

ÉCHOS DU COEUR

Éducation et inspiration... des horizons infinis !



L'ÉDITORIAL



LE TEMPS DU CARÊME

Le temps du Carême nous est donné chaque année comme une étape privilégiée de réflexion, de conversion et d'espérance.

Dans la tradition chrétienne, le Carême nous conduit vers la joie de Pâques. C'est un chemin intérieur qui nous invite à grandir humainement et spirituellement.

Dans la tradition musulmane, le Ramadan constitue également un temps fort de jeûne, de prière et de générosité.

Cette proximité dans les valeurs est une belle occasion de rappeler ce qui nous rassemble.

Durant cette période, nous sommes appelés à vivre trois dimensions essentielles : le partage, la prière et l'effort. Le partage nous ouvre aux autres, en particulier aux plus fragiles. La prière nous aide à donner du sens à nos actions. L'effort, enfin, nous encourage à dépasser nos habitudes et à faire des choix responsables.

Notre collège n'est pas seulement un lieu d'apprentissage académique. Il demeure un lieu d'ouverture, de dialogue et de fraternité dans un esprit de respect et de vivre-ensemble.

Que ce temps nous aide à renforcer les liens qui nous unissent et à faire grandir en chacun le sens du respect, de la solidarité et de la paix.

Le Chef d'établissement



Le mois des élans et des engagements

Février, mois le plus court de l'année, n'en est pas moins l'un des plus riches. À mi-parcours de l'année scolaire 2025-2026, il nous invite à faire une pause pour mesurer le chemin parcouru, saluer les efforts accomplis et raviver l'enthousiasme qui nous porte depuis septembre.

Ce numéro de février 2026 reflète pleinement l'énergie et la créativité qui animent notre établissement Lasallien. Au fil des pages, vous découvrirez les moments forts qui ont rythmé ces dernières semaines : projets pédagogiques, concours, sorties éducatives, initiatives solidaires et ateliers artistiques. Chaque événement témoigne de l'engagement collectif de notre communauté scolaire.



Nous sommes particulièrement fiers de mettre en lumière les articles rédigés par nos élèves. Leurs regards, leurs analyses et leurs récits donnent à cette revue une authenticité précieuse. Ils nous rappellent que l'école n'est pas seulement un lieu d'apprentissage académique, mais aussi un espace d'expression, de réflexion et de construction personnelle.

Février est aussi un mois propice aux projets collaboratifs et aux actions citoyennes. À travers les activités organisées, nous continuons à promouvoir des valeurs Lasalliennes essentielles : Foi, Service et Fraternité. Ces valeurs prennent vie dans chaque classe, chaque activité et chaque initiative portée par nos élèves et nos enseignants.

À toutes celles et ceux qui ont contribué à ce numéro nous adressons nos sincères remerciements. Votre investissement fait de cette revue un véritable miroir de la vitalité de notre établissement.

En tournant ces pages, nous vous invitons à célébrer les réussites, à découvrir les talents et à partager la fierté d'appartenir à la communauté éducative du Collège du Sacré-Cœur.

Bonne lecture à toutes et à tous,

*Frère Jean-Claude Abou-Atmé
Rédacteur en chef*



Parcours SANTÉ : Adopter une alimentation équilibrée



Afin d'être à jour avec la nouvelle pyramide alimentaire et d'encourager les enfants à adopter une alimentation équilibrée, les élèves ont réalisé une activité pédagogique qui leur a permis de découvrir les différentes familles d'aliments et de comprendre l'importance de consommer chaque jour au moins un aliment de chaque groupe. Cette approche s'est faite à travers la dégustation des aliments, et non seulement à l'aide de fiches d'activités, afin de rendre l'apprentissage plus concret, sensoriel et motivant.

Les enfants ont ainsi appris en manipulant, en goûtant et en échangeant, tout en développant de bonnes habitudes alimentaires de façon ludique.





La vie consacrée et la vocation de Frère

À l'occasion de la fête de la Présentation de Jésus au Temple, nos élèves ont célébré « Jésus lumière du monde ! ». En outre, cette semaine, dans notre établissement, nous avons consacré un temps particulier à la réflexion autour de la vie consacrée. En classe, ainsi que durant la célébration de la messe de la Présentation de Jésus au Temple, marquée par la bénédiction des bougies, nous avons eu l'occasion d'approfondir avec les élèves le sens de la vie consacrée.

Nous avons particulièrement mis en lumière la vocation de Frère, son témoignage de foi, de service et de dévouement au cœur de l'Église et du monde. Ces moments d'échange, de prière et de réflexion ont permis à tous les élèves de mieux comprendre la richesse des différents appels que Dieu adresse à chacun.



