient prévu de rassembler du matériel scolaire pour les enfants qui n'y avaient pas accès.

« Quelle bonne idée ! », déclara l'enseignante Akwi. Elle les encouragea à travailler ensemble pour en faire leur projet scolaire d'apprentissage pour les célébrations de fin de trimestre.

Au cours des mois suivants, les enfants formèrent un club « *Let Children of Uganda Learn*⁴ ! » Les enfants travaillèrent ensemble pour élaborer des récits et un livre de contes afin d'aider d'autres enfants à faire face à la pandémie. Ils rassemblèrent également du matériel didactique et des livres de seconde main pour les distribuer aux enfants du pays. D'autres commencèrent à fabriquer des masques à partir de matériaux locaux. Le parquet de la classe était encombré de papiers.

Après deux heures de travail, les enfants étaient épuisés mais heureux de l'avancement de leur projet.

« Ça alors, c'est tellement beau ! Regardez ce que nous avons créé. Tout est bien sorti », dit Zara avec enthousiasme, puis elle bâilla.



Mika étira ses mains. Elles étaient endolories à cause de tout le travail de découpage et d'écriture. Lorsque les enfants commencèrent à faire leurs bagages et à nettoyer, elles n'étaient pas conscientes de ce qu'ils avaient accompli en travaillant ensemble.

« C'est ce qu'on appelle l'esprit *Ubuntu*, un mot sud-africain. Il signifie « Je suis parce que nous sommes ». Voyez tout ce que nous avons accompli en équipe ! », déclara l'enseignant Akwi.

« Cela ressemble au mot *Obuuntu* en Luganda, n'est-ce pas ? » demanda Zara.

L'enseignant Akwi approuva l'observation de Zara et dit aux enfants de connaître l'importance de travailler ensemble pour construire leurs familles et leurs communautés.



Leur excitation grandissait à mesure que le jour approchait. Enfin, le grand jour, Zara, Mika et Susan s'étaient réveillés tôt le matin. C'était avec enthousiasme qu'elles se rendirent à l'école. Elles chargèrent leurs boîtes de livres de récits, de masques et de matériel scolaire dans la petite camionnette bleue de monsieur Kego.

Monsieur Kego, Mika, Zara et Susan livrèrent les boîtes à un centre pour enfants à Katwe et Nateete. Les enfants étaient si heureux de recevoir les cadeaux qu'ils dansèrent et chantèrent.

De l'autre côté de la ville, Alice et ses parents déposèrent des boîtes à Nakawa. Abdu et ses parents livrèrent des boîtes aux enfants de Kawempe.



Lorsque les enfants arrivèrent à l'école, l'aspect était différent. L'enceinte de l'école était remplie de voitures et de *boda boda*⁵ qui déchargeaient des sacs et des cartons. Certains enfants avaient apporté la touche finale à la décoration de la tente en ajoutant des rubans, des pots et des fleurs.

Ce fut un moment passionnant pour les enfants. Les enfants savaient qu'ils pouvaient individuellement faire la différence, mais que l'impact serait plus considérable en travaillant ensemble.



La cloche sonna, et les enfants se rassemblèrent dans l'auditorium principal pour commencer les célébrations du jour de l'école. Les parents, les enseignants et les enfants regardèrent les spectacles. Mika était le maître de cérémonie pour la journée. Il souhaita la bienvenue au public et annonça qu'ils avaient fourni du matériel pédagogique à sept mille enfants à travers le pays. A cette nouvelle, le public applaudit à tout rompre.

Mika présenta le premier acte. Susan dirigea le défilé de mode, suivie par Zara, Alice, Abdu, Justin et les autres enfants. Les enfants présentèrent une sélection de mode ougandaise et africaine avec des sacs et bijoux. La foule applaudit à la démarche aguichante et drôle des enfants qui défilaient. Ce fut un moment aussi agréable qu'inoubliable.





Lève-toi et brille !

Récompense et reconnaissance au Parlement et aux Nations Unies

Le projet scolaire « *Let Children of Uganda Learn* » est présenté à la télévision, à la radio et dans les journaux. Zara et Mika avaient été invités à présenter leur projet au Parlement ougandais afin d'encourager d'autres enfants à s'engager dans le service communautaire.

Le 9 juin, consacré jour des héros en Ouganda, Zara et Mika étaient anxieux et pressés de passer les contrôles de sécurité et de recevoir leur laissez-passer pour le Parlement. Après leur présentation, Zara et Mika furent ovationnés. Ensuite, le président du Parlement leur remit des médailles pour leur héroïsme, leur service et leur contribution à l'éducation des enfants. Les médailles étaient de grands disques métalliques qui pendaient fièrement autour de leur cou sur des rubans.

Un an plus tard, Zara et Mika furent invités à l'Assemblée Générale des Nations Unies, qui se tient en septembre au siège de l'ONU à New York, aux États-Unis.

Depuis leur maison de Nkumba, les enfants avaient toujours admiré les avions lorsqu'ils atterrissaient à l'aéroport d'Entebbe. Le rêve de Mika était de devenir pilote et de piloter des avions en partance ou à destination de cet aéroport.

La nuit précédant leur voyage, Mika et Zara n'arrivaient pas à dormir. Ils pensaient à leur première expérience en avion. Le lendemain, elles étaient toutes excitées à l'embarquement avec monsieur Kego.

Zara sourit en attachant sa ceinture de sécurité. Elle regarda par le hublot et vit le lac Victoria s'éloigner tandis que l'avion s'élevait dans le ciel.



