Communiqué de presse de SOS Villages d'Enfants Belgique

Bruxelles, le 11 novembre 2026

Quatre enfants sur dix sont tristes face à l'actualité mondiale. Un adulte sur six le remarque

L'enquête nationale Peace Pack menée auprès de près de 7 000 Belges révèle un décalage entre ce que ressentent les enfants et ce que voient les adultes.

En Belgique, les enfants et les jeunes sont exposés chaque jour à des informations sur la guerre, la violence et les catastrophes. Dans un monde marqué par l'incertitude, SOS Villages d'Enfants veut aider les adultes à mieux comprendre ce dont les enfants ont besoin pour se sentir en sécurité, en écoutant directement ce qu'ils ont à dire. L'enquête « Peace Pack », menée auprès de 629 enfants, 852 adolescents et 5 506 adultes, révèle que l'actualité internationale rend les enfants tristes et inquiets. Les jeunes en ont assez de l'actualité, mais les adultes ne s'en rendent pas toujours compte. À travers l'enquête, les enfants et les jeunes ont exprimé ce qu'ils ressentent face aux actualités difficiles. Les adultes ont expliqué comment ils vivent eux-mêmes l'actualité et ce qu'ils observent chez les enfants et les jeunes qui les entourent. Hier, à la veille de l'Armistice, une classe d'Overijse a remis les résultats au Défenseur des droits de l'enfant, Solayman Laqdim, et à son homologue flamande, Caroline Vrijens.

L'angle mort : la tristesse et la lassitude passent inaperçues

Quatre enfants sur dix (41 %) se sentent tristes face aux actualités difficiles. Un adulte sur six (16 %) remarque cette tristesse chez les enfants et les jeunes qui l'entourent. Un jeune sur trois (32 %) est lassé par les mauvaises nouvelles. Un adulte sur dix (10 %) s'en rend compte. Penser à autre chose aide un quart des jeunes à se sentir mieux (25 %).

Seuls 7 % des adultes considèrent que la distraction peut aider les enfants et les jeunes. Les adultes remarquent surtout l'inquiétude (39 %). Ils n'ont pas tort : les enfants aussi sont souvent inquiets (52 %). Mais la tristesse et la lassitude sont plus silencieuses. Elles passent plus facilement inaperçues.

L'actualité arrive jusqu'aux enfants, même quand ils ne la cherchent pas

58 % des jeunes voient des actualités difficiles chaque jour à la télévision, 39 % sur TikTok. Pourtant, seuls 30 % suivent eux-mêmes régulièrement l'actualité. Chez les enfants francophones, les parents et la famille sont la principale source d'informations difficiles (57 %), suivis de la télévision et du journal télévisé (54 %).

Les adultes portent un regard plus sombre sur le monde. Deux sur trois (66 %) se sentent impuissants face à l'actualité mondiale. Chez les jeunes, ils ne sont que 28 % à partager ce sentiment. À peine 2 % des adultes se sentent pleins d'espoir, contre 15 % des jeunes.

Les enfants prennent soin les uns des autres

Pour qu'un autre enfant se sente en sécurité, les enfants sont gentils avec lui (70 %) et le consolent (60 %). Demander de l'aide à un adulte est ce qu'ils choisissent le moins (38 %). Pour les enfants, la paix, c'est aussi l'amitié (58 %). Chez les adultes, l'amitié arrive tout en bas de la liste (7 %).

Ce qui aide : quelqu'un qui écoute, qui est honnête et qui reste

Les enfants veulent surtout que quelqu'un les écoute (54 %) et les rassure (50 %). Les jeunes attendent avant tout des adultes qu'ils soient honnêtes (54 %). Les adultes placent eux aussi l'honnêteté en tête (55 %). Mais près de la moitié (44 %) trouve difficile d'être honnêtes sans effrayer les enfants.

Dans leur sac à dos pour la paix (*un sac à dos imaginaire rempli de tout ce qui les aide à se sentir en sécurité ou calme*), les enfants mettent d'abord leurs parents ou la personne qui s'occupe d'eux (74 %). Viennent ensuite leur animal de compagnie (46 %), leurs amis (44 %) et leur doudou (40 %). Pour remplir le sac à dos des enfants, les adultes pensent eux aussi à des personnes familières et à un sentiment de sécurité à la maison. Mais ils ne choisissent presque jamais l'animal de compagnie (9 %), et pensent bien moins souvent que les enfants aux amis (18 %) et au doudou (19 %). L'enquête montre à quel point les proches, les animaux de compagnie et les peluches comptent pour les enfants.