Résultats exceptionnels lors de la récente simulation des Nations Unies

La délégation du CSC continue de se distinguer par la qualité de ses interventions et son engagement grâce à leur talent et à la solidité de la préparation académique offerte au CSC.

Nous tenons à féliciter nos deux étudiantes : Clara rita El Hachem, pour l'obtention du *Diplomacy Award* (2^e place) au sein du Model European Union (MEU), et Mira Kaissi, pour l'obtention du *Country Statement Award* (3^e place) au sein du Model Arab League (MAL).





Une journée de perfectionnement pédagogique !

Ce samedi 7 février, les enseignants du CSC se sont réunis pour une journée intense de réflexion et de formation. Au programme : l'école de demain.

L'accent a été mis sur les approches pédagogiques émergentes. De la réalité virtuelle (VR) à la robotique, en passant par la méthodologie STEAM, nos enseignants et personnels IT ont exploré de nouveaux outils pour offrir à nos élèves une expérience d'apprentissage toujours plus immersive et interactive.

La matinée s'est poursuivie par des ateliers stratégiques : une évaluation de notre Projet d'Établissement (PE 23-26), un brainstorming collectif pour le PE 27-30, une formation pratique en robotique pour les cycles maternel et primaire.

Un grand merci à la Direction et à l'ensemble du personnel pour leur dynamisme et leur volonté de toujours repousser les limites de la pédagogie !





Lundi des Cendres

En Lundi des Cendres, nous avons entamé le Carême, guidés par la prière, la solidarité et le jeûne. Une messe a regroupé les élèves, les enseignants et les membres de la communauté éducative pour entrer ensemble dans le temps du Carême.

En recevant les cendres, nous avons été invités à la conversion du cœur, à la prière, au partage et à l'amour du prochain.

Que ce temps saint nous aide à grandir dans la foi, à nous rapprocher de Dieu et à devenir des témoins de paix et de charité autour de nous.





Expérimenter pour apprendre



En petite section, apprendre se fait avant tout en manipulant et en jouant.

Les élèves de la petite section ont manipulé du riz et de la semoule et se sont amusés à transvaser ces matières à l'aide d'une cuillère dans des bols.

Cette activité ludique permet de développer la motricité fine, la coordination œil-main et la concentration, tout en favorisant le plaisir d'apprendre par l'expérience.



Un joli moment de partage et de bonne humeur !

En cette période hivernale, les élèves de la moyenne section ont partagé un doux moment de convivialité autour d'un thé chaud et d'une délicieuse galette pour se réchauffer.





Les Classes Terminales : Une Matinée de Prière et de Réflexion



Les élèves des classes terminales ont vécu un temps de recueillement, ouvrant le chemin du Carême : une matinée exceptionnelle de prière, d'enseignement, d'activités et d'adoration du Saint-Sacrement. Ce temps est un appel humble et profond à l'essentiel, à l'humilité et à une fidélité renouvelée.

Que ce moment nourrisse en chacun une croissance intérieure et une attention sincère aux autres.





La récollecion des classes de 3^e

« Observez les oiseaux du ciel », « apprenez des fleurs des champs »

Avec l'Évangile de Saint Matthieu, le Révérend Père Fadi a expliqué, en cette matinée de récollecion, comment chercher le vrai trésor chrétien en mettant nos besoins, nos inquiétudes, nos manques, nos tristesses de chaque jour, ... de côté, mais aussi comment chercher d'abord le Royaume de Dieu et sa Justice pour que tout nous soit donné.

Cette matinée de prière, d'enseignement, d'atelier, d'adoration du Saint Sacrement, a été clôturée par la messe : c'était une grande joie, un temps fort avec les élèves qui ont cheminé ensemble pendant ce Carême afin d'arriver plein d'espoir à la Résurrection





La musique au cœur de la vie scolaire

Chaque jour, durant la récréation, les élèves de 4^e et de Grade 8 se retrouvent avec enthousiasme pour s'entraîner à la musique.

Ces moments de répétition ne sont pas seulement un temps d'apprentissage artistique, mais aussi une belle occasion de collaboration, d'écoute mutuelle et de partage.

Dans notre établissement lasallien, fidèle à l'esprit de Jean-Baptiste de La Salle, nous encourageons chaque élève à découvrir et à développer ses talents. La musique devient ainsi un moyen privilégié d'expression, de créativité et d'épanouissement personnel.

Nous sommes fiers de voir nos élèves s'investir avec autant de motivation et de joie, faisant de la musique un véritable langage de fraternité au sein de notre collège.