Lors de l'Assemblée générale des Nations unies, les enfants Ougandais étaient sous les feux de la rampe pour leur présentation devant les dirigeants du monde entier. Il y avait beaucoup de monde dans la salle de conférence. Certaines personnes regardaient en ligne depuis leur pays.

Zara interpréta un poème qui encourageait les enfants à savoir qui ils étaient, à croire en eux, à rêver en grand et à avoir de l'espoir pour l'avenir :

« Lève-toi et brille avec confiance
Quand ta voix a besoin d'être entendue,
Car elle contient les graines d'espoir
Et en elle, tu t'épanouiras avec courage
Et prends tout défi
Comme un simple pas vers la croissance !
Tu te lèveras comme le soleil
Tu brilleras en toutes saisons
Car il n'y a ni raison
Ni saison pour les étoiles spéciales comme toi.
Lève-toi et brille
Avec constance, persistance et résilience ! »

Ensuite, Mika présenta avec confiance son discours de clôture. « Nous sommes les leaders d'aujourd'hui. Nous, les enfants africains, devons travailler ensemble et parler d'une même voix. Promettons de nous engager à servir et à mener le changement dans nos communautés. Sortons avec confiance et rendons notre continent fier. Nous sommes la génération que le monde attend. Souvenez-vous, si vous marchez seul, vous allez vite. Si nous marchons ensemble, nous irons loin. »





Aux actes – la décision nous appartient!

Les enfants s'engagent à mener le changement

La veille de leur départ, Zara, Mika et les autres enfants s'étaient retrouvés devant le bâtiment des Nations Unies pour prendre des photos. Ils avaient pris soin de se laver les mains, de porter des masques et de garder une distance sociale.

Mika mit au défi les enfants réunis du monde entier de répondre à cette énigme :

« Il y avait trois oiseaux sur un fil électrique ; deux ont décidé de s'envoler. Combien d'oiseaux sont restés ? »

Les enfants avaient des réponses et des raisons différentes, mais la réponse simple était la suivante : « Tous les oiseaux sont restés. Les deux oiseaux ont décidé de s'envoler mais n'ont pas agi. Ils avaient une bonne idée mais n'ont rien fait. »

La leçon clé pour aujourd'hui et pour l'avenir est la suivante : Agissons ! Ne nous contentons pas d'y penser, allons-y! Faisons partie du changement ; prenons la parole et exprimons-nous ! Notre voix et notre histoire comptent.

Et enfin, croyons toujours en nous, continuons à rêver, ayons une attitude positive et travaillons avec les autres ! Soyons le meilleur dans tout ce que nous faisons !



« **Si tu marches seul, tu iras vite ; si tu marches avec d'autres, tu iras loin.** »

Proverbe africain

FIN



HISTOIRES POUR ENTANTS :

- Espoir
- Courage
- Gratitude
- Résilience
- Passer à l'action
- Entrepreneurial

1 Pro-activité.

Faire face à la COVID-19 dans la famille.

Hannat Namaggala habite dans le district de Wakiso. La COVID-19 a beaucoup affecté la famille d'Hannat, tuant de nombreux amis et membres de la famille. Lorsque sa mère a contracté le coronavirus, les enfants ont pris le relais. À 12 ans, elle a encouragé sa sœur à s'occuper de leur mère. Ils ont cuisiné, nettoyé la maison et accompagné leur mère à l'hôpital pour qu'elle y soit soignée jusqu'à son rétablissement complet.

Cette expérience a appris à la famille à travailler ensemble et à valoriser les personnes qui l'entourent. La famille continue à collecter et à donner de la nourriture aux familles en difficulté dans leur communauté. La famille a également appris à économiser de l'argent pour les imprévus et l'avenir.

Le message d'Hannat aux autres enfants est de garder espoir en l'avenir. Elle sait que le fait de s'engager à porter un masque, à se laver les mains et à prendre ses distances sociales les a empêchés de contracter la COVID-19. Elle encourage les autres enfants à s'engager à respecter les procédures opérationnelles standard (POS) lorsqu'ils retourneront à l'école.

Pro-activité

2 Jeunes entrepreneurs.

J'ai décidé de devenir un créateur d'emplois.

À 12 ans, Eryn Kembabazi, résident à Kyera dans le district de Mbarara est devenue entrepreneure. Le courage et la créativité d'Eryn l'ont aidée à traverser les mois difficiles quand les écoles étaient fermées en Ouganda. Ses parents lui ont appris à planter des épinards et des poivrons verts. Sa tante lui a donné des poussins de quatre semaines, ce qui a marqué le début de son aventure dans l'aviculture. Quand les poussins ont grandi et ont pondu des œufs, elle les a vendus et a gardé ses bénéfices.

La visite de sa grand-mère dans le village de Bushenyi a donné à Eryn l'occasion d'apprendre de nouvelles techniques de tressage de paniers, qu'elle a vendus dans sa communauté. Eryn a maîtrisé le tressage de paniers, et elle a appris à ses voisins et amis à tresser des paniers. C'était amusant de partager son savoir-faire avec d'autres enfants de la communauté.

Le plus grand défi d'Eryn est le manque de tâches scolaires valorisantes pendant le confinement. Bien décidée à poursuivre son apprentissage, elle a étudié à partir de la télévision et la radio car elle ne pouvait pas accéder aux cours en ligne comme les autres enfants.