« Les enfants ne nous demandent pas de solution à tous les problèmes dans le monde. Ils demandent quelqu'un qui remarque comment ils vont, qui les écoute, qui est honnête et qui reste. C'est pour cela que SOS Villages d'Enfants travaille chaque jour, ici et ailleurs : pour que chaque enfant puisse grandir en toute sécurité, entouré de relations stables et bienveillantes. Si vous vous sentez impuissant face à l'actualité, vous pouvez déjà agir ce soir à la maison. Ne demandez pas seulement à votre enfant s'il est inquiet. Demandez-lui aussi s'il est triste. »

Marie Wuestenberghs, directrice de SOS Villages d'Enfants Belgique

SOS Villages d'Enfants a confié trois questions à Solayman Laqdim et Caroline Vrijens. Comment faire en sorte que chaque enfant reçoive les informations difficiles d'une manière qui lui soit adaptée ? Comment les enfants peuvent-ils aussi trouver des adultes vers qui se tourner en dehors de leur famille ? Et comment les enfants qui ne sont pas en sécurité chez eux peuvent-ils recevoir le soutien et la protection dont ils ont besoin, ici et ailleurs ?

Trois conseils pour les parents et les autres adultes proches

- **Écoutez d'abord, puis expliquez honnêtement ce qui se passe.** Demandez à votre enfant ce qu'il sait déjà. Dites-lui quand vous ne savez pas quelque chose.
- **Ne demandez pas seulement à votre enfant s'il est inquiet, mais aussi s'il est triste ou lassé.** Éteignez les infos quand cela devient trop lourd et faites quelque chose d'agréable ensemble.
- **Prenez leur sac à dos au sérieux.** Les amis, les animaux de compagnie et les peluches apportent de la sécurité. Parlez aussi de ce que vous pouvez faire ensemble.

À propos de l'enquête

Peace Pack est une enquête nationale de SOS Villages d'Enfants Belgique, réalisée par Indiville et Bpact. Entre le 11 septembre et le 30 octobre 2026, 629 enfants de l'enseignement primaire (7 à 13

ans) et 852 jeunes de l'enseignement secondaire (11 à 16 ans) ont rempli un questionnaire en ligne, via leur école ou avec leurs parents, autant en néerlandais qu'en français. Leurs résultats ne sont pas pondérés. 5 506 adultes ont participé via le panel de Bpact. Ils ont répondu à des questions sur eux-mêmes et sur les enfants et les jeunes qui les entourent. Leurs résultats sont pondérés selon l'âge, le sexe, le niveau d'études et la région. Le rapport complet, du matériel pédagogique et des conseils pour en parler sont disponibles sur peacepack.be.

Invitation à la presse

Remise du rapport Peace Pack au Défenseur des droits de l'enfant et à la Kinderrechtencommissaris

Mardi 10 novembre 2026, de 12h30 à 13h30

SOS Villages d'Enfants Belgique, rue de l'Hôtel des Monnaies 40/1CD, 1060 Bruxelles

Une classe entière de cinquième primaire d'Overijse, composée d'enfants bilingues, remet le rapport à Solayman Laqdim, Défenseur des droits de l'enfant, et à Caroline Vrijens, Kinderrechtencommissaris (commissaire flamande aux droits de l'enfant). Les enfants le font à leur manière : avec un sac à dos bien lourd, un quiz et un Traité du sac à dos que Solayman Laqdim et Caroline Vrijens signeront.

Après la remise des résultats, il sera possible d'interviewer :

- les enfants participants (avec l'accord des parents, mention du prénom uniquement)
- un porte-parole de SOS Villages d'Enfants Belgique
- Solayman Laqdim et Caroline Vrijens
- un chercheur de Bpact et d'Indiville

Tous les enregistrements et interviews du 10 novembre sont sous embargo jusqu'au mercredi 11 novembre, 05h00. Merci de vous annoncer au préalable auprès des contacts presse ci-dessous.

Contacts presse

Francophones

- Jusqu'au 6 novembre : Aude Delcoigne – 0497 71 59 31 – aude.delcoigne@sos-villages-enfants.be
- À partir du 7 novembre : Marie Wuestenberghs - 0496 12 28 65 – Marie.Wuestenberghs@sos-villages-enfants.be

Néerlandophone

Wouter Kersbergen

0478 77 54 32

wouter.kersbergen@sos-kinderdorpen.be

peacepack.be | sos-villages-enfants.be

S( )S VILLAGES D'ENFANTS