



kids
UNITED

unicef 

pour chaque enfant

«Semaines des étoiles» 2024

Aider des enfants au Burundi

**S'INSCRIRE DÈS
MAINTENANT**
«Semaines des étoiles»
du 15 novembre
à Noël.

Le magazine du club des enfants
d'UNICEF Suisse et Liechtenstein
2^e numéro 2024

Chers Kids de l'UNICEF,

Quel anniversaire digne pour les «Semaines des étoiles»! Une fois de plus, nous avons pu célébrer ensemble l'incroyable succès des collectes lors de la cérémonie des prix organisée en mai. Vous êtes certainement déjà dans les starting-blocks avec des idées de collecte géniales pour 2024. Cette année, les «Semaines des étoiles» nous emmèneront en Afrique, jusqu'à l'équateur. Plus précisément, jusqu'à Burundi, un petit pays enclavé, à forte densité de population. Ce «kids united» vous expliquera la nécessité d'une aide d'urgence pour les nouveau-nés et les enfants en bas âge de ce pays ainsi que l'importance des 1000 premiers jours. Vous découvrirez aussi comment vous pouvez sauver des vies d'enfants

avec l'UNICEF grâce à l'action que vous mènerez entre novembre et Noël. Documentez votre action de collecte et posez votre candidature pour un prix «Semaines des étoiles». Qui sait, peut-être que TOI aussi tu monteras sur scène avec ton équipe et les ambassadeurs et ambassadrices de l'UNICEF pour recevoir un prix au printemps prochain...

NOUS VOUS SOUHAITONS UNE AGRÉABLE LECTURE!



Ariane et Lorenzo

Contenu



©Foto Albertalli

«SEMAINES DES ÉTOILES» 2024

Aider les bébés et les enfants en bas âge au Burundi

COIN DES AMI-E-S

De nouvelles amitiés pour l'UNICEF

GROS PLAN

Utiliser intelligemment les médias sociaux



CÉRÉMONIE DES PRIX «SEMAINES DES ÉTOILES» 2023

Les gagnant-e-s

8-9

10-11

12-13

«SEMAINES DES ÉTOILES» 2024

«Semaines des étoiles» – Inscription

LE COIN DE L'INFO

Des nouvelles de l'UNICEF

COIN JEU AVEC QUIZ

Amuse-toi bien!

14



15



16



Aider les bébés et les tout jeunes enfants du Burundi

Pendant les «Semaines des étoiles» 2024, nous unirons nos forces pour collecter des fonds en faveur des tout-petits du Burundi, un pays africain enclavé. 36 enfants sur 1000 y meurent avant l'âge d'un an. Les principales raisons en sont le manque de nourriture, d'hygiène et l'insuffisance des soins médicaux.

Un hôpital sans toilettes?

En tant qu'enfant vivant en Suisse ou au Liechtenstein, tu as certainement déjà été une fois ou l'autre chez le médecin pour un contrôle de santé. Ou bien tu as rendu visite à quelqu'un à l'hôpital, à la naissance d'un petit frère ou d'une petite sœur, par exemple. Tu te souviens peut-être de l'endroit, de l'odeur? De l'extrême propreté et des nombreuses toilettes à chaque étage? En Europe, la plupart des enfants naissent dans le service spécialisé d'un hôpital ou dans une maison de naissance. Toute la famille est prise en charge par des professionnels et les nouveau-nés reçoivent des soins attentifs, de la nourriture et un sentiment de sécurité. En d'autres termes, tout ce dont

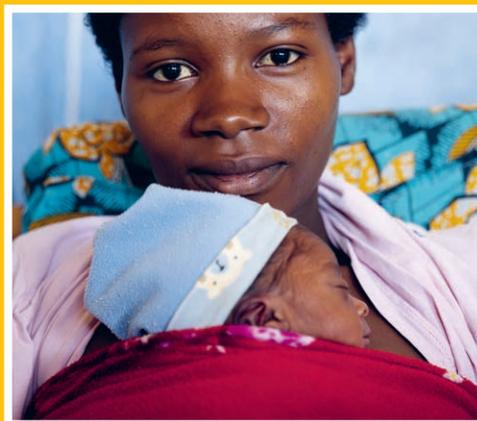
ils ont besoin pour prendre un bon départ dans la vie.