Elle encourage les enfants à acquérir des compétences de vie et des activités génératrices de revenus pour éviter l'oisiveté. Elle encourage également les parents à acheter du matériel de lecture adéquat que les enfants pourront utiliser à la maison pour continuer à apprendre.

3 Continue à y croire !

Vendre de la canne à sucre pour acheter des serviettes hygiéniques.

Avant la COVID-19, Stella Nekesa (13 ans) avait l'habitude de recevoir des serviettes hygiéniques de l'école dans le district de Kyegegwa. Avec la fermeture de l'école, elle n'avait plus accès à des serviettes hygiéniques pendant ses périodes de menstruation. Sa mère l'a encouragée à vendre la canne à sucre de leur jardin aux habitants du camp de réfugiés de Kyaka. L'argent de ce petit commerce leur a permis, elle et ses sœurs, d'acheter des serviettes hygiéniques.

Vivant dans une communauté de réfugiés, Stella connaît les dangers auxquels sont confrontés les garçons et les filles. Elle encourage les enfants à rester en sécurité en évitant de se promener dehors la nuit tombée, ce qui leur évite d'être la cible de personnages peu recommandables.

Le rêve de Stella est de devenir médecin pédiatre pour soigner les enfants des camps de réfugiés qui n'ont pas accès à des soins de santé appropriés. Chaque jour, après avoir aidé ses parents dans les tâches ménagères, elle lit ses livres avant la tombée de la nuit à la maison où ils n'ont pas d'électricité. Elle a hâte que les écoles rouvrent leurs portes pour poursuivre son éducation.

4 Agir au sein de la communauté.

Faire des dons aux autres.

À 11 ans Rahma Kamulegeya de Namugongo à Kampala n'a jamais su à quel point elle était privilégiée jusqu'à la pandémie COVID-19. En juin 2020, tout a changé lorsque son école a commencé les cours en ligne. À la maison, ils avaient quatre ordinateurs pour elle et ses frères et sœurs. Cependant, certains de ses amis n'ont pas participé aux cours en ligne car leurs parents ne pouvaient pas payer les frais de scolarité, les ordinateurs et Internet. Quand la COVID-19 a commencé, elle était en quatrième. Elle est maintenant en troisième, mais beaucoup de ses amis sont encore en quatrième parce qu'ils n'ont pas suivi les cours en ligne.

Bien que ses amis lui manquent, le fait d'être à la maison lui a appris beaucoup de choses. Elle étudie en ligne les enseignements coraniques et islamiques, ce qui a renforcé sa religion. Elle a également appris à nettoyer la maison et adore faire la cuisine avec sa maman. Elle apprécie ce qu'il faut pour faire les tâches ménagères et sait que c'est son devoir en tant qu'enfant.

Rahma se soucie des autres enfants; sa famille collecte des articles usagés comme des chaussures, des vêtements et des livres et en fait don. Lorsque l'école ouvrira, elle prévoit d'encourager les autres enfants à commencer à donner les objets qui ne servent plus.

AGIR

5 Résilience et espoir.

La COVID 19 a laissé son père sans emploi.

Le père de Joel Jakisa était enseignant dans une école privée dans le district de Tororo. Quand les écoles ont fermé, il a perdu son emploi, et sa source de revenus a été interrompue pendant deux ans. Le statut social et économique de la famille a changé, et ils ne pouvaient pas se permettre de bons repas comme la viande, le poisson et le poulet. La famille a donc changé d'avis et s'est tournée vers l'agriculture comme source de revenus. Ils ont travaillé dur, ont planté du maïs, du manioc et du soja et les ont vendus.

Lorsque les écoles ont fermé, Joel, 13 ans, était candidat au test national en septième année primaire. Cependant, il n'a jamais renoncé à son éducation. Il a continué à apprendre à la maison, a révisé ses leçons et a obtenu la meilleure note.

Joel s'inquiète de devoir payer les frais de scolarité pour aller à l'école secondaire lorsque celle-ci ouvrira. La famille s'est engagée à économiser l'argent des récoltes pour permettre aux enfants de retourner à l'école. Joel reste optimiste, sachant que chaque tempête passe. Il est déterminé à obtenir une éducation de qualité pour rendre sa famille fière.

Résilience

6 La créativité permet aux enfants de rester positifs.

La poésie ouvre des horizons.

Dans le district de Kampala, à 12 ans, Mathew Gerald Mugerwa, comme tant d'enfants dans le pays, est dérouté par la pandémie COVID-19, les écoles étant fermées depuis mars 2020. Au début du confinement, Mathew se sentait désespéré sans ses amis et ses professeurs et pensait que ses rêves étaient brisés.

L'école était une importante source de connaissances pour Mathew. Pourtant, sans l'école, il a mobilisé sa force intérieure et son imagination pour trouver le courage de se lancer avec confiance dans un avenir inconnu. Malgré l'impact de la pandémie, il s'est lancé dans une belle aventure pour découvrir le poète en lui en suivant les célèbres paroles d'Albert Einstein : « La véritable marque d'intelligence n'est pas la connaissance mais l'imagination. »

Au fil des mois, Mathew a écrit plus de vingt poèmes exprimant ses craintes et ses rêves pour l'avenir. La poésie est devenue son espace sacré où il se retranche pour se protéger des angoisses suscitées par les décès dus à la COVID-19, des incertitudes liées au retour à l'école et du fait de ne pas avoir assez à manger. Il s'est engagé à contribuer à un discours africain alternatif en écrivant et en partageant ses expériences avec d'autres enfants.

