

## « MAQUIS BÉBÉS »

### Les animatrices

La mise en place des MBB est destinée à améliorer durablement l'alimentation des jeunes enfants. L'engagement des animatrices est déterminant pour leur succès.

Pour animer les MBB, il faut être convaincu qu'une bonne alimentation est indispensable à la bonne santé des enfants et être convaincu que la bonne santé des enfants bénéficie aussi aux familles et à la communauté toute entière. Cette bonne alimentation passe, en particulier, par la consommation, dès 6 mois, de Bouillies Concentrées Liquéfiées données en complément de l'allaitement maternel.

L'animation des MBB est fondée sur le volontariat bénévole. La fonction d'animatrice de MBB n'est pas un emploi salarié, cependant dans la mesure des disponibilités financières de la structure qui met en place le MBB, les animatrices pourront bénéficier d'indemnités. Si elles sont plusieurs à avoir été formées, elles pourront animer le MBB à tour de rôle.

Si les animatrices pensent ne pas avoir les compétences suffisantes, une formation devra leur être proposée.

### A - Objectifs pédagogiques des animatrices

#### **1 Animer les activités autour de la " bouillie "**

Les animatrices auront à :

- Préparer quotidiennement, pour quelques dizaines d'enfants et avec l'aide des mamans, de la Bouillie Concentrée Liquéfiée (BCL) et en organiser la distribution et la consommation sur place.
- Apprendre aussi aux mamans à préparer la bouillie selon la Recette 1 + 2 + 3.

#### **Pédagogie à propos de la bouillie** <sup>(1)</sup>

Les animatrices expliquent aux mamans que la bouillie distribuée par le MBB a une valeur nutritive 3 à 4 fois plus élevée que les bouillies habituellement préparées ou proposées au marché. Il s'agit de faire comprendre l'importance de mettre beaucoup de farine et le phénomène de liquéfaction pour qu'elles puissent faire chez elles, des bouillies concentrées liquéfiées.

La liquéfaction est provoquée par une substance présente dans la salive des adultes, dans le lait maternel et dans les céréales germées. Cette substance est une "enzyme"

Les animatrices informent les mères qu'elles peuvent aussi mettre dans la bouillie épaisse et chaude un peu de leur lait pour la liquéfier ou mélanger la bouillie avec la cuillère qui leur a servi à goûter la bouillie avant de la donner à leur enfant. Le peu de leur salive suffit à liquéfier la bouillie : Comme le malt, le lait maternel et la salive contiennent des amylases toujours disponibles.

(1) Voir Document 05 a, "La préparation de la bouillie en photos"

Message n°1, à propos des "Bouillies" :

**« Respecter des proportions "1 volume de farine pour 2 volumes d'eau" ».**

La plupart des recettes de bouillies, (bouillies dites enrichies, composées, améliorées, ...) ne mentionnent pas la quantité d'eau nécessaire à leur préparation. La quantité d'eau est laissée à l'appréciation des mamans qui pensent bien faire en adaptant la consistance de la bouillie à l'âge ou à l'état de l'enfant.

Ces bouillies sont donc préparées en mettant beaucoup trop d'eau : 1 volume de farine pour 4 volumes d'eau, et même 6 volumes d'eau si l'on compte l'eau rajoutée lorsque la bouillie est jugée encore trop épaisse. Cette dilution change l'aspect de la bouillie, en diminue beaucoup la valeur nutritive, sans améliorer sa digestion.

Penser que "Plus l'enfant est jeune et fatigué, plus la bouillie doit être "légère", c'est-à-dire être diluée avec de l'eau pour lui permettre de la consommer" est une erreur qui conduit à leur donner des bouillies extrêmement "pauvres" dont la consommation conduit à des désastres !

En effet, c'est la farine, qui est nourrissante, pas l'eau. Pour grandir et grossir, les jeunes enfants ont besoin d'aliments qui contiennent beaucoup d'énergie et beaucoup de nutriments, sous un faible volume. Ces aliments doivent aussi être suffisamment liquides pour être consommables ;

Même avec une farine ordinaire, il est possible de préparer des bouillies concentrées liquéfiées.

**« Il faut mettre beaucoup de farine et pas beaucoup d'eau »  
et la liquéfier**

Les Bouillies Concentrées Liquéfiées sont préparées avec très peu d'eau :  
1 volume de farine pour seulement 2 volumes d'eau.