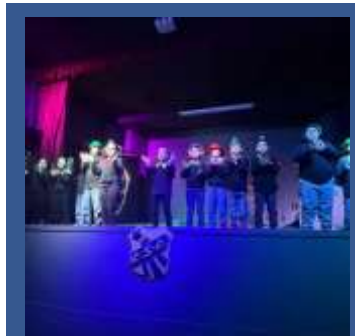


Our mini-stars: No to violence!

"Man is born free, and everywhere he is in chains."

Empathy, fraternity, and acceptance... these are the values we plant deep within our students. Surviving bullying is an everyday battle, but we have grown really strong, solid soldiers. Our lower elementary students insisted on showing the world the impact of bullying, the pain it causes, and the isolation it puts you through.

Our students said NO! They have had enough... Have you?





La 2^e journée de formation des nouvelles recrues : partage et émotions !

Le samedi 21 février 2026, nous avons eu le plaisir de réunir nos nouveaux collaborateurs pour leur deuxième journée de formation.

Plus qu'une simple étape administrative, cette rencontre est un moment privilégié pour s'imprégner de notre mission éducative et resserrer les liens de notre communauté.

La matinée, riche en partage et émotions, s'est articulée autour de plusieurs temps forts : Un temps de prière et des activités "brise-glace" pour favoriser l'unité. Les mots d'accueil inspirants de notre Chef d'établissement, M. Rodolphe Abboud. Un questionnaire dédié au ressenti des recrues après leurs cinq premiers mois au sein du CSC. Une table ronde passionnante sur le partage d'expériences et l'étude des documents de référence pour accompagner leur quotidien pédagogique.

Bienvenue dans la grande famille lasallienne ! Ensemble, nous continuons à bâtir l'avenir de nos élèves avec passion et dévouement.





Le 400^e anniversaire de la naissance de la Marquise de Sévigné.

À l'occasion du 400^e anniversaire de la naissance de Madame de Sévigné, figure littéraire du XVII^e siècle, célébré durant ce mois de février, les élèves de la 5^e A ont vécu une expérience enrichissante en cours de français.

Au fil des séances, ils ont travaillé sur des extraits des célèbres lettres de cette grande épistolière du XVII^e siècle. À travers la lecture et l'analyse de ses écrits, les élèves ont découvert la richesse de la langue française classique, l'art de raconter des événements du quotidien ainsi que l'expression des sentiments, notamment l'amour maternel qu'elle portait à sa fille.



Pour approfondir leurs connaissances, les élèves ont également mené des recherches sur la vie et l'époque de Madame de Sévigné. Ils ont exploré le contexte historique, les habitudes de communication au XVII^e siècle et l'importance des lettres à une époque où les moyens de communication étaient limités.

Ce travail s'est concrétisé par des activités variées et créatives : réalisation d'une maquette autour du thème des lettres, préparation de décorations illustrant l'époque, et mise en valeur de citations choisies. Grâce à leur engagement et à leur esprit d'équipe, la classe a su donner vie à ce projet culturel.

Cette initiative a permis aux élèves d'allier apprentissage, créativité et culture, tout en rendant hommage à une grande figure de la littérature française.



Quand on parle image de soi et équilibre avec nos jeunes lycéens

Dans le cadre du Parcours d'éducation à la santé, et conscients que l'adolescence est une étape clé dans la construction de l'estime de soi, nos élèves de Seconde ont participé à une intervention animée par Mlle Djemila Roukoz, diététicienne et psychologue.

Durant une heure d'échange dynamique, ils ont abordé l'image corporelle, la perception de leur propre corps, les bonnes habitudes alimentaires et l'importance d'un équilibre sain, loin des pressions, des stéréotypes et des troubles alimentaires.

Un temps précieux pour apprendre à mieux se connaître, à mieux s'accepter... et à prendre soin de soi.



Sensibilisation aux troubles des apprentissages

Dans le cadre de notre engagement à accompagner au mieux le développement et l'épanouissement de chaque enfant, le département MPS a invité les parents des élèves du primaire II à une pièce de théâtre de sensibilisation, préparée et animée par l'Association CLES.

Cette pièce a abordé, de manière accessible et bienveillante, 4 troubles d'apprentissage : le déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité (ADHD), la dyslexie, la dysphasie et la dyspraxie.

Cette initiative a renforcé la compréhension, l'accompagnement et la collaboration entre le collège et les familles, au service des enfants.



PAR LEURS PROPRES PLUMES!

Une responsabilité partagée, une culture à faire vivre

Derrière chaque enfant, il y a une histoire. Une fragilité parfois invisible. Un besoin d'être accompagné. Un cœur qui ressent, parfois en silence. Chaque regard, chaque parole, chaque attitude laisse une trace qui peut durer toute une vie.