CRÉATIVITÉ

7 Rester positif à travers la lecture.

Dans toute situation, trouve quelque chose de positif !

Pendant le confinement, Shalom Efata a découvert qu'elle aimait lire. À 13 ans, son amour pour les livres l'a aidée à surmonter l'isolement et les incertitudes liées à l'absence de l'école. Sa mère lui a donné différents livres, comme « *Rich Dad, Poor Dad* » de Robert Kiyosaki et Sharon Leichter. Ce livre l'a encouragée à devenir un entrepreneur dès son plus jeune âge. Quand ses parents et ses amis lui ont donné de l'argent en cadeau pour avoir excellé à ses examens de fin d'études primaires, elle l'a investi dans son entreprise de crochetage au sein de sa communauté dans le district de Masaka.

Shalom a lu « *Adapt or Die* » de Peter Abesiga, qui l'a encouragée à se fixer des objectifs pour son éducation et sa future profession. Ainsi, elle est devenue optimiste face à l'échec en apprenant à grandir et à s'améliorer à partir de ses erreurs. Pendant le confinement, elle a appris à mieux se connaître pour améliorer ses compétences et son attitude face à la vie. En ces temps difficiles, son message aux autres enfants est de trouver quelque chose de positif dans chaque situation et de faire confiance à Dieu, source de la sagesse.

ESPRIT POSITIF

8 Le parcours de l'entrepreneuriat.

L'agriculture et l'apprentissage de nouvelles langues.

Esther Elizabeth Bugosera s'ennuyait et était désœuvrée pendant les premiers jours du confinement, n'ayant pas grand-chose à faire chez elle à Mukono. Elle est donc allée s'installer sur le lieu de travail de sa mère, à l'école de formation des enseignants du primaire de Kapchorwa, dans l'est de l'Ouganda.

Esther a commencé à faire de la polyculture et de l'horticulture dans les sols fertiles de Kapchorwa. Elle a appris à labourer, à cultiver et à s'occuper des choux, des tomates, des bananes, des pommes de terre, du maïs et des oignons. Elle a également appris à garder les vaches, les chèvres et les dindes. Elle a commencé à traire une vache et a obtenu du lait à vendre.

À 11 ans, grâce à son esprit créatif et curieux, Esther a appris couramment deux langues parlées dans la communauté - le Kupsabiny et le Kiswahili. Elle s'est également intéressée au tourisme local et a visité les chutes et les grottes de Sipi. Ces aventures lui ont fait apprécier l'environnement et les communautés qui l'entourent.

Bien qu'elle n'ait pas d'ordinateur et que l'Internet soit de mauvaise qualité, elle est déterminée à poursuivre son apprentissage en ligne en utilisant le téléphone portable de sa mère, qu'elle partage avec son frère.

ENTREPRENEUR

9 Engagement de la communauté.

Le retour à l'école est un privilège pour les enfants réfugiés.

Mariam Ukuna est une réfugiée congolaise qui vit avec ses parents, ses frères et ses sœurs dans le camp de réfugiés de Kyaka II en Ouganda. Depuis la fermeture des écoles en mars 2020, sa vie n'a pas changé. Les enfants des communautés de réfugiés dépendent des enseignants pour être encadrés. Mariam, âgée de 12 ans, ne pouvait pas avoir accès au savon et aux serviettes hygiéniques qu'elle avait l'habitude de recevoir de l'école. Bien que l'école et les visites à ses proches dans d'autres villages lui aient manqué, elle est restée forte.

L'une de ses camarades de classe a attrapé la COVID-19, ce qui l'a sensibilisée aux POS. Elle reste à la maison, et quand ses parents l'envoient au magasin, elle porte un masque et maintient la distanciation sociale. Lorsqu'elle rentre à la maison, elle se lave très bien les mains. Elle encourage également ses frères et sœurs et ses parents à rester en sécurité.

Le fait d'être à la maison lui a appris à apprécier et à accomplir les tâches ménagères. Elle balaie l'enceinte et s'occupe de ses jeunes sœurs. Elle a également appris à tresser des paniers pour son usage personnel et prévoit de renforcer ses compétences pour fabriquer des paniers à vendre dans la communauté des réfugiés. Mariam encourage ses amis à continuer à apprendre en utilisant les livres disponibles et à retourner à l'école dès la reprise.

Communauté

10 Gratitude et Résilience.

Les parents ont perdu leur emploi mais la famille est restée soudée.

La vie est devenue difficile pour Mary Immaculate Oyella, âgée de 13 ans, depuis le premier confinement en mars 2020. La mère de Mary était enseignante à l'école secondaire Pape Paul VI d'Anaka, dans le district de Nwoya. Quand la mère et le père de Mary perdirent leurs emplois, tout changea radicalement. Son père ouvrit un petit magasin dans la ville de Gulu pour continuer à s'occuper de la famille.

Mary a passé du temps avec sa mère à la maison où elle a appris à labourer, à nettoyer la maison et à cuisiner des plats acholis. Le fait d'être avec sa mère a fait d'elle une fille responsable. Mary et ses deux sœurs ont fabriqué un robinet à la maison en utilisant des sacs en polyéthylène, un jerrycan de cinq litres et une bouteille d'eau. La famille se lave continuellement les mains au savon pour lutter contre le coronavirus. Cette innovation a servi d'excellent exemple aux autres familles du village qui ont installé des zones de lavage des mains dans leurs enceintes en utilisant des matériaux locaux afin de préserver la sécurité et l'hygiène.

