

ÉCHOS DU COEUR

Éducation et inspiration... des horizons infinis !



L'ÉDITORIAL



Mars entre célébrations et espoir : résister malgré la guerre !

Le mois de mars est traditionnellement riche en célébrations : Journée des droits des femmes, Fête des enseignants, Fête de Saint Joseph, Fête du Fitr, Fête de l'Annonciation, Fête des mères, l'arrivée de printemps et autres moments de partage.

Mais cette année, la guerre a assombri ces instants de joie. Ces derniers temps ont été éprouvants pour beaucoup d'entre nous. Certains ont vécu des inquiétudes, des pertes ou des déplacements. Malgré tout, notre communauté scolaire a trouvé la force de se rassembler, rappelant que même dans l'adversité, la solidarité, la reconnaissance et l'espoir continuent d'illuminer nos vies.

Même en temps de guerre, la Fête des enseignants nous rappelle que leurs paroles éclairent nos vies. Dans l'adversité, leur patience et leur courage deviennent un phare d'espoir pour chaque élève. Grâce à leur engagement, ils ont confirmé que l'école est avant tout un lieu sûr, un espace où chacun peut être écouté et avancer pas à pas.

À nos élèves, nous voulons dire que leurs émotions sont légitimes. Il est normal de ressentir de la peur ou de l'incertitude. Durant ces temps difficiles, vous avez été bien soutenus par des adultes attentifs, qui vous ont accompagnés et aidés à reprendre confiance.

Le Chef d'établissement



Un nouveau printemps

Le mois de mars est, chaque année, un mois riche en événements, en découvertes et en expressions diverses. À travers ce numéro de notre journal scolaire, vous aurez l'occasion d'en parcourir toute la richesse à travers les articles, témoignages et créations de nos élèves.

Cependant, ce mois n'a pas été sans difficultés. Les événements que traverse notre pays ont marqué nos esprits et nos cœurs, apportant leur lot d'inquiétudes et de défis. Malgré cette épreuve collective, nous avons choisi de ne pas céder au découragement.



Bien au contraire, nous avons continué à avancer, à apprendre et à nous exprimer à travers ce qui nous unit profondément : la culture et l'éducation.

Dans cet esprit, nos élèves ont célébré, à leur manière, le *Printemps des Poètes*, cet événement que nous honorons chaque année au mois de mars.

À travers leurs mots, leurs émotions et leur créativité, ils ont su donner vie à des poèmes sincères et inspirants, que vous découvrirez tout au long de ce numéro avec d'autres articles du CSC. Leurs voix témoignent d'une sensibilité et d'une espérance qui méritent d'être mises en lumière.

Par ailleurs, l'arrivée du printemps, symbole de renouveau, nous invite à porter un regard tourné vers l'avenir. Alors que la nature reprend vie, nous espérons, nous aussi, un nouveau départ.

Puissions-nous renaître de nos cendres, à l'image du phénix, plus forts, plus unis et plus déterminés. Que notre établissement du Sacré-Cœur continue de se relever, de grandir et de rayonner, en diffusant autour de lui cette lumière qui éclaire chaque pas et inspire chacun de nos chemins.

Bonne lecture à toutes et à tous.

Frère Jean-Claude Abou-Atmé
Rédacteur en chef



Les petits champions de la lecture : L'aventure commence ici !



Un concours pas comme les autres qui devient forcément jubilatoire à la BCD du cycle primaire du CSC. Ce vent de nouveauté distrayant, basé sur la lecture à voix haute, pour une affaire de trois minutes, a encouragé avec succès le goût de lire par excellence.

D'emblée enthousiasmés, nos petits champions de la lecture n'ont pas tardé à multiplier leurs pas afin de participer à ce jeu ludique en prouvant que les livres ont le pouvoir de faire rêver, réfléchir et grandir.

Ce concours de niveau international est organisé sous le haut patronage du Ministère de l'Éducation française et du Ministère de la culture en France, crée en 2012 par le Syndicat national de l'édition, pensé et ouvert aux classes de CM1 et CM2 des écoles françaises à l'étranger homologuées par l'AEFE depuis 2024.

Cette aventure prestigieuse qui demeure un pilier de la réussite cognitive et scolaire, vise à stimuler le cerveau, à renforcer la confiance en soi, à améliorer la compréhension et l'aisance de lecture, et à valoriser la littérature jeunesse de tout l'ardeur de ses feux.