Il nous semble inconcevable qu'il n'y ait pas de toilettes ou d'eau courante propre dans un lieu aussi important. Et pourtant, c'est le cas dans certains pays du monde. Notamment au Burundi, un pays d'Afrique de l'Est, au sud de l'équateur. Ce pays est l'un des plus pauvres au monde. La plupart des hôpitaux du Burundi manquent d'eau propre et de toilettes ainsi que des compétences et des équipements nécessaires pour les accouchements. Cette situation désolante entraîne malheureusement le décès de beaucoup trop de bébés et de mères. Au Burundi, les enfants souffrent d'un manque de soins médicaux et d'une alimentation saine et suffisante.

Mentions légales: Éditeur et rédaction: UNICEF Suisse et Liechtenstein. **Traduction:** Translingua. **Relecture:** En allemand: Marianne Sievert, en français et en italien: Translingua. **Infographie et typographie:** Marjeta Morinc. **Impression:** Galledia Print AG. **Papier:** Papier respectueux de l'environnement (Nautilus 90g/m²). Le magazine du club des enfants est publié deux fois par an. Commande ton exemplaire gratuit sur kidsunited@unicef.ch. Tous les numéros sont aussi disponibles en téléchargement sur kidsunited.ch. L'affiliation à «kids united» peut être annulée à tout moment via kidsunited@unicef.ch. **IBAN UNICEF:** CH88 0900 0000 8000 7211 9

Les 1000 premiers jours, une question de vie ou de mort

Les spécialistes et les organisations humanitaires comme l'UNICEF ne cessent de souligner l'importance des 1000 premiers jours de vie d'un enfant pour son développement et son avenir. Cela correspond à la période comprise entre la conception et le deuxième anniversaire. À aucun autre moment de la vie, les développements ne seront aussi importants et rapides. Un minuscule petit ovule dans le ventre de la mère devient d'abord un embryon. Celui-ci grandit pour devenir un fœtus et, finalement, le nourrisson vient au monde au bout de neuf mois. En l'espace de deux ans, nous apprenons à ramper et à marcher et nous explorons notre environnement avec enthousiasme. Nous imitons tout ce que font nos parents et les autres enfants et, à la fin des 1000 jours, nous connaissons plusieurs dizaines de mots. Cette évolution ressemble à un mara-



thon. Elle nécessite beaucoup d'énergie. Pour que le cerveau, l'intestin et le système immunitaire se développent correctement, le corps a besoin d'une alimentation saine et variée, de vitamines et de nutriments. Les soins, la protection et l'hygiène sont également essentiels.

Tu peux aider. Participe aux «Semaines des étoiles» 2024

Au Burundi, moins de la moitié des nouveau-nés et des enfants en bas âge bénéficient des éléments vitaux que nous considérons comme allant de soi. De nombreux enfants meurent durant leur premier mois de vie. Les carences nutritionnelles au cours des 1000 premiers jours entraînent en outre un retard de développement chez les enfants. Au Burundi, près d'un enfant sur deux est trop petit pour son âge, par exemple. De nombreux bébés naissent avec un poids insuffisant et luttent dès le départ pour leur survie.

Les «Semaines des étoiles» 2024 sont là pour aider ces enfants et leurs familles.



Inscription

Comme tu peux le voir, ton aide fait une grande différence pour les enfants du Burundi. Inscris-toi dès maintenant avec ta collecte «Semaines des étoiles».

→ Info page 14

Ce que fait l'UNICEF pour les enfants du Burundi

Grâce à ta collecte, l'UNICEF peut veiller à ce que les mères et les nouveau-nés soient pris en charge par des professionnels. Nous fournissons le matériel médical nécessaire aux services de néonatalogie et formons le personnel de santé par exemple. Nous nourrissons les enfants en bas âge souffrant de malnutrition afin qu'ils recouvrent des forces et puissent continuer à grandir en bonne santé. Nous sensibilisons les familles à une alimentation saine et à l'hygiène, et nous leur fournissons de l'eau potable.



Encadrement

Former 70 infirmières et infirmiers pour les soins professionnels aux mères et aux nouveau-nés dans la province burundaise de Kayanza.



Service de néonatalogie

La maternité de l'hôpital de district de Kayanza est en cours de rénovation et sera modernisée afin d'offrir de meilleures chances de survie aux nouveau-nés et aux prématurés.



Éducation

Les mères, les pères et le personnel de santé recevront des informations sur l'alimentation, l'éducation et l'hygiène correctes, afin que chaque enfant bénéficie des meilleurs soins possibles dans sa famille.



Préparations fortifiantes

Fournir des compléments alimentaires à 7700 enfants de leurs six mois à leurs deux ans.