Bien que Mary soit encore en sixième primaire, la classe qu'elle fréquentait il y a deux ans, elle est ravie de retourner à l'école. Sa famille reste positive et déterminée.

Gratitude

11 Gagner de l'argent est une source d'inspiration.

Acquérir de nouvelles compétences pour gagner de l'argent.

La COVID-19 a donné de nombreuses leçons aux enfants et leur a fait prendre conscience de son impact social dans leur pays. Ils entendent des nouvelles d'adolescentes forcées à des mariages précoces ou violées pour devenir des enfants-mères.

Daniela Owomuhendo, 14 ans est l'un des rares enfants ougandais dont les parents ont pu se permettre d'acheter des ordinateurs pour suivre des cours à domicile et étudier en ligne. Pendant le confinement, elle a acquis de nombreuses compétences pour gagner de l'argent en fabriquant et en vendant des tapis de sortie de lit et des paillasons. Elle a également commencé à préparer des snacks - beignets, mandazi et des samosas - que sa mère aide à vendre dans son salon de coiffure dans le district de Kampala. Elle a gardé ses gains dans une tirelire avec le grand rêve d'ouvrir une grande confiserie pour gagner plus d'argent.

Daniela a un esprit créatif. Elle a écrit des articles dans les magazines pour enfants Rainbow et Toto afin de sensibiliser les autres enfants à la prévention contre la COVID-19. Elle est enthousiaste à l'idée de faire la différence dans son pays grâce aux millions d'enfants que ces magazines touchent.

INSPIRATION



Activités, Jeux, Chansons et Poèmes

Ces activités vous aideront à comprendre et à vous souvenir des informations cruciales sur la COVID-19. Vous pouvez faire les exercices seuls ou avec d'autres enfants pour en apprendre davantage. N'oubliez pas de les écrire.

« L'encre la plus fine est supérieure
à la mémoire la plus riche. »
Proverbe Chinois



Activité 1: Fleuve de vie – Toute tempête passe

Cette activité aidera les enfants à réfléchir sur la ou les deux dernières années et à faire le point sur les événements négatifs et les faits positifs constatés. Il est essentiel d'aider les enfants à ne pas se concentrer sur les difficultés mais à veiller aux leçons apprises.

Instructions destinées aux enseignants :

- Guider les enfants à travers les trois questions suivantes, les encourager à être sincères et ouverts d'esprit.
- Les enfants peuvent utiliser des mots, des images, des chansons ou des poèmes pour s'exprimer.
- Encourager les enfants à partager leurs réponses s'ils se sentent suffisamment à l'aise.

Matériel nécessaire : Stylo, crayon, marqueurs, papier ou livre.



Questions :

1. En réfléchissant sur l'histoire de Zara et Mika, quelle tempête avez-vous traversée au cours des deux dernières années, surtout en étant hors de l'école ?
2. Comment avez-vous réussi à relever les défis ?
3. Quelles leçons tirez-vous de votre vie, de votre famille et de votre communauté ?



Activité 2: Gratitude et rédaction d'un journal intime

Cette activité aidera les enfants à réfléchir sur les éléments positifs qu'ils ont dans leur famille et leur communauté. Les enfants apprendront également à tenir un journal, c'est-à-dire à écrire leurs pensées et leurs idées. En écrivant des choses, ils libéreront leur esprit des pensées négatives et, en même temps, renforceront leurs idées et leurs rêves. Une fois qu'ils auront maîtrisé l'art d'écrire les choses pour lesquelles ils sont reconnaissants, leur état d'esprit se tournera vers ce qui est bon autour d'eux pour voir les possibilités futures.

Instructions pour les enseignants :

- Demander aux enfants de prendre un moment et de penser à dix choses pour lesquelles ils sont reconnaissants.
- Ils doivent en prendre quelques notes ou les écrire dans un cahier d'exercices. Les enfants doivent être encouragés à faire cette activité chaque soir avant d'aller se coucher.
- Le jour suivant, ils devraient partager leur gratitude avec d'autres enfants pour voir ce qu'ils ont en commun.
- L'enseignant doit guider les enfants dans l'élaboration d'une liste de remerciements pour la classe. Pour s'entraîner, les enfants peuvent réciter cette liste chaque matin avant le cours.



Activité 3: Qui je suis ?

Cette activité aidera les enfants à découvrir des mots positifs qu'ils peuvent utiliser pour se décrire. Lorsque les enfants le font régulièrement, leur esprit change quotidiennement et ils acquièrent la confiance en sachant qui ils sont, et cessent de se voir à travers le regard et les dires des autres.

Instructions :

- Chaque matin, un enfant doit se regarder dans un miroir et se demander : « Qui suis-je ? » Et s'il n'a pas de miroir, il devra s'imaginer en train de se regarder dans un miroir. En outre, les enfants doivent se souvenir d'utiliser des mots positifs pour se décrire.
- L'enseignant doit encourager les enfants à se référer à la façon dont Mika et ses amis ont, dans ce récit, réalisé l'affirmation de leur personnalité en disant « Qui suis-je ? »



Activité 4: Hop, Jeu de l'espoir

Ce jeu aide les enfants à rêver en grand, à se fixer des objectifs et leur donne de l'espoir pour l'avenir. C'est pourquoi on appelle ce jeu Saut d'Espoir.