Aujourd'hui, nos enfants et adolescents évoluent dans un monde où les risques sont multiples — à la maison, à l'école, dans leur environnement social. Certaines situations peuvent fragiliser leur sécurité, leur dignité ou leur équilibre.

Face à cette réalité, notre engagement est clair : Prévenir, protéger et sensibiliser. Mais ces mots prennent sens uniquement si nous les incarnons.

Prévenir, c'est agir avant que les difficultés ne s'installent. C'est créer un cadre clair et sécurisant. C'est être attentif aux signaux, aux changements de comportement, aux silences comme aux paroles. C'est former les adultes à reconnaître ce qui peut inquiéter. C'est aider les élèves à comprendre leurs droits et à développer des repères sains.

Protéger, ce n'est pas seulement intervenir lorsqu'un danger apparaît. C'est choisir de ne pas détourner le regard, c'est être vigilant, faire preuve d'une attention soutenue, d'une surveillance attentive pour veiller sur l'autre afin de prévenir des risques. C'est écouter un enfant sans minimiser sa parole. C'est agir lorsque sa sécurité, sa dignité ou son équilibre sont menacés. C'est travailler en partenariat, avec discernement et responsabilité. Protéger, ce n'est ni juger, ni accuser. C'est prendre soin.

Sensibiliser, c'est faire grandir une conscience commune. Informer les élèves. Accompagner les parents. Former les équipes éducatives.

Créer des espaces de dialogue, de réflexion et d'accompagnement.

La protection de l'enfance ne repose pas sur une seule personne. Elle repose sur une vigilance partagée. Enseignants, parents, personnel éducatif, personnel de service... chacun, à sa place, participe à cette culture de protection. Il ne s'agit pas de surveiller. Il ne s'agit pas de pointer des erreurs. Il s'agit d'être attentifs les uns aux autres. Le quotidien n'est pas simple.

Parents comme professionnels, nous portons tous nos réalités, nos inquiétudes, nos limites, parfois nos propres fragilités. Nous pouvons nous sentir fatigués, dépassés, moins disponibles.

Ce protocole ne nie pas ces difficultés. Au contraire, il les reconnaît. Il nous rappelle que pour protéger les enfants, nous devons aussi prendre soin du bien-être des adultes qui les entourent. Faire vivre ce protocole, ce n'est pas appliquer un document.

C'est cultiver un état d'esprit :

- Oser parler quand quelque chose inquiète
- Demander de l'aide sans peur d'être jugé
- Travailler ensemble
- Accepter que le chemin ne soit pas toujours linéaire

Oui, parfois nous avancerons lentement. Oui, parfois nous trébucherons. Mais l'essentiel est de rester dans la même direction : Celle d'une école qui choisit la protection, la bienveillance et la responsabilité partagée. Parce qu'une école protectrice n'est pas une école parfaite. C'est une école consciente, attentive et solidaire, où les adultes sont eux aussi soutenus. Une école où l'enfant se sent en sécurité, où il peut s'exprimer et être entendu. Une école Amie de l'enfant.

*Caroline Kikano Maalouf,
Assistante Sociale, Coordinatrice du groupe MPS*

Poème dédié au Frère Jean-Claude

Dans la grande cour du Sacré-Cœur
 Marche un Frère au grand cœur
 Jean-Claude, doux comme une prière
 Semant la paix sur chaque pierre

Il guide sans bruit, sans éclats,
 Mais chacun sait qu'il est là
 Dans un sourire, un conseil discret
 Un regard qui dit « N'ayez pas peur,
 avancez en paix »

Sous les fenêtres éclairées par le soleil
 Il parle avec une voix sincère
 Ses mots sont simples, mais profonds,
 Comme un écho venu du ciel

Au Sacré-Cœur, son nom résonne,
 Comme une cloche bienveillante
 Frère Jean-Claude, humble et sage
 Tu es pour nous un courage plein d'espoir

Adel Houry, 4^{ème} B

Un nouveau Bienheureux : Père Béchara Abou Mrad

Le Pape Léon XIV a récemment autorisé la publication d'un décret reconnaissant un miracle attribué au prêtre libanais Béchara Abou Mrad, ouvrant ainsi la voie à sa béatification officielle en 2026 — une étape majeure dans le processus qui peut mener à la canonisation.

Né Selim Jabbour Abou-Mourad le 19 mai 1853 à Zahlé dans la vallée de la Békaa (Liban), il entre très jeune dans la vie religieuse. En 1874, il rejoint l'Ordre basilien du Très-Saint-Sauveur (Basilian Salvatorian) et prend le nom de "Béchara", signifiant « Bonne Nouvelle ». Il devient prêtre en décembre 1883.