À vrai dire, nos deux lauréats, Anthony Frem et Tala Hassanieh n'ont pas tardé à démontrer cette grande détermination exemplaire, impressionnante lors de ce concours de compétition majeure et ont réussi à rendre l'ambiance festive par excellence. Leur participation sont déjà des victoires en soi. Nous sommes fiers d'eux et les félicitons pour leur belle performance.





Grandir, comprendre, se protéger.

Pendant 4 journées riches et intenses, nos élèves de 5^e et 6^e ont vécu une expérience forte aux côtés des intervenants de Oum El Nour. Les classes se sont transformées en espaces de dialogue, guidés par des intervenants passionnés et à l'écoute.

Au programme :

- Résister à la pression des pairs
- Renforcer l'estime de soi et apprendre à gérer ses émotions
- Comprendre les dangers des addictions et du cyberharcèlement
- Réfléchir à l'impact des réseaux sociaux sur le bien-être
- Des échanges vrais, des paroles libérées et des prises de conscience.

Accompagner nos jeunes dans ces réflexions essentielles, c'est leur offrir des outils pour faire des choix libres et responsables.

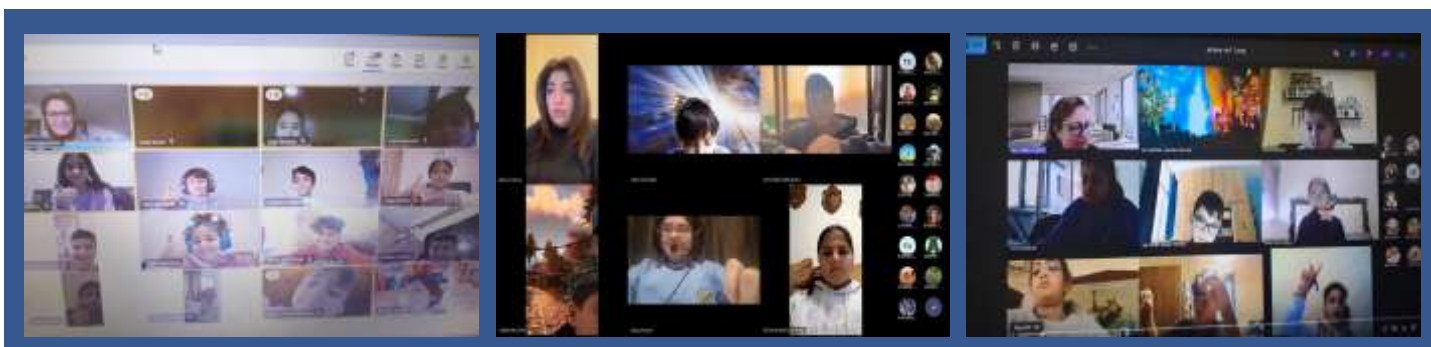


Connectés malgré la distance !



La période d'enseignement en ligne a été une expérience inédite pour notre communauté scolaire. Élèves et enseignants ont dû s'adapter rapidement à de nouveaux outils numériques, à des emplois du temps transformés et à l'apprentissage à distance.

Malgré la distance, des liens forts se sont tissés grâce à la créativité, la patience et la persévérance de tous. Cette période nous a rappelé que l'éducation ne se limite pas à une salle de classe : elle peut traverser les écrans, rapprocher les cœurs et continuer à faire grandir chacun, même dans l'adversité.



Une messe pour la paix : Rassembler nos cœurs au-delà des frontières !



Une messe pour la paix, organisée par notre établissement lasallien, s'est tenue en présentiel et en distanciel, rassemblant élèves, parents et membres de la communauté éducative autour d'un même élan de solidarité et d'espérance.

Dans un contexte marqué par les tensions et les conflits, cette initiative de prière pour la paix a été un moment de recueillement et de réflexion face aux conflits, au-delà des distances. Une paix qui dépasse les frontières, les différences et les incompréhensions pour nous rappeler que nous appartenons tous à une même humanité.

Les prières ont été dédiées aux victimes, aux familles éprouvées, ainsi qu'à celles et ceux qui vivent dans l'angoisse, qui ont perdu un proche, qui cherchent un refuge ou simplement un peu de réconfort.