Toilettes

Dans huit établissements de santé, les services de maternité seront équipés d'infrastructures sanitaires hygiéniques.

Le Burundi



Situation

Le Burundi s'étend sur environ 28 000 kilomètres carrés et se situe au cœur de l'Afrique, au sud de l'équateur. Il a des frontières communes avec la Tanzanie, la République démocratique du Congo et le Rwanda. La capitale s'appelle Gitega.



Population

13 millions de personnes vivent au Burundi; environ la moitié d'entre elles sont des enfants. 94% de la population travaillent comme agriculteurs.



Religion

La population est majoritairement chrétienne, 3,4% sont musulmans et l'on compte quelques adeptes d'autres religions.



Monnaie

Franc burundais.
3 francs burundais représentent un peu moins de 1 franc suisse.



Drapeau

Rouge: Lutte pour l'Indépendance
Vert: Espoir
Blanc: Paix
Trois étoiles pour les trois groupes ethniques Hutu, Tutsi et Twa.

Vélo et transport

Au Burundi, le vélo sert à transporter (presque) tout et notamment des bananiers, des meubles, du bois de chauffage et des passagers. Les cyclistes roulent souvent trop vite et, sur les routes escarpées et sinueuses, les accidents graves sont fréquents.



Langues

Au Burundi, on parle le kirundi, le français, l'anglais et le swahili. Le kirundi est la langue officielle. Voici quelques expressions:

Mwaramutse	→	Bonjour, hello
Mwiriwe	→	Bonsoir
Ego	→	Oui ♥★
Oya	→	Non
Witwa gute?	→	Comment t'appelles-tu?
Jewe nitwa...	→	Je m'appelle...

Malnutrition chronique



Au Burundi, plus de la moitié des enfants de moins de cinq ans souffrent de malnutrition chronique. Cela signifie qu'ils manquent chaque jour d'une nourriture suffisante et variée. Ils ne peuvent donc pas non plus absorber suffisamment de nutriments essentiels, de vitamines, de protéines et d'oligoéléments. Comme la digestion ne fonctionne plus normalement, les enfants perdent de plus en plus de poids et de force vitale. Ils souffrent de troubles du développement. Des maladies telles que la diarrhée, la rougeole ou la pneumonie mettent leur vie en danger. La faim et la malnutrition sont principalement dues à la pauvreté, aux conflits sociaux et aux catastrophes naturelles qui détruisent les récoltes ou rendent les sols stériles.

Nutrition au Burundi

Les gens mangent surtout des plats à base de haricots, de manioc, de patates douces et de bananes plantains. La plupart des familles n'ayant pas d'animaux et ne pouvant pas se permettre d'acheter de la viande, cette dernière n'est pas très fréquente. Les poissons du lac Tanganyika sont l'une des principales sources de protéines. La spécialité nationale est la perche fée, également appelée «princesse du Burundi».



COIN DES AMI·E·S

Une nouvelle amie et un nouvel ami pour l'UNICEF



BASTIAN BAKER*

(33 ans) ambassadeur UNICEF de Suisse

Je me présente: En fait, je m'appelle Bastien Kaltenbacher et je vis en Suisse. Je suis musicien.

Ma famille: Mon père possède un restaurant et ma mère est enseignante. J'ai deux petites sœurs. L'une travaille au Comité olympique et l'autre est chanteuse et travaille à la radio.

Mon animal préféré: Depuis que je suis petit, j'aime les tigres. J'ai plein de peluches tigres.

Mon plat préféré: J'adore la raclette suisse, c'est délicieux.

Ce que je n'aime pas du tout: Je n'aime pas du tout les gens méchants. Mais heureusement, je n'en connais que très peu.

Ce que je veux devenir: Je veux devenir une meilleure version de moi-même. Et surtout, faire de la musique le plus longtemps possible.

* Bastian Baker est notre nouvel ambassadeur de l'UNICEF depuis le 25 mai 2024

NALA*

(9 ans) du Burundi

Je me présente: Je m'appelle Nala et je vis au Burundi. Je suis en troisième année de primaire. Nous sommes plus de 60 enfants dans la salle de classe.

Ma famille: Mes parents travaillent comme agriculteurs pour un propriétaire terrien. J'ai deux petites sœurs et un grand frère.

Mon animal préféré: Le touraco géant, un magnifique oiseau bleu qui vit dans la forêt tropicale.