Instruction :

- Les enfants doivent dessiner six cases sur le sol et commencer à jouer au jeu Saut de l'Espoir en utilisant une craie ou un fusain. Chaque enfant saute cinq fois sur une jambe, puis atterrit sur deux jambes. Lorsqu'ils atterrissent, ils disent ce qu'ils deviendront quand ils seront grands et donnent une bonne raison pour cela. Faire en sorte que cela semble naturel et amusant.

Voir les exemples ci-dessous :

Hop, hop, hop, hop, hop, je suis un docteur, et je sauve des vies.

Hop, hop, hop, hop, hop, je suis journaliste, et je diffuse des histoires positives.

Hop, hop, hop, hop, hop, je suis pilote, et j'aide les gens à se déplacer.

Hop, hop, hop, hop, hop, je suis une mère, et je prends grands soins de beaux enfants.

Hop, hop, hop, hop, hop, je suis un agent de police, et je maintiens l'ordre.

Hop, hop, hop, hop, hop, je suis un grand créateur de mode Ougandais, et je promeus la culture africaine dans le monde entier.



Activité 5: Mots cachés

Cette activité va aider les enfants à apprendre davantage de mots sur la COVID-19. C'est une façon amusante d'élargir leur vocabulaire et d'aiguiser leur soif de connaissances.

Instruction : Les enfants doivent aller à la chasse aux mots et trouver 15 à 20 mots liés à la COVID-19. Il peut s'agir de faits, gestes, actions ou instruments liés à la prévention et au traitement du virus ou à la gestion de la crise.

A	C	O	V	I	D	1	9	O	V	I	R	U	S	O	M
C	O	X	G	Y	E	N	R	N	N	N	S	L	I	V	E
N	Y	C	A	O	M	E	D	I	C	I	N	E	O	I	N
Q	L	O	C	K	D	O	W	N	A	X	E	D	C	R	T
L	E	R	O	D	I	C	O	V	I	D	E	X	O	U	A
O	D	O	V	E	S	A	N	I	T	I	Z	E	R	S	L
C	M	N	I	D	T	Q	W	E	N	T	E	P	O	T	A
K	E	A	D	O	A	Z	O	O	M	G	L	U	N	O	T
D	D	O	I	K	N	C	B	N	U	I	V	J	A	B	S
O	I	E	S	O	C	I	A	L	S	N	I	Q	X	B	S
W	C	D	C	A	E	J	B	I	V	G	T	O	H	O	P
N	I	O	H	E	A	L	A	N	M	E	A	L	O	O	R
E	N	C	O	V	I	D	W	E	A	R	M	A	S	K	A
L	E	T	O	A	A	I	I	M	X	S	I	E	P	S	Y
E	S	O	K	C	S	S	T	E	A	M	N	O	I	O	E
A	X	R	K	C	D	T	O	L	O	M	I	N	T	R	R
F	A	S	T	I	F	A	B	E	D	O	A	S	A	L	T
Z	O	O	M	N	G	N	I	M	M	U	N	E	L	N	L
I	M	O	X	E	H	C	L	O	V	E	S	A	S	E	A
L	N	B	C	S	J	E	O	N	U	R	S	E	O	Q	N
T	V	I	T	A	M	I	N	S	Y	E	O	W	E	N	T





Activité 6: Des choses positives se produisent

Les enfants vivent des expériences différentes dans leur vie et dans leur communauté. Cette activité permettra aux enfants de penser aux choses positives qui les entourent. La liste ci-dessous représente des certaines de choses positives qui se passent dans nos familles et notre pays malgré l'impact du virus.

Instruction : Lire la liste et proposer dix choses qu'on voit ou entend dans sa famille ou sa communauté. Les enfants doivent faire preuve d'une grande ouverture d'esprit et réfléchir aux aspects positifs de la situation.

Des choses positives se produisent

1 Esprit d'initiative

Les enfants sont devenus plus actifs à la maison et dans leurs communautés.

2 Entrepreneuriat

Les enfants et les parents produisent des désinfectants et des masques. Certains font des livraisons à domicile des produits de supermarchés, de restaurants et de pharmacies.

3 Apprentissage

Les enseignants dispensent des cours en ligne et d'autres médias; les ONG et le secteur privé distribuent du matériel de lecture et d'apprentissage aux communautés qui n'ont pas accès à l'internet.

4 Social

Il y a plus de temps en famille. Certaines personnes font régulièrement de l'exercice physique et améliorent ainsi leur bien-être personnel, en mangeant aussi des fruits et des légumes.

5 Réseaux sociaux

Les gens partagent des informations essentielles sur les médias sociaux, notamment en parlant de la santé mentale et en priant les uns pour les autres.

6 Education

Les enfants travaillent plus dur pour rattraper le temps perdu et exceller aux examens.



Activité 7: Questions et réponses sur le vaccin contre la COVID-19

Il y a tant de confusion et de désinformation au sujet du vaccin contre la COVID-19. Cette activité donne aux enfants des informations essentielles sur le vaccin. Il s'agit d'informations fiables provenant des Centres Africains de Contrôle et de Prévention des Maladies (versions africaines du CDC américain).

Instruction :

- L'enseignant demande aux enfants de prendre une feuille et un stylo et de noter les informations essentielles sur les vaccins et la vaccination en Ouganda. Les enfants doivent partager ces informations avec leurs familles et leurs amis afin de les sensibiliser davantage.

Q1. Comment fonctionnent les vaccins ?

R1. Les vaccins trompent votre organisme en lui faisant croire qu'il a été infecté par un virus, ce qui l'incite à développer une réaction immunitaire contre le virus lui-même.

Q2. Le vaccin est-il sans danger ?