À eux, nous envoyons un message d'amour et de solidarité.

A Mass for peace, organized by our Lasallian institution, was held both in person and online, bringing together students, parents, and members of the educational community in a shared spirit of solidarity and hope.

In a context marked by tensions and conflicts, this prayer initiative for peace offered a moment of reflection and contemplation, transcending distances. It reminded us that peace goes beyond borders, differences, and misunderstandings, calling us back to our shared humanity.

Prayers were dedicated to the victims, to grieving families, and to all those who live in fear, who have lost a loved one, who are seeking refuge, or simply a moment of comfort.

To them, we send a message of love and solidarity.





Prix de la politesse au CSC : Former des citoyens respectueux.



Dans un monde où les valeurs de respect et de civisme sont parfois mises à l'épreuve, il devient essentiel de les cultiver dès le plus jeune âge. C'est dans cet esprit que le CSC a mis en place une initiative originale et porteuse de sens : le *Prix de la Politesse*.

Ce prix vise à encourager les élèves à adopter une attitude respectueuse et à faire preuve de courtoisie au quotidien. Dire « bonjour », « merci », « s'il vous plaît », écouter les autres, respecter ses camarades et ses enseignants... autant de gestes simples mais fondamentaux qui contribuent à créer un environnement sain et harmonieux.

À travers cette initiative, l'établissement souhaite valoriser les comportements positifs et rappeler que la politesse n'est pas une contrainte, mais une qualité essentielle pour bien vivre ensemble. Les élèves récompensés deviennent ainsi des modèles pour leurs camarades, montrant que le respect et la gentillesse sont des valeurs reconnues et encouragées.

Au-delà du cadre scolaire, ce projet s'inscrit dans une vision plus large : former de futurs citoyens responsables, respectueux et engagés dans leur société. En apprenant dès aujourd'hui l'importance de la politesse, les élèves développent des compétences humaines précieuses qui les accompagneront tout au long de leur vie.

Nous espérons que cette belle initiative fera tache d'huile et inspirera d'autres établissements, mais aussi les familles et la société dans son ensemble. Car c'est ensemble, par de petits gestes quotidiens, que nous pouvons construire un monde plus humain.



La poésie célébrée à distance au Collège du Sacré-Cœur

Face aux circonstances difficiles que traverse actuellement le pays, la communauté éducative a su faire preuve de créativité et d'adaptation en célébrant la Journée mondiale de la poésie à distance.

Malgré l'éloignement, les élèves ont répondu avec enthousiasme à cette initiative. Depuis leurs maisons, ils ont laissé parler leur imagination et leurs émotions à travers de magnifiques poèmes. Désireux de partager leurs créations, ils ont exprimé leur volonté de les publier dans la revue, témoignant ainsi de leur attachement à l'expression artistique et à la vie scolaire.

Mais qu'est-ce que la Journée mondiale de la poésie ? Pratiquée à travers les cultures et tout au long de l'histoire, la poésie parle à notre humanité commune. Elle transforme les mots en une force puissante au service du dialogue, de la compréhension et de la paix.

Célébrée chaque année le 21 mars, la Journée mondiale de la poésie rend hommage à l'une des formes d'expression culturelle et linguistique les plus précieuses de l'humanité. Elle constitue une occasion unique de mettre en lumière les poètes, de raviver les traditions orales et de promouvoir la lecture, l'écriture ainsi que l'enseignement de la poésie à travers le monde.

À travers ses nombreuses initiatives, l'Organisation des Nations Unies pour l'éducation, la science et la culture (UNESCO) œuvre activement pour encourager une culture de la lecture et du partage des connaissances. De la promotion de l'alphabétisation mondiale à des projets tels que la Capitale mondiale du livre, son action vise à rendre la culture accessible à tous.

En ces temps particuliers, cette célébration à distance rappelle combien la poésie demeure un refuge, une lumière et un lien vivant entre les cœurs.



Le respect à l'honneur en classe de 3^e : Une belle initiative qui mérite d'être saluée !



Au sein de la classe de 3^{ème} A, un travail particulier a été mené autour d'une valeur essentielle : le respect. Durant l'heure de vie de classe, les élèves ont été invités à réfléchir à l'importance du respect dans leur quotidien, que ce soit envers leurs camarades, leurs enseignants ou encore leur environnement.