Mon plat préféré: La potée de haricots rouges et de bananes plantains.

Ce que je n'aime pas du tout: Je trouve que la viande de chèvre a un goût bizarre. Mais de toute façon, il n'y en a que très rarement, par exemple récemment au mariage de ma tante.

Ce que je veux devenir: Pédiatre. Je pourrai alors apprendre à aider les enfants qui ont un poids trop faible à la naissance, comme ma plus jeune sœur il y a trois ans.

* Nala est une enfant



LE COIN DES EXPÉRIENCES

Créer un carnet d'amitié

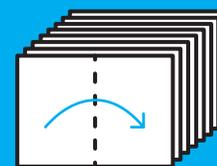
Autrefois, c'est-à-dire avant l'arrivée d'Internet et de toutes ses possibilités de création numérique, il était courant de faire circuler en classe ou parmi les amis ce que l'on appelait un «carnet de poésie». C'était généralement un cahier composé de pages blanches reliées. Les personnes à qui on le confiait y écrivaient une citation ou un poème, y dessinaient quelque chose ou y collaient des images et des photos.

Aujourd'hui, il existe d'innombrables styles de «Carnets d'amitié» qui contiennent souvent des questions pré-imprimées comme celles posées à Nala et à Bastian Baker.

Si tu fabriques ton propre carnet d'amitié, tu peux décider de poser des questions prédéfinies à tes ami·e·s ou leur permettre de laisser libre cours à leur créativité.

Relier un cahier 100% fait main

Essaye simplement! Prends un carton pas trop rigide (deux fois la taille du livre que tu veux faire) et du papier à dessin pour les pages intérieures. Tu as aussi besoin d'une grosse aiguille et d'un fil épais.



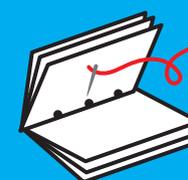
1. Plier le papier



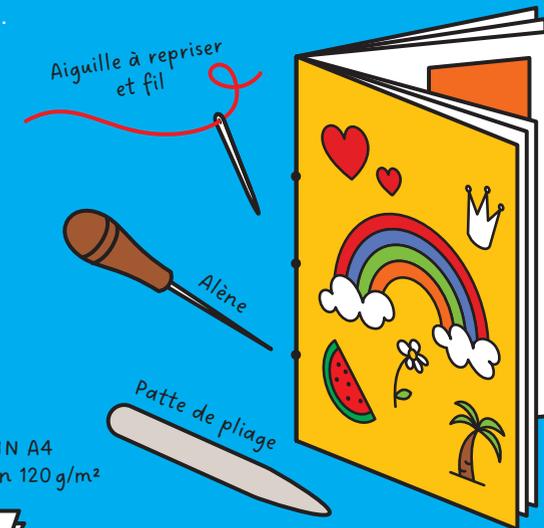
2. Lisser l'arête de pliage



3. Faire des trous



4. Coudre



8-10 feuilles DIN A4 papier d'environ 120 g/m²

Utiliser intelligemment les médias sociaux



Les médias sociaux sont des programmes installés sur un ordinateur ou sur un Smartphone sous forme d'applications. Ils servent à communiquer avec d'autres personnes sur Internet, par exemple, en postant un contenu ou en envoyant des messages écrits ou vocaux. Il est possible de nouer des contacts, de se faire des amis, de partager des intérêts et des loisirs communs ou de faire partie d'une communauté comme UNICEF youth* et d'échanger des informations. Les médias sociaux permettent également de diffuser facilement ses propres photos et vidéos et de recevoir des réactions sous forme de commentaires ou d'emojis.

Les canaux connus sont Facebook, YouTube, WhatsApp, Instagram et TikTok. Mais il y en a bien sûr beaucoup d'autres. Notamment les alternatives de messagerie Signal ou Threema.

Chacune de tes activités sur Internet laisse des traces qu'il est souvent impossible d'effacer. Parfois, des contenus sont

diffusés sans que l'on puisse soi-même les contrôler. Il faut donc bien réfléchir à ce que tu veux révéler à ton sujet. Surtout si tu es encore jeune, il est important que tes parents sachent quelles applications et quels sites Internet tu utilises. Les parents doivent veiller à ce que leurs enfants naviguent en toute sécurité sur Internet. Par exemple, en définissant des paramètres de sécurité adaptés à ton âge et à tes connaissances des médias.

Tu dois également savoir où t'adresser si tu fais face à des problèmes comme du cyberharcèlement, de la discrimination ou des menaces.