R2. Les vaccins sont sûrs, n'ont pas d'effets secondaires graves et protègent contre le virus de la COVID-19. Les effets secondaires sont légers et peuvent inclure des symptômes de type grippal de courte durée, comme une légère fièvre, des douleurs musculaires et de la fatigue.

Q3. Qui devrait être vaccin en priorité ?

R3. Les prestataires de soins de santé sont prioritaires afin de les protéger et prévenir une éventuelle transmission à leurs patients. Les autres personnes concernées sont les personnes âgées et les personnes souffrant de maladies comme le diabète. De même, certains personnels essentiels, comme les enseignants et les personnes travaillant dans le secteur des services, comme les banques, sont prioritaires.

Q4. Les vaccins sont-ils disponibles dans tout le pays ?

R4. Les vaccins sont disponibles dans tout le pays, mais comme il n'y a pas assez de doses disponibles, tout le monde ne peut pas être vacciné pour le moment. L'objectif est de produire suffisamment de doses du vaccin pour tous ceux qui en ont besoin.

Q5. Puis-je cesser de porter un masque après avoir été vaccin ?

R5. Il n'y a pas assez d'informations sur le moment où les gens peuvent cesser de porter des masques en toute sécurité. Il est possible que les personnes vaccinées soient protégées contre la maladie, mais elles peuvent quand même être infectées et transmettre le virus à d'autres personnes. Il est plus sûr de porter son masque en public et de maintenir la distance sociale et les autres protocoles de la COVID-19.

Pour plus d'informations, consultez <https://africacdc.org/download/questions-and-answers-on-covid-19-vaccine>



Activité 8: L'applaudissement collectif

Cette activité apprendra aux enfants à apprécier la valeur de la collaboration pour un meilleur impact.

Instructions :

- L'enseignant demande à une dizaine d'enfants de se lever. D'abord, ils applaudissent tous d'un doigt, puis de deux.
- Les enfants doivent constater que les dix enfants ont frappé des mains à l'unisson, mais que le son était faible. La force du battement collectif des mains augmente avec le nombre de doigts utilisés.





Activité 9: Le poème

Cette activité aidera les enfants à utiliser des mots positifs pour parler d'eux-mêmes par le biais d'une activité ludo-éducative.

Instruction : Les enfants peuvent le réciter seuls ou avec d'autres enfants et peuvent créer une compétition de récitation au sein de leur communauté pour voir qui fait le mieux. Faire en sorte que les enfants apprennent en s'amusant.

LÈVE-TOI ET BRILLE !

Je me lève et je brille
Comme le soleil
Je me lève et je brille et je crois en moi, car c'est la vraie richesse.
Quand les temps changent et que les choses deviennent difficiles,
Je prends une main et partage ma lumière,
Comme le soleil,
Je me lève et je brille.

Je me lève et je brille avec confiance,
Quand ma voix a besoin d'être entendue
Car les graines de l'espoir s'y trouvent,
Et en elle,
Je m'épanouirai avec courage
Et tout défi ne sera qu'un simple pas vers la croissance.

Je me lèverai
Comme le soleil,
Je brillerai à travers toutes les saisons
Car il n'y a aucune raison, aucune saison
Pour les étoiles spéciales comme moi.
Je brille vers mes rêves
Je prends en charge mon destin.
Utilisant le pouvoir de mes rêves pour allumer tant de bougies,
Je serai le meilleur dans tout ce que je ferai
Et je laisserai mes empreintes partout où j'irai.

Je me lève et je brille
Avec constance, persistance et résilience
Car le réconfort de l'espoir et de la réussite
Me permettra de rester déterminé
De toujours faire ce qui est juste et vrai
Pour moi,
Pour ceux que j'aime
Et ceux que je défends.

Je me lève et je brille
Avec ma famille et ma communauté.
Pour couvrir une plus grande distance
En marchant ensemble,
Je me lève pour travailler ensemble,
Pour suivre le chemin d'un gagnant,
Un fonceur, un battant.

Je brille pour diriger le changement.
Pour créer de nouvelles histoires africaines
Pour l'histoire et les récits des enfants africains.
Je brille pour diriger le changement
Pour être une personne d'honneur et d'intégrité,
Pour contribuer à faire de ce monde un endroit où il fait bon vivre.
Pour cette génération
Et la suivante,
Je me lève et je brille.

LÈVE-TOI
ET
BRILLE



Activité 10: Serment et engagement

Cette activité apprendra aux enfants à prendre des engagements fermes pour changer leur vie et diriger le changement dans leur communauté.

Instruction :

- L'enseignant doit aider les enfants à dresser une liste de trois actions qu'ils s'engagent individuellement à entreprendre pour eux-mêmes, leur famille et la communauté pour servir les autres au cours des trois prochains mois. Les enfants doivent partager leur engagement avec d'autres enfants, des amis, des parents ou des enseignants pour les aider à tenir leur engagement. À la fin de chaque mois, l'enseignant demande aux enfants de faire part de leurs progrès et annonce les noms des enfants qui ont pris des mesures concrètes pour respecter leurs engagements à l'échéance des trois mois.

Voici un exemple d'engagement :

Je m'engage à lire un livre de motivation chaque jour pendant trois mois.

Je sousigné..... m'engage à.....