À travers des échanges et des discussions, chacun a pu exprimer son point de vue et partager ses expériences. Les élèves ont ainsi pris conscience que le respect est indispensable pour vivre ensemble dans un climat serein et harmonieux.

Ce projet a permis non seulement de sensibiliser les élèves, mais aussi de renforcer la cohésion du groupe. Les élèves ont décoré le tableau d'affichage devenu ainsi un rappel quotidien de l'importance du respect dans la vie scolaire et au-delà.



Procession des Rameaux

Les élèves des Terminales et Premières, accompagnés des élèves de la Maternelle, ont célébré la procession des Rameaux avec ferveur et joie, chantant "Hosanna" et accueillant Jésus, le Christ sauveur du monde, dans une atmosphère de communion et de partage.

Cette célébration a été un moment de grande émotion, où les élèves du primaire ont participé à la procession par des roses blanches symbole de la paix. Tous ensemble, ils ont chanté Hosanna, Béni soit Celui qui vient au nom du Seigneur. Hosanna.





Le retour en classe : entre défis et espoir

Le retour à l'enseignement en présentiel a marqué une étape importante pour toute la communauté scolaire. Pendant des jours, élèves, enseignants et parents ont dû s'adapter à des conditions inédites, où les écrans remplaçaient les salles de classe et où la distance compliquait les échanges humains.

Le retour à l'école a permis aux élèves de renouer avec un cadre structurant, propice à l'apprentissage et à la socialisation. Les interactions directes entre élèves et enseignants ont redonné vie aux cours et permis un accompagnement plus personnalisé. Même les moments informels dans la cour de récréation ont contribué à un équilibre essentiel au développement des jeunes.

Cependant, ce retour s'est accompagné aussi de défis. Certains élèves ont ressenti du stress ou des difficultés à reprendre un rythme régulier. D'autres devaient combler des lacunes accumulées durant l'enseignement à distance. Il a été donc important que l'école reste un espace bienveillant, où chacun peut avancer à son propre rythme, avec le soutien nécessaire.



La récolte des classes de Seconde

« Va, vends tout ce que tu as, et donne -le aux pauvres ... puis viens suis-moi » *Luc 18/ 22*

Les élèves de Seconde ont participé à une récolte spirituelle qui leur a permis d'approfondir leur foi et leur relation avec Dieu. Ils ont pris part à une prière d'Adoration, participé à des ateliers de réflexion et de créativité, mais aussi à une messe solennelle.

En méditant l'Évangile de l'homme riche, les élèves ont compris l'importance de faire un choix entre les richesses de la terre et celles de la vie éternelle.



PAR LEURS PROPRES PLUMES!

RETOUR À L'ESSENTIEL

En ces temps difficiles, où la violence, la peur et l'incertitude semblent parfois dominer nos vies, il est plus important que jamais de se rappeler ce qui compte vraiment. Pour nos enfants, nos adolescents, pour nous tous en famille, il est temps de retourner à l'essentiel.

L'essentiel, c'est ce lien précieux qui nous unit : la famille, l'amour, la communication sincère. C'est partager un repas, un sourire, un mot gentil, un geste de soutien. C'est écouter l'autre, entendre ses peurs, ses doutes, ses joies. Dans ce monde saturé par les réseaux sociaux, les écrans et les distractions, il est vital de prendre le temps de se parler, de se regarder, de se rapprocher.

L'essentiel, c'est aussi la solidarité et la fraternité. Aujourd'hui, plus que jamais, chaque geste compte. Aider un voisin, soutenir un ami, offrir une main tendue à ceux qui traversent des épreuves, c'est construire un monde plus juste et plus humain, même au milieu du chaos.

Nous devons transmettre à cette génération, souvent oubliée par les événements qui l'entourent, des valeurs de respect, d'écoute et de partage.

Montrer que malgré la colère et la haine qui détruisent autour de nous, il existe un chemin de vie qui passe par la compréhension et l'entraide.

Alors, prenons un moment pour ralentir, respirer, revenir aux choses simples : un jeu avec nos enfants, une conversation autour d'un thé, un mot d'encouragement à un frère ou une sœur. Ces gestes, si petits soient-ils, sont des ponts vers l'espoir et la paix.

