**Une soupe et des rêves à partager**

**Portrait-récit de David de la République Démocratique du Congo**

Je m’appelle Mimbamba David, j’ai 11 ans et je suis élève en sixième année primaire à l’école Niendongo.

Chez nous, nous mangeons trois fois par jour. Aux repas il y a généralement des feuilles de manioc, de la fougère, du gombo, du poisson, de la viande, de l'aubergine, de l'oseille et d'autres légumes selon ce qui est disponible dans notre cuisine.

Chaque matin avant de partir à l'école, mon petit-déjeuner se compose souvent de feuilles de manioc, accompagnées d'autres légumes variés en fonction de ce que nous avons à disposition. J'aime particulièrement les feuilles de manioc et leur goût.

À l'école, ma matière préférée ce sont les mathématiques. J’ai de la facilité avec les chiffres et je trouve souvent les bonnes réponses. Cela m'aide à développer mes connaissances.

Mon rêve, une fois que j’aurai terminé l’école, c’est de devenir policier afin de contribuer à la gestion de notre pays et de le protéger contre les conflits.

Mon plat préféré ce sont les feuilles de manioc et la morelle, car ils contribuent à ma santé, à mon intelligence, à ma sagesse et à ma force physique.

J'aime beaucoup mes parents et je les aide dans certaines tâches ménagères comme laver la vaisselle, aller au moulin, puiser de l'eau et garder les moutons.

Si l'avenir le permet, quand je serai grand, mon plus grand souhait est de visiter des villes comme Kinshasa et d'y exercer le métier de policier pour aider mon pays.

**Portrait-récit de Dina et sa mère Nsel**

 Je m'appelle Kwanza Dina. Mon père s'appelle Kwanza Bilam et ma mère s'appelle Nsel. J'étudie à l’école primaire Mwilambongo, j'ai 8 ans, et je vis au village de Mputanzu.

À la maison, nous mangeons trois fois par jour. Parmi les aliments que je consomme régulièrement, il y a les feuilles de manioc, l'oseille, le poisson, l'ananas, l'avocat, le gombo et la morelle. J'aime bien manger aussi de la viande, car elle contribue à ma bonne santé et me donne de la force.

Même lorsque j'ai faim, je sais que la nourriture est toujours disponible chez nous. Chaque fois que j'ai besoin de manger, maman me prépare quelque chose. Comme aujourd’hui, je viens de manger un beignet et des bananes. Je suis rassasié, merci maman !

Le matin, avant d'aller à l'école, maman prépare souvent des feuilles du manioc, de la morelle et des poissons pour notre petit-déjeuner.

Mon rêve est de devenir sœur religieuse, inspirée par l'exemple de Sœur Rosette qui enseigne aux élèves et travaille énormément. J'aimerais pouvoir enseigner aux enfants en classe, à l'image de Sœur Rosette.

Mon plat préféré est composé des feuilles de manioc, de poisson et de la morelle, car ces aliments me donnent la force et l'intelligence nécessaires.

Je suis en troisième année d’école primaire Mwilambongo. J'apprécie particulièrement les leçons d’arithmétiques, car je résous facilement les calculs et ça me rend très heureuse.

On nous donne régulièrement des devoirs. Mon père Bilam, ma mère Nsel et mon grand frère m'aident à faire mes devoirs à la maison.

Je souhaite voyager dans de grandes villes pour acquérir le courage de parler en public.

**Portrait-récit de Fayette de la République Démocratique du Congo**

Je m’appelle Mbimbi Fayette, j'ai 10 ans et je vis dans le village de Niendongo.

Je suis élève à l’école primaire de Niendongo, dirigée par Maman Directrice Mpondo.

Chez nous, nous mangeons trois fois par jour. Hier, par exemple, j'ai mangé des feuilles de manioc le matin, du poisson à midi et de l’oseille le soir.

Nous avons une grande variété de légumes comme la morelle, le gombo, l’amarante, les épinards, ainsi que de la viande, du poisson et de l’oseille séchée.

J'apprécie particulièrement les feuilles de manioc, le poisson, la morelle, le gombo, l’oseille, ainsi que les différentes viandes et poissons qui sont une bonne source de protéines. Ces aliments m'aident à bien grandir et à rester en bonne santé.

Grâce aux activités de nos parents, nous ne manquons plus de nourriture à la maison. Pendant la saison sèche, lorsque la nourriture devient plus rare, mes parents cultivent un potager dans notre parcelle près de la rivière, où nous avons un grand champ.

Mon rêve est de devenir une sœur religieuse pour pouvoir être infirmière, directrice d'école ou préfète, afin d'améliorer ma vie et d'aider la population de notre village, tout en travaillant à Niendongo.

Si j'ai la chance de grandir et de voyager, j'aimerais visiter des villes comme Kikwit et Kinshasa pour découvrir d'autres aspects de la vie et apprendre des enfants qui y vivent. Ensuite, je pourrais rentrer dans notre village pour mettre en pratique les choses que j'aurai apprises.

Je contribue aux tâches domestiques en aidant ma maman à faire la cuisine, à puiser de l'eau, à couper et ramasser du bois pour le feu, à faire la toilette de mes petits frères et à préparer les légumes. Par exemple, quand maman pile le manioc, je l'aide à tamiser la farine.

Aujourd'hui, grâce aux sensibilisations et aux activités développées par le Centre Développement Rural Mwilambongo, auprès des membres des organisations paysannes, notre famille dispose de nourriture en abondance et nous pouvons maintenant choisir librement ce que nous voulons manger. Ma maman cultive différentes cultures grâce auxquelles nous n'avons plus les difficultés que nous avions avant pour nous nourrir. Merci !