Activité 11: Nouveaux mots et questions de réflexion

Instruction :

- Après avoir lu le livre d'histoires, les enfants doivent répondre aux questions suivantes :



1. Quels sont les nouveaux mots que vous avez appris grâce à l'histoire ?
2. Qu'ont fait Zara et Mika pour se lever et briller ?
3. Qui d'autre a été mentionné dans l'histoire ?
4. Quel est votre personnage préféré et pourquoi ?
5. Quelles sont les trois choses que vous avez apprises de cette histoire ?
6. En lisant l'histoire à haute voix, quelles parties du livre se rapportent à votre vie ?



Activité 12: Chanson

Instructions :

- Lis et écoute cette chanson, apprends-la.
- Chante-la quotidiennement pour t'inspirer à prendre en charge tes peurs et à rêver grand. Tu peux la chanter seul ou avec d'autres enfants.
- Crée un concours de chant au sein de ta communauté pour voir qui est le meilleur.
- Amuse-toi tout en apprenant.

La chanson Rising Star: La force du rêve

En chœur :

Je suis une étoile montante ; je suis extraordinaire
Je rêve, oh oui je rêve, je rêve parce que je suis une étoile
montante.

J'ai le courage... d'affronter mes peurs.

J'y arrive... pour les étoiles

À réaliser la force de mes rêves, la force de mes rêves.

Verset :

Quand nous croyons que nous pouvons y arriver

Découvrir ce que signifie vivre libre et se relever

Plus que ce que nous avons rêvé de l'intérieur

Au fond de chaque cœur, il y a une étincelle magique.

Qui illumine ton imagination en créant la grandeur

Pour réaliser la force du rêve, la force du rêve.

En chœur :

Je suis une étoile montante ; je suis extraordinaire
Je rêve, oh oui je rêve, je rêve parce que je suis une étoile
montante.

J'ai le courage... d'affronter mes peurs.

J'y arrive... pour les étoiles

À réaliser la force de mes rêves, la force de mes rêves.

Verset :

Comme le monde nous donne le meilleur de lui-même

Nous nous tiendrons debout

Filles, garçons, levez-vous

Vous êtes la génération... que le monde attendait.

Le monde ne sera jamais le même sans nous

Nous avons la force du rêve x2.

En chœur :

Je suis une étoile montante ; je suis extraordinaire
Je rêve, oh oui je rêve, je rêve parce que je suis une étoile
montante.

J'ai le courage... d'affronter mes peurs.

J'y arrive... pour les étoiles

À réaliser la force de mes rêves, la force de mes rêves.

Je suis une étoile montante ; je suis extraordinaire

Je rêve, oh oui je rêve, je rêve parce que je suis une étoile
montante.

J'ai le courage... d'affronter mes peurs.

J'y arrive... pour les étoiles

À réaliser la force de mes rêves, la force de mes rêves.



Activité 13: Réflexion et apprentissage

Instructions :

- L'enseignant doit inciter les enfants à lire les récits d'autres enfants. Chaque récit contient une leçon. Les enfants doivent y réfléchir et partager les leçons apprises.
- L'enseignant doit amener les enfants à répondre à ces quatre questions :



1. À quels récits vous identifiez-vous et pourquoi ?
2. Qu'apprenez-vous de ces récits ?
3. Quelles compétences les enfants ont-ils utilisées ?
4. Que pouvez-vous faire pour prendre votre vie en main et soutenir votre famille ou votre communauté ?

#ItsUpToUs

Zara & Mika

Acteurs de changements qualitatifs de leur communauté

Parole aux Enfants ! est un livre de contes contenant une collection de récits d'enfants partageant leurs perspectives et leurs expériences de vie pendant la pandémie COVID-19. Le livre fournit des outils essentiels qui permettent aux enfants de faire face, de créer, de jouer et de lire pour développer des compétences essentielles d'apprentissage social et émotionnel qui dureront toute la vie.

Ce livre permet aux enfants d'apprécier et d'apprendre, par des récits, le courage, la résilience, l'espoir et l'esprit d'entreprise d'autres enfants. Le livre est racontable et reflète les réalités de la vie des enfants. Les récits sont adaptés à la culture et mettent en évidence des communautés d'enfants marginalisés. Tel un viatique pour l'apprentissage, ce livre permet aux enfants de rester à l'école et de maîtriser la lecture durant leur scolarité.

Parole aux Enfants ! fournit des outils pratiques pour développer la résilience afin de faire face, de survivre et de s'épanouir. Le livre comprend des activités d'apprentissage basées sur des projets dans lesquels les enfants peuvent exercer leur esprit critique et leurs compétences en matière de résolution de problèmes à la maison ou à l'école. Le contenu offre aux enfants un espace de développement de la conscience de soi, la conscience sociale, l'engagement social et le changement social.

Parole aux Enfants ! incarne l'espoir et les voix positives que nos enfants avaient envie d'entendre. Le proverbe africain « Si tu vas seul, tu iras vite, si vous marchez ensemble, vous irez loin » apprend aux enfants à agir ensemble. Les enfants ougandais posent des actes de compassion et de collaboration, le genre de comportement universel dont ce monde a besoin.

— GERALDINE LAYBOURNE, Défenseur des droits de l'enfant et ancien président de Nickelodeon

« Quelle joie de lire des récits réels racontés par des enfants sur leur vie et leurs expériences à cette époque! Une grande lecture pour les enfants d'Afrique de l'Est et du monde entier. Nous avons besoin de plus de livres comme celui-ci pour inspirer cette génération et la suivante ! »

— NISHA LIGON, Producteur Exécutif d'Akili and Me et Ubongo Kids.



ISBN 978-9913-9930-0-5



9 789913 993005