C'est en revenant à l'essentiel, en renforçant nos liens familiaux, en cultivant l'amour et la solidarité, que nous pourrons nous détacher de la violence, guérir nos blessures et construire un futur plus humain. Chaque geste de compassion compte. Chaque mot d'encouragement compte. Chaque sourire partagé compte.

Parce qu'au fond, tout commence à la maison, au cœur de nos familles, là où l'amour et la solidarité prennent racine.

Chaque geste d'amour, chaque mot partagé, chaque lien que nous tissons... tout est lié et nous rend plus forts ensemble.

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

A Personal Tribute to All Teachers – Teacher’s Day 2026

This year, Teacher’s Day felt different but somehow more meaningful to all academic staff and even more to me.

Living and teaching in Lebanon in these challenging times has shown, more than ever, just how extraordinary our teachers truly are. In a country frequently filled with uncertainty, teachers are the steady light that keeps students learning, growing, and believing in themselves.

When schools had to close, our teachers didn’t just adapt—they transformed. They quickly learned new tools, held virtual lessons, and found ways to make students feel seen, supported, and connected—even from afar.

Each online lesson wasn’t just about academics; it was a way to keep hope alive and demonstrate that learning continues—even when everything else feels uncertain. When in the classroom, their dedication shines just as brightly. Every lesson embodies patience, creativity, and care.

They guide, encourage, comfort, and challenge. They always remind students, even in tough times, that resilience, curiosity, and dreams are never lost. Every smile, kind word, and extra minute spent with a student reveals their love for teaching and their dedication to our future generation.

To our teachers in Lebanon: thank you for your courage and unwavering belief in each child. To our teachers at CSC: thank you for going above and beyond each day—online or in class—to inspire, support, and shape the young minds in our community. You, the silent soldiers, are shaping minds, nurturing hearts, and lighting the way forward in the most difficult times.

Janine Zreik – Head of Division

À nos chers enseignants : Merci !

À l’occasion de votre fête, célébrée le 9 mars, je tiens, au nom de tous les élèves, à vous adresser ces quelques mots de gratitude. Cette journée est bien plus qu’une simple date dans le calendrier : elle est une occasion précieuse pour reconnaître tout ce que vous êtes et tout ce que vous faites pour nous, jour après jour.

Merci pour votre dévouement constant au sein de notre collège. Vous ne vous contentez pas de nous transmettre des connaissances ; vous nous accompagnez, vous nous guidez et vous nous aidez à grandir, non seulement en tant qu’élèves, mais aussi en tant que personnes.

Dans les moments les plus difficiles, notamment durant la guerre que traverse notre pays, vous avez été présents. Même à distance, à travers les cours en ligne, vous avez continué à assurer votre mission avec courage et détermination. Malgré les obstacles, les inquiétudes et les circonstances parfois éprouvantes, vous n’avez jamais cessé de croire en nous ni de nous soutenir. Cela est pour nous une source de force et d’inspiration. En tant qu’enseignants lasalliens, vous vivez pleinement votre vocation. Vous nous éduquez « corps et âme », en nous transmettant des valeurs essentielles telles que le respect, la solidarité, la persévérance et le sens des responsabilités. Vous nous montrez, par votre exemple, que l’éducation est une mission qui se vit avec le cœur.

Aujourd’hui, nous voulons simplement vous dire merci. Merci pour votre présence, votre patience, vos efforts et votre foi en chacun de nous. Merci de continuer à nous éclairer, même dans les moments les plus sombres. Nous vous souhaitons une très belle fête et nous vous exprimons toute notre reconnaissance.

Charbel Saadé, 4^e

Continuons à espérer !

Que faire quand l'éducation scolaire n'est plus scolaire, quand elle est hors les murs avec la peur au ventre ?

Que faire quand la fatalité de la guerre empêche toute société stable ? Comment alors organiser l'école comme un collectif structurant qui propose la liberté de chacun ?

Aujourd'hui, l'enseignant doit avoir le courage d'éduquer l'enfant et l'enfant le courage d'apprendre, de sortir de l'immédiateté de la satisfaction de zapper chaque 5 minutes sur une image qui s'offre à lui, de sortir de l'immédiateté d'un conflit qui ne lui permet pas de se projeter en un avenir rassurant. Aujourd'hui, l'enseignant doit avoir une vraie force morale pour éduquer l'enfant, dont le temps de concentration a diminué, a éclaté à cause d'une société qui freine l'éveil, l'émancipation et garantit la peur et l'ignorance.