* UNICEF youth est la plateforme participative d'UNICEF Suisse et Liechtenstein destinée à tous les jeunes de 10 à 24 ans. Nous utilisons WhatsApp pour te tenir au courant des possibilités de participation et des actualités de l'UNICEF. Tu peux t'inscrire ici: → unicef.ch/youth

Trois règles clés



1.

Réfléchis bien avant d'accepter une demande d'amitié, une invitation ou des conditions générales.

2.

Réfléchis bien avant de partager des informations personnelles (et ne partage jamais ton mot de passe!).

3.

Réfléchis bien avant d'envoyer un message (en particulier si tu es en colère ou bouleversé-e).

Éducation aux médias



L'éducation aux médias signifie, entre autres, que tu dois établir un plan clair sur la manière dont tu veux surfer sur Internet et sur les plateformes sociales. Les conseils suivants peuvent t'aider à y parvenir:

Vie privée

Conviens avec tes parents d'un accord clair sur la fréquence, la durée et l'objet de tes activités en ligne. Selon la Convention des Nations Unies relative aux droits de l'enfant, tu as également droit au respect de ta vie privée. Par exemple, il n'est pas acceptable que tes parents lisent tes messages sans ta permission, qu'ils consultent ton téléphone pour savoir qui tu as appelé ou qu'ils regardent tes comptes sur les réseaux sociaux.

«My little Safebook»

La cyberintimidation, le harcèlement sexuel et les tentatives d'escroquerie peuvent être dénoncés à la police. Télécharge le guide «My little Safebook» sur Internet. Il contient de précieuses informations sur la manière dont tu peux procéder et où tu peux trouver de l'aide. Si tu es victime de harcèlement, le mieux est de t'adresser à tes parents ou à un enseignant de l'école. Invite de temps en temps tes parents à se plonger avec toi dans ton monde en ligne. Demande-leur ce qu'ils aiment et ce qu'ils n'aiment pas. Discutez par exemple des jeux, des applications et de tes ami-e-s. skppsc.ch/my-little-safebook

Infos personnelles

Active un nouveau compte ou profil en présence d'un adulte de confiance. Quatre yeux voient plus que deux et vous pouvez vérifier ensemble des éléments importants tels que les limites d'âge, les paramètres de la caméra, les mises à jour nécessaires et les paramètres de protection des données, de sécurité et de confidentialité.

Coûts

Sois prudent-e avec les contenus gratuits et les abonnements d'essai. Il faut souvent donner un numéro de carte de crédit qui déclenche la souscription involontaire à un abonnement qui sera payant par la suite.

Fake!

Sois conscient-e que tout ce que l'on trouve sur Internet n'est pas forcément vrai et authentique. Ne fais jamais rien qui te mette mal à l'aise. Dans le cas des rencontres en ligne, les profils peuvent être fictifs. Une saine méfiance et une certaine retenue dans la divulgation d'informations et d'images personnelles sont importantes.

RÉTROSPECTIVE DE LA CÉRÉMONIE DES PRIX 2023

Une magnifique cérémonie des prix avec de nombreuses stars

L'année jubilaire des «Semaines des étoiles» s'est terminée en grande pompe le 25 mai 2024. La quasi-totalité des ambassadeurs et ambassadrices de l'UNICEF et les célébrités qui soutiennent les «Semaines des étoiles» se sont retrouvés au Schauspielhaus de Zurich pour rendre hommage aux enfants, à leur inventivité et à leurs extraordinaires actions de collecte. Un invité incontournable ne pouvait manquer cet événement et s'est frayé un chemin à travers le public jusqu'à la scène: Rob Spence! Son apparition surprise a fait rire et vibrer toute la salle. **Stefanie Heinzmann** a ensuite enchanté le public en compagnie du joueur de hackbrett **Ephraim**.

Bastian Baker a surpris les invités en se présentant comme nouvel ambassadeur de l'UNICEF. Petits et grands ont assisté à une cérémonie des prix jubilaire des plus divertissante et contribué à la joie festive de l'événement. **Rob Spence** s'est d'ailleurs tout de suite exercé au shuffle dance avec l'experte **Arina Luisa**. Et **Anatole Taubman** a rendu hommage au gagnant de la catégorie Enfant seul-e.



Stefanie
Heinzmann



Bastian Baker



Rob Spence



Anatole
Taubman



À
noter:
La cérémonie
des prix
se déroulera le
17 mai 2025.

