

# Un ami sur la route







# Un ami sur la route

Dans ce livre, tu vas faire la connaissance d'un enfant qui a fui son pays et d'un sage escargot qu'il rencontre sur son chemin.

Dans le livre, tu peux aussi dessiner ou écrire sur ton propre chemin pour arriver là où tu es en ce moment. Ce livre est le tien.



Un jour, je me suis réveillée et tout avait **changé**.  
On m'a dit que je devais me rendre dans un autre pays.  
Un pays où je serais plus en sécurité.



Coucou, toi ! Tu as l'air triste. Qu'est-ce qui ne va pas ? dit l'escargot.

Je quitte mon pays et tout ce que je connais, répond l'enfant.

Alors je peux comprendre pourquoi tu es triste. Moi aussi, je suis en route.

On y va ensemble ? dit l'escargot.



Maintenant, du temps a passé et je suis en sécurité.  
Mais je me sens toujours triste à l'intérieur.

Je pense à...

ma famille

mes amis

mes jouets

mon chien



Je pleure plus qu'avant. J'ai du mal à dormir et parfois, j'ai juste envie d'être près d'un adulte.



*D'autres fois, je joue et j'oublie complètement ce qui s'est passé.*





Il se passe tellement de choses autour de moi.  
Il y a tellement de choses à apprendre et des questions  
plein ma tête.

Je peux comprendre cela. Je pense que tu es  
courageux de m'en avoir parlé.  
J'ai rencontré d'autres enfants comme toi et ils  
me disent la même chose que toi.



Ouvre grand tes oreilles...

Cela peut être bon à savoir :

1. Pourquoi tu devais t'échapper.
2. Comment tu peux te sentir à l'intérieur.
3. Ce qui peut t'aider.



Il est très important de comprendre une chose: Ce n'est PAS de ta faute si tu as dû t'enfuir.

Sais-tu pourquoi tu as dû t'échapper ?

1. De nombreux enfants doivent fuir à cause de la guerre dans leur pays. D'autres enfants doivent fuir à cause de la pauvreté ou les catastrophes naturelles.



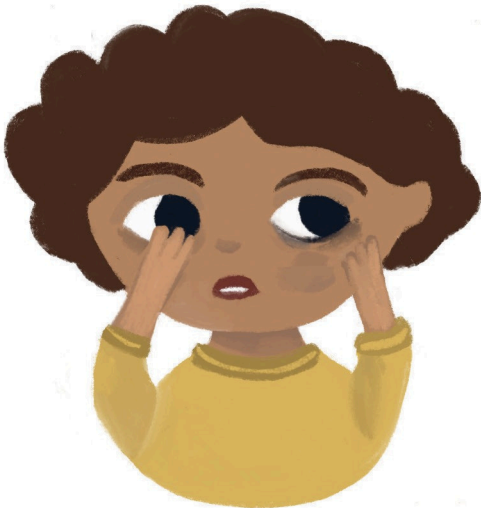
2. Il est tout à fait normal qu'un enfant qui a été en fuite...