Mais le propre de l'enseignant, notamment lasallien, est de continuer son action éducative. Il nous reste toujours tout à faire pour proposer à chaque élève, qui, malgré tout, attend le savoir dont il est démuné, un cadre qui lui permette de grandir, de travailler seul dans sa tête pour comprendre et structurer sa pensée. Il nous faut toujours lutter contre la fatalité pour construire un avenir de liberté.

*Nada Heleiwa
Responsable du CDI, Prof de Français*

Le conte des trois arbres

Il était une fois trois arbres qui rêvaient de ce qu'ils seraient une fois devenus grands.

Le premier s'imaginait être un coffre à trésor, renfermant ce qu'il y a de plus précieux au monde. Le deuxième rêvait d'être un vaisseau grandiose faisant traverser les océans aux plus grands rois de la terre. Le troisième se voyait grandir et dépasser la cime des plus grands arbres. Tout le monde alors le regarderait avec respect. Le jour arriva où trois bûcherons vinrent couper les arbres...

Las, leurs rêves furent vite évanouis lorsque le premier fut transformé en une auge grossière pour animaux, le deuxième en une vilaine barque de pêcheur et le troisième débité en grosses poutres imparfaites. Et les jours passèrent et avec eux les souvenirs de gloire.

Un beau jour, une maman au visage rayonnant se pencha au-dessus de la mangeoire pour y déposer un enfant nouveau-né. A cet instant, le premier arbre sût que son rêve s'était accompli et qu'il ne trouverait pas au monde de Trésor plus précieux que celui qu'il accueillait aujourd'hui.

Beaucoup plus tard, un homme monta dans la barque. Au milieu de la mer, alors que le vent s'était levé, l'homme se mit debout et, d'un geste de la main, apaisa la tempête. Alors le deuxième arbre sut qu'il ne pourrait transporter à travers les mers de Roi plus puissant et plus grand.

Enfin, encore plus tard, des soldats vinrent ramasser les poutres pour en faire une grande croix sur laquelle on vint clouer les mains d'un homme. Le troisième arbre ne comprit pas tout de suite ce qui se passait... Mais le dimanche matin, à la lueur de l'aube, il comprit que pour lui aussi, le rêve s'était accompli.

Désormais en tout endroit du monde, les hommes le regarderaient avec les yeux remplis d'Espérance.

Auteur anonyme

La liberté

La guerre est au Liban,
Et la paix s'est échappée.
Les enfants n'ont plus de place pour jouer,
Ils ont peur des bombes qui peuvent tomber.

Les écoles ont oublié les voix des enfants,
Quel dommage, elles étaient pleines de rires
avant.

Nous espérons la liberté,
Pour les revoir comme avant.

Que les étoiles brillent à nouveau sur Beyrouth,
Que chaque enfant y trouve un chemin de
route,
Et que la liberté éclaire tout le Liban, sans
aucun doute.

Charbel Nachar – 6^e

La liberté

La liberté, c'est comme l'oiseau,
Qui peut s'envoler, très haut, très haut.
Sans cage, sans mur, sans prison,
Juste le vent comme horizon.

La liberté, c'est dans ma tête,
Quand je choisis ma propre quête.
C'est pouvoir dire ce que je pense,
Avec respect et sans offense.

La liberté, c'est dans la rue,
Quand on se salue, quand on joue.
C'est pouvoir aller à l'école,
Et donner sa parole.

La liberté, ce n'est pas tout faire,
Ce n'est pas un jeu solitaire.
C'est un trésor que l'on partage,
Pour écrire une belle page.

Alors, ensemble, protégeons-la,
Cette force qui est en nous, là.
Avec nos rêves et nos chansons,
Bâtissons un monde sans prison.

Assaad Bazzal – 6^e

La liberté

La liberté vit dans nos cœurs,
Elle nous éclaire dans la nuit,
La liberté de la vie.

La liberté, c'est dire « non »,
La liberté est comme un oiseau
Dans le ciel bleu.

La liberté, c'est rêver
Et choisir nos chemins,
La liberté est faite pour être partagée.