Durant plus de trois décennies (1891-1922), il est missionnaire itinérant parmi les villages du Mont-Liban, parcourant les sentiers à pied pour annoncer et vivre l'Évangile, écouter les confessions, visiter les malades et encourager les fidèles. Plus tard, il sert comme curé et confesseur à la cathédrale de Saïda (Sud-Liban), il meurt le 22 février 1930.

Pendant sa vie, le père Abou Mrad était connu pour sa profonde humilité, sa vie de prière intense et son amour pastoral, au point qu'on l'a parfois comparé au *Cure d'Ars* pour son dévouement au confessionnal et à l'accompagnement spirituel des fidèles.

Il avait aussi la réputation d'une grande simplicité et d'une charité sans limites, ce qui a suscité une dévotion populaire durable après sa mort. Son tombeau au couvent du Saint-Sauveur à Joun demeure un lieu de pèlerinage pour de nombreux croyants.

Pour qu'un serviteur de Dieu soit béatifié, l'Église catholique exige la reconnaissance d'un miracle attribué à son intercession. Dans le cas du père Abou Mrad, il s'agit de la guérison extraordinaire et permanente d'une femme souffrant d'une maladie grave — un cas que l'Église a jugé directement attribuable à son intercession.

Ce décret du Vatican, annoncé fin février 2026, marque l'entrée du prêtre dans les rangs des bienheureux — un honneur qui permet de le vénérer publiquement dans certaines parties du monde, en particulier au Liban et dans l'Église gréco-catholique melkite.

La béatification de Béchara Abou Mrad est vécue comme un moment fort pour la communauté catholique libanaise et pour l'Église orientale dans son ensemble, illustrant la richesse spirituelle et l'héritage chrétien profond du Liban.

Charbel Saadé, 4^e

La magie du regard

Quand Madame Sonia arrive la classe s'illumine,
Comme un matin doré plein de promesses.
Son charme léger fait battre mon cœur
Et sa grâce transforme mes journées en rêve

Sa voix se glisse dans ma tête comme une mélodie.
Chaque mot devient presque magique,
On aime un peu plus la poésie
Quand son regard la rend magnifique

Belle et brillante, quel joli mystère !
Entre charme et intelligence infinie,
Madame Sonia, mon enseignante préférée,
Rend le cours de français plus beau....

Emmanuel Saïd, 4^e A

The Impact of Artificial Intelligence on the Quality of Learning

Nowadays, artificial intelligence is increasingly used in schools, affecting the way students learn and study. Although AI tools have many benefits, such as helping with homework and explaining misunderstandings, they also present significant drawbacks, including reducing self-confidence and making students more dependent.

AI tools offer many advantages for students. To begin with, they help students understand lessons they did not grasp in class. AI can explain difficult topics in simple ways, making learning more fun and easier. Moreover, AI helps develop thinking skills through brain games and puzzles. Through educational games, AI may help students develop problem-solving and logical-thinking skills. Additionally, AI helps students with research and school projects by organizing information and offering ideas.

Despite these advantages, AI tools also have several disadvantages. Firstly, AI can lower students' self-confidence; when students rely fully on AI, they may start to feel less confident answering questions on their own. Secondly, AI can make students more dependent and may cause them to feel lost without its help. Students may become so used to receiving assistance from AI that they feel stressed when AI tools are not available. Lastly, AI tools may reduce creativity and critical thinking because students may depend on ready-made answers instead of thinking for themselves.

Ultimately, balancing the benefits of AI with its drawbacks is crucial to maintaining a safe and healthy learning environment.

Hassan Itani, Grade 7

La Journée mondiale des malades

Le 11 février est une date importante pour de nombreux croyants à travers le monde. C'est en effet la Journée mondiale des malades, instituée par Jean-Paul II en 1992, ainsi que la fête de Notre-Dame de Lourdes, en mémoire des apparitions mariales à Bernadette Soubirous en 1858, dans la ville de Lourdes.

Cette journée est consacrée à la prière pour les personnes malades et à la reconnaissance envers celles et ceux qui les accompagnent : familles, soignants, bénévoles. Elle rappelle l'importance de la compassion, de l'écoute et du soutien envers ceux qui souffrent dans leur corps ou dans leur cœur.

Cette année, le 11 février J'ai vécu de manière particulière la journée mondiale des malades. Touché par le sens de cette journée, j'ai pris un moment pour prier spécialement pour les malades. Avec foi et sincérité, j'ai confié à Dieu toutes les personnes qui traversent l'épreuve de la maladie.