Message n° 2, à propos des "Bouillies" :

**« Ne pas diluer les bouillies avec de l'eau, mais les liquéfier »**

Les animatrices des MBB préparent la bouillie et la distribuent épaisse et chaude dans les bols. Chaque mère, à qui on aura donné un peu de malt, ajoute alors, **elle-même**, les trois pincées de malt. Cette façon permet aux mères de bien observer la liquéfaction, mieux que si la bouillie est liquéfiée avant sa distribution.

La liquéfaction est un "secret" que certaines femmes connaissent mais qu'elles n'osent pas utiliser car elles pensent que « *Ce qui devient liquide est moins nourrissant que ce qui était solide* ». Cette idée est fautive : La liquéfaction change l'aspect de la bouillie, mais sa valeur nutritive reste la même, et sa digestion est plus rapide.

**Le secret de la liquéfaction, sans dilution, doit être partagé.**

C'est un message très important d'éducation nutritionnelle.

Pour bien comprendre la différence entre "diluer" et "liquéfier", chercher avec les familles les mots qui permettent de différencier ces notions dans les langues locales.

Message n° 3, à propos des "Bouillies"

La recette « 1 volume de farine + 2 volumes d'eau + 3 pincées de malt »  
(Malt ou autre source locale d'amylase)  
associe les deux messages "respect des proportions" et "liquéfaction".

**« La Recette 1 + 2 + 3 »**  
permet de préparer des  
**Bouillies Concentrées Liquéfiées (BCL)**

Les BCL répondent aux besoins très importants en énergie et en nutriments des jeunes enfants et à leurs difficultés de déglutition, sans les priver de l'allaitement maternel.

## **2 Animer les activités autour la "farine composée"**

Ayant constaté les bénéfices rapides de la consommation de Bouillie BAMiSA sur la santé et l'éveil de leurs enfants, les mamans seront prêtes à compléter leur formation en apprenant à fabriquer de la Farine Composée sur le modèle BAMiSA.

### **Pédagogie à propos de la farine composée**

Les animatrices expliqueront l'intérêt de d'utiliser des Farines Composées, c'est-à-dire des farines associant une céréale et des légumineuses grasses, comme l'arachide et le soja, en respectant les proportions d'ingrédients conseillées.

Le modèle proposé est la farine BAMiSA <sup>(2)</sup>.

Dans les Unités de Production Artisanales ou en Fabrication Communautaire, les proportions d'ingrédients, en volume ou en poids, de la farine BAMiSA sont :  
Petit Mil (ou Maïs) 60%, Soja 20%, Arachide 10%, Sucre 9%, Sel iodé moins de 1%.

A la maison, pour simplifier, on peut retenir la formule de **farine composée 621**. (pour : **6** volumes de céréale – **2** volumes de soja- **1** volume d'arachide). Avec cette farine composée 621, faire une bouillie concentrée liquéfiée et ajouter, avant sa consommation, du sucre et du sel iodé "selon le goût souhaité".

Les volumes indiqués pour les proportions mesurent des ingrédients qui ont été triés, lavés séchés et grillés.

Message n° 4, à propos des Farines Composées faites à la maison

**« La formule 621 »**  
**6** volumes de céréale grillée + **2** volumes de soja grillé + **1** volume d'arachide grillée  
est un exemple de Farine Composée  
permettant de préparer des Bouillies Concentrées Liquéfiées.

NB. Si le soja est vraiment introuvable, le remplacer par du niébé. Il faudra alors ajouter un peu d'huile dans la bouillie.

(2) Voir Document 03a "La fabrication de la farine BAMiSA en photos".

### **3 Animer les activités autour du Malt pour la bouillie**

La préparation des céréales germées pour faire du malt destiné à la brasserie est bien connue. Mais l'utilisation du malt pour liquéfier les bouillies épaisses est une découverte pour beaucoup de femmes. Pour préparer du "malt pour la bouillie", il est possible d'utiliser la plupart des graines de céréales : sorgho rouge ou blanc, maïs, petit mil, riz paddy,...<sup>(3)</sup>

#### **Pédagogie à propos du malt pour la bouillie**

Message n° 5, à propos du Malt pour la bouillie

Si l'intérêt de la liquéfaction est bien compris, le malt deviendra un **ingrédient de cuisine indispensable** pour préparer les Bouillies Concentrées Liquéfiées pour les jeunes enfants.