Maria Hashem – 6^e

La liberté

La liberté, la liberté, où s'est-elle cachée ?
Les immeubles s'effondrent comme des ailes
arrachées.

Les gens, comme des oiseaux, ont cessé de
voler.

La liberté, la liberté, où s'est-elle cachée ?
Les gens marchent perdus, leur espoir est
effacé.
Comme des ombres sans voix, ils cherchent à
s'élever.

La liberté, la liberté, où s'est-elle cachée ?
Peut-être qu'un jour, on devra se rencontrer,
Avec une liberté qui brille dans tous les pays.

Jean-Baptiste Nachar – 6^e

La liberté

La Liberté du Vent
La liberté, force vive, déployée,
Elle respire l'air léger,
Comme un vent libre qui veut chanter.

Elle marche avec nous sur le chemin,
Elle parle au cœur des humains.
Elle donne l'espoir de continuer,
Même quand le ciel devient fermé.

Sans chaînes et sans frontières,
Elle brille comme une lumière,
Dans nos rêves et nos pensées,
La liberté veut rester.

Marianne Khoury – 6^e

La liberté

Elle est venue, la liberté, après longtemps.
Voici les gens qui vivent la liberté,
Ils peuvent rêver tranquillement.

Voici les gens qui choisissent et pensent sans
contrainte extérieure.

Après la liberté, il n'y a que la joie,
La vie a repris sa place.

Et tout a commencé dès le départ.
Voilà, les gens vivent la liberté et la paix,
Il n'y a pas de problèmes dans la vie.

Cela a facilité la vie dans la ville.

Taline Sahli – 6^e

La liberté

La liberté, c'est une source de réalité,
Un vent qui vient nous bercer.

C'est exprimer nos émotions,
Suivre son cœur, choisir la bonne direction.

Choisir les bonnes choses sans détour,
Sans hésiter, chaque jour.

La liberté, c'est suivre nos instincts,
C'est aussi choisir le bon chemin.

C'est être libre au fond du cœur
Et partager un peu de bonheur.

Christa Maria Francis – 5^e

La liberté

J'ai la liberté dans mon cœur,
Qui me fait sourire chaque heure.
Je la garde bien cachée,
Comme un trésor protégé.

Quand je marche dans la cour,
Elle me suit tout le jour.
Mais je ne dis rien à personne,
Même pas à mon téléphone.

C'est une force très discrète,
Que je garde dans ma tête.
Et même si tu veux savoir...
Chut ! Elle grandit chaque soir.

Karen Koussa – 5^e

La liberté

C'est pas juste un mot qu'on apprend par cœur,
La liberté, c'est une force dans le cœur.
Comme un moteur qui s'allume et qui démarre,
C'est notre énergie qui prend son départ.

On n'attend plus, on décide et on bouge,
Même si le feu passe parfois au rouge.
On s'ouvre enfin, on montre qui on est,
C'est ça la force vive, le vrai secret.

Pour créer des choses et choisir son chemin,
C'est la liberté qu'on tient dans nos mains.

Sélén Hashem – 5^e

La liberté

La liberté est comme un oiseau
Qui vole haut,
Qui rend nos jours plus beaux.

La liberté donne la justice,
Elle protège les gens contre les injustices.

La liberté, c'est le droit de rêver,
De parler et de souhaiter.
Dieu, protège notre pays
Et donne-nous la paix et la liberté.

Mariane Salam – 6^e

La liberté

La liberté, c'est un oiseau
Qui bat des ailes très haut.
Il déploie son courage
Et traverse les nuages.

Dans le vent, il trouve sa voie,
Il n'a presque jamais peur.
Son cœur est plein de vie
Et il ne s'arrête pas.

Libre comme l'air du matin,
Il suit son propre chemin.
Et dans le ciel infini,
Il écrit sa propre vie.

Charbel Abou Khalil – 6^e

La liberté

La liberté, c'est notre force de vie,
Le droit de parler et d'agir
Sans être obligé par les autres.
C'est dire ce qu'on pense, être soi-même et rire.

La liberté, c'est comme voler dans le ciel,
Sans obstacles, sans être bloqué.
La liberté est douce pour notre cœur, comme le
goût du miel,
Être libre, être soi-même, sans rien changer.