J'ai également rendu visite aux membres malades de ma famille. Par ma présence attentive, mes paroles pleines de douceur et mes gestes simples, j'ai apporté du réconfort et de la consolation.

Ce geste rappelle que chacun peut être porteur d'espérance. En ce 11 février, à l'exemple de Notre-Dame de Lourdes, symbole de compassion et de tendresse, j'ai pensé que la solidarité et l'amour du prochain sont à la portée de tous.

Ainsi, la Journée mondiale des malades n'est pas seulement une date sur le calendrier : elle devient une invitation concrète à agir, à aimer et à soutenir ceux qui en ont besoin.

Anthony Hajj, 5^eB

Le Trésor des Générations

Lorsque le soleil se lève
Après avoir vu un beau rêve
Je vis un petit oiseau
Contemplant un joli ruisseau

Le créateur nous a fait ce don
Ne le laissez pas en abandon
Préservez-le en toute saison

La nature nous offre un refuge
Où les rayons nus jugent
En se baladant, un tapis de fleurs nous entoure
Une brise discrète et légère au détour

Amoureux de la nature
Il faut que ce trésor dure
Pour toute génération future

Moughrabi Jana (2AS A) bac français

9 février : Saint Frère Miguel

Le 9 février, nous avons célébré la fête de Saint Frère Miguel, mais qui est St Frère Miguel ?

Saint Frère Miguel est un religieux catholique très important originaire de Équateur. Il est aussi connu sous le nom de Miguel Febres Cordero.

Il est né le 7 novembre 1854 à Cuenca (Équateur) dans une famille catholique. Dès son enfance, il souffrait d'une infirmité aux pieds qui l'empêchait de marcher facilement, mais cela ne l'a pas empêché de suivre sa vocation religieuse.

Très jeune, il a intégré l'Institut des Frères des Écoles Chrétiennes. Il prit le nom de Frère Miguel en entrant dans cet ordre religieux.



Il a passé la plus grande partie de sa vie à enseigner et à écrire des ouvrages scolaires, notamment une grammaire espagnole qui fut largement utilisée dans les écoles. Il était aussi très apprécié pour sa gentillesse, sa patience et son dévouement auprès des enfants et des jeunes. Il a enseigné pendant plus de 40 ans, principalement à Quito, en Équateur.

Il a rédigé plusieurs livres scolaires et des textes éducatifs importants. Il était connu pour son amour de l'éducation et sa profonde spiritualité.

Frère Miguel est décédé le 9 février 1910 à Premià de Mar, en Espagne. Il fut béatifié le 30 octobre 1977 par le pape Paul VI et ensuite canonisé le 21 octobre 1984 par le pape Jean-Paul II, devenant ainsi le premier saint équatorien masculin de l'Église catholique.

La mémoire liturgique de Saint Frère Miguel est célébrée chaque 9 février, date de sa mort.

Saint Frère Miguel est un modèle pour tous les élèves et enseignants parce qu'il a consacré sa vie à l'éducation, à la foi et au service des autres. Il nous montre qu'avec patience, courage et amour, on peut changer la vie des personnes autour de nous même avec des difficultés personnelles.

Ricardo Ammar, 4^e

GUIDE DU BIEN-ÊTRE

DÉFI FAMILIAL : 7 jours pour rééquilibrer les écrans

Les écrans font partie de notre quotidien. Ils ne sont pas nos ennemis. Mais lorsqu'ils prennent trop de place, ils peuvent affecter le sommeil, la concentration, l'apprentissage scolaire, l'humeur, la confiance en soi, les relations familiales et sociales, la communication et la vie sociale.

Et si nous relevions ensemble un défi familial ?

Un défi simple, bienveillant et progressif pour retrouver un équilibre plus serein face aux écrans et préserver ce qui compte vraiment. Parce que le plus précieux ne se trouve pas sur un écran, mais dans la qualité de nos présences les uns aux autres, dans les regards échangés, les conversations partagées et les moments vécus ensemble qui construisent et sécurisent nos enfants.

Ce défi n'est pas une interdiction. C'est une invitation à retrouver un équilibre sain et apaisé au sein de la famille.

Pendant 7 jours, offrons-nous l'occasion de ralentir, d'observer et de recréer des moments de qualité en famille.

OBJECTIF DU DÉFI

Réduire progressivement le temps d'écran et renforcer le lien familial, sans conflit ni culpabilité.

LE PROGRAMME DES 7 JOURS

Jour 1 – Observer sans juger

Notez :

- Combien de temps mon enfant passe-t-il réellement sur les écrans ?
- À quels moments de la journée ?
- Pour quoi faire ?