NB. Le malt de sorgho germé préparé dans le quartier pour préparer la bière locale peut également être utilisé, mais préférer le malt fait plus proprement à la maison. (Les graines germées et le malt ne contiennent pas d'alcool).

### **4 Vers l'autonomisation**

Un MBB pleinement réussi est un MBB où les familles qui en ont bénéficié s'organisent de façon à poursuivre, en groupe ou à la maison, les bonnes pratiques alimentaires acquises au MBB.

Si la préparation par les familles de farines composées respectant les proportions 621 est assez facile, il peut être plus difficile de réunir les ingrédients, en particulier le soja. C'est pourquoi certains MBB peuvent être prolongés par le financement de "Paniers BAMiSA"<sup>(4)</sup>.

Message n° 6, à propos de l'Autonomie

La préparation de **Farine Composée**, de **Malt pour la bouillie**, et de **Bouillie Concentrées Liquéfiées** doivent devenir des **compétences des mères**.

### **5 Les autres messages donnés dans les MBB**

D'autres messages de nutrition peuvent être donnés :

- La promotion de l'allaitement maternel bien conduit. C'est en fait toujours le premier message qui doit être mis en avant.
- L'ajout de compléments à la bouillie, apportant des minéraux et des vitamines comme la poudre de feuilles de moringa, la spiruline, les extraits foliaires,...
- La bonne nutrition de la mère pendant la grossesse et l'allaitement,<sup>(5)</sup>
- L'éducation à la diversification alimentaire,

(3) Voir Document 04a "La fabrication du malt pour la bouillie en photos"

(4) Les paniers BAMiSA prolongent le financement du MBB en achetant des ingrédients directement donnés aux familles pour qu'elles préparent des farines composées et des BCL à domicile.

(5) Voir par exemple le Document 11d "Le soja dans la cuisine familiale"

Ces messages peuvent être donnés par les animatrices si elles en ont les compétences, ou être donnés par des intervenants extérieurs.

Les thèmes pédagogiques décrits ici ne sont pas spécifiques des MBB. Ils peuvent être utilisés dans d'autres contextes d'éducation nutritionnelle.

## **B - Autres activités des animatrices**

### **5 Assurer les modalités de fonctionnement du MBB**

En fonction des situations particulières à chaque MBB, les animatrices fixeront le nombre d'enfants accueillis, le nombre de séances par semaine et les horaires de fonctionnement.

Le fonctionnement d'un MBB doit être souple, s'adapter aux besoins locaux, aux possibilités de chaque MBB, aux conditions saisonnières.

Les animatrices devront gérer le MBB, c'est-à-dire :

- Organiser avec les femmes le lieu des activités,
- Approvisionner le MBB en farine Bamisa pour démarrer.
- Trouver le petit matériel nécessaire à la préparation des bouillies et le garder en sécurité.
- Assurer l'approvisionnement en eau, en bois de chauffe.
- Puis trouver les matières premières et le petit matériel nécessaire à la préparation de la farine.

La gestion du MBB nécessite de

- Tenir un cahier pour enregistrer les enfants présents et le nombre de bouillies distribuées.
- Tenir une fiche ou une page de cahier par enfant
- Tenir un cahier dépenses-recettes de façon à suivre le budget du MBB.

### **6 Organiser le suivi des enfants et le dépistage de la malnutrition**

Les animatrices suivront les enfants du MBB et en particulier noteront l'amélioration de leur état nutritionnel.

Après explication aux mères de l'intérêt de la mesure du périmètre brachial (PB), la distribution aux mères de bandelettes permettant la mesure du PB devrait pouvoir se faire dans les MBB.

**La malnutrition infantile reculera quand les familles remplaceront les bouillies “traditionnellement préparées avec beaucoup d'eau”, par des “Bouillies Concentrées Liquéfiées”.**

Ce document 07cd, dédié au rôle des animatrices, complète les documents précédents 07 cb “Principes de fonctionnement des MBB” et 07cc “Description et Acteurs des MBB”. La connaissance de ces documents est nécessaire pour bien organiser un MBB.