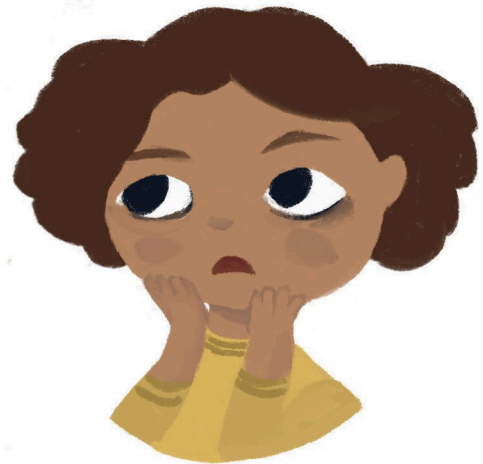
se sens triste



se met en colère plus rapidement



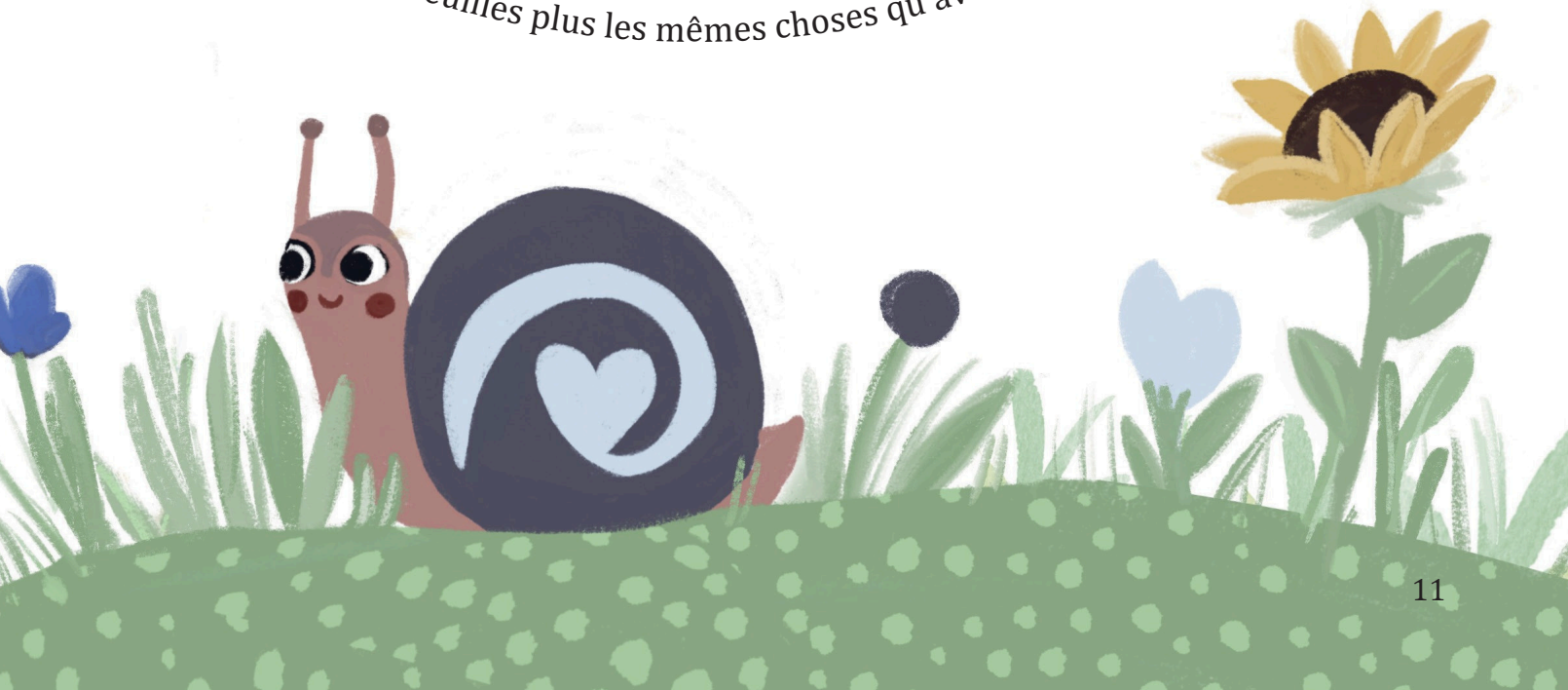
a peur



se sens nerveux

C'est aussi tout à fait normal si tu:

- as des difficultés à dormir.
- as besoin d'être proche d'un adulte qui s'occupe de toi.
- fais des choses que tu ne fais pas habituellement.
- ne veuilles plus les mêmes choses qu'avant.



### 3. Beaucoup d'enfants se sentent mieux lorsqu'ils

- Disent à un adulte ce qu'ils ressentent.
- En pensant que beaucoup de gens essaient d'aider leur pays.
- Aident les autres dans un domaine où ils sont doués.
- Font des choses qui calment son corps, comme respirer profondément dans son ventre et expirer lentement.
- Jouent et utilisent leur imagination.



Pssst.

J'ai quelque chose à te montrer.

Si tu mets ta main devant un œil, tu verras  
peut-être des choses que les autres ne  
peuvent pas voir.