Comprendre avant d'agir.

Jour 2 – Dialoguer

Parlez calmement avec votre enfant :

“Je voudrais qu'on trouve ensemble un meilleur équilibre avec les écrans.”

Fixez un objectif réaliste :

- -30 minutes par jour
- Pas d'écran pendant les repas
- Téléphone hors chambre la nuit

Jour 3 – Instaurer UNE règle simple

Choisissez une seule règle familiale claire.

Exemples :

- Pas d'écran pendant les repas
- Pas d'écran 1h avant le coucher
- Téléphones dans un espace commun le soir **Les parents montrent l'exemple.**

Jour 4 – Proposer une alternative

On ne retire pas sans proposer des alternatives.

Idées :

- Jeu de société
- Marche en famille
- Lecture partagée
- Sport
- Temps de discussion
- L'important n'est pas l'activité... mais le moment partagé.

Jour 5 – Gérer les résistances

Il peut y avoir :

- Colère
- Ennui
- Négociation

Jour 6 – Valoriser les efforts

Remarquez les progrès.

“J’ai vu que tu as respecté la règle.”

“On a passé un bon moment ensemble.”

La reconnaissance renforce plus que la punition.

Jour 7 – Faire le bilan

En famille, posez-vous ces questions :

- Qu’est-ce qui a été difficile ?
- Qu’est-ce qui a été agréable ?
- Qu’est-ce qu’on garde pour la suite ?

L’objectif n’est pas la perfection.

C’est l’amélioration durable.

REPÈRES IMPORTANTS

Selon les recommandations de l’Organisation mondiale de la Santé :

- Avant 3 ans : éviter les écrans
- 3–5 ans : maximum 1h par jour
- Au-delà : usage limité et accompagné

Mais le plus important n’est pas seulement le temps...

C’est le contenu, le contexte et l’état émotionnel de l’enfant.

RAPPEL ESSENTIEL

Les enfants ont besoin :

- de présence
- de dialogue
- de cadre sécurisant
- d’exemple parental

Les écrans ne remplacent jamais le lien.

Et si cette semaine, nous choissions de nous reconnecter les uns aux autres ?

Au bout de ces 7 jours, vous ne mesurerez peut-être pas seulement moins de temps d’écran mais davantage de regards chaleureusement échangés, de conversations sincères et de précieux moments en famille.

Car finalement, ce ne sont pas les écrans qui marquent l’enfance ...ce sont les souvenirs que nous vivons ensemble. Merci de relever ce défi avec nous.

*Caroline Kikano Maalouf,
Assistante Sociale, Coordinatrice du groupe MPS*

POUR LES AMATEURS DES JEUX D’ESPRIT !

QUI SUIS-JE ?

- A-** J’ai quatre pattes et un dos, mais je ne peux pas marcher.
- B-** Je suis un fruit de forme ovale. Ma pulpe est verte sucrée et acidulée. Ma peau est brune et poilue. Je porte le même nom qu’un oiseau.
- C-** Je suis un fruit et en même temps un métier.
- D-** Je porte des lunettes mais je ne vois pas.

CHARADE

Mon premier est le contraire de tard.
Mon deuxième est une lettre.
Mon troisième est le synonyme d’année.
Mon tout coule fort.

Réponses dans le prochain numéro !

Réponses Numéro 4

Qui suis-je ? A- Peigne B- Orange C- Fraise D- Champignon E- et

Charade : Voiture (voix - tu - re)

ENIGME...

par Moallic



Comme chaque semaine, Ludovic, détective privé, vous propose une énigme policière. Regardez bien chaque détail, chaque parole prononcée et vous découvrirez la clé de l'énigme. Bonne enquête.

Justin est passé par là !



2. LUDOVIC interroge le propriétaire qui déclare n'avoir vu personne.



4. Mais LUDOVIC se méfie et observe soigneusement la maison.



1. La poursuite d'un repris de justice nommé Justin amène LUDOVIC devant une maison isolée.



3. ...et répond aux questions que lui pose LUDOVIC. Il paraît honnête...



5. Trois détails permettent à LUDOVIC de parler ainsi. Quelles sont ces trois preuves ?

ICONOGRAPHIE – SJB de La SALLE



Tableau de Aurelio Mariani (1906) : le Fondateur bénit les deux Frères Drolin, Gabriel et Gérard, qu'il envoie à Rome, où seul se fixera le premier (1702). Geste de fidélité au Pape et première expansion de l'Institut hors de France.

Painting by Aurelio Mariani, 1906 : The Founder blessing the Drolin Brothers, Gabriel and Gerard, before their departure for Rome in 1702. Only Gabriel was to stay. This early presence of the new Institute in Rome was a sign of loyalty to the Pope and the first expansion beyond France.