KUNZ. © Bastian Baker. © Adrian Bletschler. © Rob Spence/Stefanie Heinzmann/Anatole Taubman

Photos: © Christian Schmid

Les gagnantes et les gagnants sont:



ENFANT SEUL-E:

Robin de Villmergen AG avec
ses onguents à base de plantes



AMI-E-S/FRÈRES ET SŒURS:

Nadia et Tobia de Bedano TI
avec Collecte de châtaignes
et cartes à gratter

Félicitations!



FAMILLES:

Juna, Mira, Jael, Annina, Nils, Flurina
et Viola avec leur fête de quartier à
Albisrieden ZH



ÉCOLES:

Première et deuxième années de secondaire
à Disentis GR avec des étiquettes «Aua Viva»
créées par leurs soins pour 2000 bouteilles d'eau



Tu trouveras des photos et les films des
nominé·e·s sur semainesdesetoiles.ch

«SEMAINES DES ÉTOILES» 2024



**S'INSCRIRE DÈS
MAINTENANT**
Grande collecte:
du 15 novembre à Noël.
semainesdesetoiles.ch

Participe aux «Semaines des étoiles» 2024 pour les enfants du Burundi

Avec toi, nous voulons aider les enfants du Burundi.
Pour qu'ils survivent aux 1000 premiers jours et aient une
chance de se développer sainement.

1. Trouver des idées

Trouve une idée de collecte. Pour cela, tu peux par exemple réunir tes ami-e-s, tes frères et sœurs et/ou tes parents pour réfléchir ensemble. C'est une méthode créative qui permet à chacun de dire ce qui lui passe par la tête sans que l'idée soit jugée. Vous pouvez tout écrire ou dessiner sur une grande feuille de papier. Ensuite, vous déterminez ce que vous avez le plus envie de faire.

2. Planification

Planifie et organise ton action avec soin. Par exemple, il est important que tu puisses expliquer à tes donateur-trice-s pourquoi tu fais cette collecte. Tu trouveras des informations à ce sujet dans ce «kids united» à partir de la page 3, ainsi que sur le site semainesdesetoiles.ch.

3. Documenter

Documente ton action de collecte et pose ta candidature pour un prix «Semaine des étoiles». N'oublie pas d'indiquer qui a réalisé la collecte avec toi.

4. Virement bancaire

Une fois ton action terminée, tu transfères le montant à UNICEF Suisse et Liechtenstein avant Noël.

Tu peux publier ta propre page de collecte et partager ton opération sur notre site Internet.



Idées de collecte:



- ★ Vendre des chocolats faits maison
 - ★ Jouer une pièce de théâtre dans le quartier
 - ★ Crocheter de petits animaux
 - ★ Pelleter la neige pour les voisins
- kidsunited.unicef.ch/fr/cahier-d-idees

COIN «KIDS UNITED»

UNICEF NEWS

Voici les actualités de
l'UNICEF pour toi.



Livre de poche Droits de l'enfant

Tu veux en savoir plus sur la Convention relative aux droits de l'enfant? Commande ou télécharge le nouveau livre de poche sur les droits de l'enfant sur
→ unicef.ch/livre-de-poche



unicef 
youth

Dès sa première année, UNICEF youth a atteint la barre des 100 membres! Rejoins toi aussi la nouvelle communauté. Informations et inscription sur:
→ unicef.ch/fr/youth



«Semaines des étoiles» - Cahier d'idées

Tu as besoin d'inspiration et d'aide pour ta collecte? Dans notre nouveau cahier d'idées, tu trouveras de nombreuses propositions:
→ kidsunited.unicef.ch/fr/cahier-d-idees



Cérémonie des prix 2024

Retiens d'ores et déjà la date du 17.05.2025 au Schauspielhaus de Zurich. Nous espérons vous y accueillir nombreux.
→ semainesdesetoiles.ch

COIN JEU

Connais-tu la véritable signification de tous les emojis? Teste tes connaissances:



1

- a) Soulagement
- b) Joie
- c) Prétention



5

- a) Coucou
- b) Hypocrisie
- c) Câlin



2

- a) Étonnement
- b) Embarras
- c) Stress



6

- a) Tristesse
- b) Fatigue
- c) Soulagement



3

- a) Fatigue
- b) Peur
- c) Étonnement



7

- a) Confiance
- b) Manque
- c) Tristesse



4

- a) High Five
- b) Gratitude
- c) Prière



Solution: 1a/2b/3b/4c/5c/6b/7a