Sur les pages suivantes, tu peux écrire ou dessiner ton histoire.

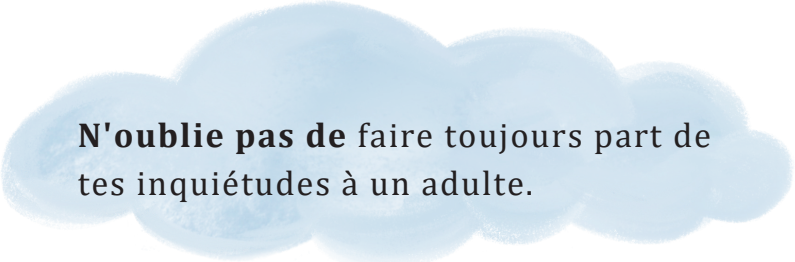
Colorie les étoiles et montre ce qui te préoccupe.

- ☆ Fréquenter un jardin d'enfants ou une école dans un autre pays
- ☆ Que quelque chose de dangereux va m'arriver?
- ☆ Que quelque chose arrive aux personnes auxquelles je tiens?
- ☆ Que je n'ai pas d'endroit où vivre?
- ☆ Ce qui se passe dans mon pays d'origine?



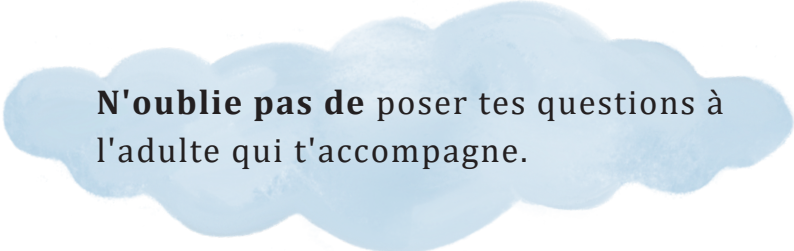


Ici, tu peux écrire ou dessiner si tu as d'autres préoccupations:



**N'oublie pas de** faire toujours part de  
tes inquiétudes à un adulte.

Ici, tu peux écrire ou dessiner des choses sur lesquelles tu as des questions :



**N'oublie pas de** poser tes questions à l'adulte qui t'accompagne.

Ici, tu peux écrire ou dessiner les choses dont tu te souviens le mieux du LIEU d'où tu viens:

Ici, tu peux écrire ou dessiner les choses de ton pays d'origine que tu aimes particulièrement:

Ici, tu peux écrire ou dessiner ce qui te rend le plus heureux(se) en ce moment :

Ici, tu peux écrire ou dessiner une situation où tu t'es senti fort :

Ici, tu peux écrire ou dessiner une situation où tu t'es sentie courageux(se) :

Ici, tu peux écrire ou dessiner ce que tu veux :





## Un ami sur la route

Par :

Anne Lomholt Lei Hansen

Patricia Jytte Salinas

Sofie Boje Groth

Publié par :

Le centre d'accueil de la Croix-Rouge

Sandholmgårdsvej 40

3460 Birkerød

[www.Rodekors.dk](http://www.Rodekors.dk)

Illustrations : Pauline Drasbæk

Rédaction et impression : Alinea+

Conception graphique : Grethe Bruun

Droits d'auteur :

Croix-Rouge

Copie autorisée uniquement selon les règles de Copy-Dans ISBN : 9788723565105

ISBN: 9788723565105



Produit avec le soutien d'Egmont Fonden.



"Un jour, je me suis réveillée et tout a changé.  
On m'a dit que je devais me rendre dans un  
autre pays.  
Un pays où je serais plus en sécurité".

Ce livre parle d'un enfant qui a fui son pays. Il décrit les réactions psychologiques normales à la fuite et suggère ce qui pourrait être utile aux enfants s'ils éprouvent ces réactions. Le livre encourage également les enfants à écrire ou à dessiner leurs propres histoires et des situations où ils se sont sentis courageux et forts.

Ce livre est particulièrement adapté aux enfants de 5 à 12 ans et se prête très bien à la lecture à haute voix.



**EGMONT**  
Fonden