La mort de Jean-Baptiste DE LA SALLE (7 avril 1719), tableau par Grellet (1859). Le peintre a représenté la « famille lasallienne » réunie autour du Saint : frères d'école, un frère « servant » en robe de bure, des novices, des « aspirants » et un ecclésiastique avec visage énigmatique franchissant le seuil : jusqu'à sa mort le Saint eut des démêlés avec l'autorité diocésaine....

Death of John Baptist DE LA SALLE, April 1719. Painting by Grellet, 1859, who has portrayed various members of the Institute: school Brothers, a serving Brother with a brown religious habit, some novices and postulants, besides a mysterious clerical figure in the doorway. Right up his death, the Founder had misunderstandings with the pastor and the archbishop.

LA RUBRIQUE CULTURELLE

Une École de la coopération pour préparer le monde de demain De l'apprentissage de la solidarité en classe à celui de la solidarité avec la planète

La solidarité, aujourd'hui, ne peut s'arrêter à la porte de la classe. Car, selon la belle formule d'Albert Jacquard, « la solidarité, dans le monde, n'est pas d'abord une valeur, elle est d'abord un fait : nous sommes solidaires, reliés inextricablement les uns aux autres comme à l'univers dans lequel nous vivons ».

Face à l'urgence, les idées et les propositions font leur chemin depuis quelque temps : l'Éducation à l'Environnement et au Développement Durable (EEDD) est inscrite dans les programmes scolaires et de nombreuses initiatives voient le jour dans ce domaine. C'est, ici, l'apprentissage systématique des écogestes, en matière d'alimentation, de tri des déchets ou d'économie d'énergie.

On ne peut plus, dans l'éducation de nos enfants, faire l'impasse sur l'écologie, tout autant comme une discipline constituée qui nous permet de comprendre l'interaction entre tous les éléments de notre monde, que comme un véritable projet de société fondé sur une alliance apaisée entre les humains et la nature.

Mais il faut, pour cela, dépasser le simple stade d'enseignements ou de projets ponctuels qui laisseraient penser qu'on peut sauver la planète en introduisant quelques enclaves vertueuses sans rien changer à la logique individualiste et productiviste qui nous conduit à l'impasse. Il faut permettre à nos enfants de comprendre que leurs aînés ont fait des choix et que d'autres choix sont possibles. Plus encore : il faut leur permettre de faire l'expérience d'un renversement radical de leur rapport au monde. En effet, quand les médias leur montrent une réalité qui fascine et à laquelle il faut se résigner, notre éducation doit les amener à interroger, interpellier pour constater que rien, jamais, n'est définitivement joué. Quand la société les enjoint d'appartenir à un clan qui leur procurera identité et sécurité, notre éducation doit leur montrer que le vrai bonheur est dans l'ouverture à l'altérité.

*Philippe Meirieu
Professeur honoraire en Sciences de l'Éducation*

“Là où les petits pas se transforment en prémices confiants”

L'école maternelle homologuée accueille les enfants de la TPS à la GS dans un environnement bienveillant, sécurisé et stimulant. Elle constitue la première étape essentielle du parcours scolaire et pose les bases solides de la réussite future de chaque élève.

Un environnement plurilingue

Dès le plus jeune âge, les élèves évoluent dans un cadre plurilingue où le français, l'anglais et l'arabe sont intégrés naturellement aux activités quotidiennes, favorisant l'ouverture culturelle et la maîtrise des langues.

Les enfants bénéficient d'une multitude d'expériences enrichissantes, notamment :

- Des enseignantes bienveillantes et expérimentées qui comprennent le développement de la petite enfance.
- Un suivi personnalisé et une communication régulière avec les familles.
- Des petits groupes d'apprentissage et des routines quotidiennes familières.
- Une transition en douceur et rassurante vers l'école primaire.

Ne ratez pas les inscriptions scolaires cette année pour offrir à votre enfant les meilleures opportunités éducatives.



“Where little steps turn into confident beginnings.”

We warmly welcome our youngest learners into the English Section with care, patience, and attention, providing children with a gentle and happy start to their school journey.

A multilingual environment:

From an early age, children grow up in a multilingual environment where English, French, and Arabic are naturally integrated into everyday activities, promoting cultural openness and language proficiency.

Children enjoy a variety of enriching experiences, including:

- Kind, experienced teachers who understand early childhood development.
- Close individual follow-up and regular communication with families.
- Small learning groups and familiar daily routines.
- A smooth and comforting transition into Primary School.

Do not miss out on school enrolment this year to give your child the best educational opportunities.