L'essentiel, ce n'est pas qui tu es,
Mais d'être une bonne personne
Et de vivre ta liberté avec respect et paix.

Vive la liberté dans le monde entier !

Étienne Daher – 5^e

La liberté

La liberté serpente entre les voix,
Elle éclaire les nuits obscures.
Un pouvoir naît entre nos doigts
Et dissipe enfin les blessures.

Dans chaque peuple, elle prend racine,
Sème l'espoir dans les cœurs fatigués.
Elle pousse dans nos vies, douce et divine
Et fait vibrer nos âmes en secret.

On la murmure, on la réclame,
Dans les silences et dans les cris.
Plus forte que toute flamme,
Elle est notre seul abri.

Omar ElMoghrabi – 3^e

La liberté

Sur la terre de mes ancêtres,
Le Liban se relève tous les jours.
La liberté se plante dans nos esprits
Comme un petit cèdre qui s'agrandit.

Entre la mer et les montagnes,
Nous rêvons toujours de la paix,
Qu'à chaque année, on entend
Un espoir qui ne disparaît jamais.

Le Liban ne meurt pas,
Comme le cèdre, fort et fier,
Que personne ne peut
Arracher ses racines et sa terre.

Marcelino Haddad – 6^e

La liberté

La liberté est comme la pluie qui arrose une
fleur,
Goutte à goutte, sans jamais avoir peur,
Elle ne l'oblige pas à grandir,
La caressant doucement sans la faire souffrir.

La liberté est un oiseau,
Qui n'a pas peur de voler si haut,
Sachant que les hommes peuvent le blesser,
Préférant mourir libre que d'être enfermé.

Sans la liberté, les mots restent cachés,
Derrière nos lèvres qui n'osent plus parler,
Sans la liberté, les sentiments vont trembler,
Ayant peur qu'au fond du cœur, ils puissent
éclater.

Donc plus de rires, plus de bonheur,
Rien que des larmes et de douleur...
Comme si nous étions enfermés,
Derrière une porte qui n'a vraiment pas de clé !

Christie Abboud – 3^e

La liberté

Je déploie mes ailes vers l'horizon,
Cherchant la liberté qui change avec les saisons.
Finalement, briser les chaînes qui te retiennent
Et récupérer le pays qui nous appartient.
Vivre en paix dans ma patrie,
Grâce aux soldats qui ont sacrifié leur vie.

Jimmy Azzi – 6^e

What Freedom Feels Like

Few people understand that true freedom lives in the quiet truths we don't always say.
It does not arrive with trumpets or applause. It comes quietly, like breath returning to lungs that forgot what air tastes like.

It is the trembling in your hand when your voice decides to rise anyway,
The courage to walk away from what doesn't feel right,
The peace of existing without feeling the need to belong.

It is the small rebellions, the whispered "no," the tender audacity to stand as you are.
It is like a girl who finds her voice after being told to stay silent for too long,
Like a boy who lets himself break, just to refuse the versions of himself that do not belong to the expectations of the mask,
Like a child who feels okay being uniquely different from others.

Freedom is not the return to chains; It is the release of them.
It is the bittersweet realization that your life is yours to live.
It is loosening the grip of everything that once held you back.
It is saying, "I've had enough of how people perceive me," and letting go of those who deceive me.
Freedom is living on your own terms, with no limits, no burdens, and no masks to unravel.

Luna Radwan, Grade 9

What is Freedom?

Freedom is something desired by all of humankind—
whether it is making one's own choices or simply peace of mind.
It is easy to imagine why we envy nature's grace,
and why the sound of the sea suggests open space.
The waves crash wildly, moving endlessly and free;
no one tells the tide to stay or stop—it moves around each wave and rock.
It comes and goes its own way, guided by nothing, night or day.

Freedom is the open sky,
an endless space in which to reach and try.
Freedom is a soaring bird,
flying high without a word.

Freedom lives in every creature, great or small,
in every step, on land, in air, and all.
In nature's world, both near and far,
freedom is simply who they are.

Malek Al Kadiri, Khaled Al Kouatly, Grade 9

The Weight of Freedom

We thought the walls were safety— like arms that never let go, like a lullaby made of stone singing us to sleep. I believed it, wrapped in that quiet illusion like a child in borrowed courage. Until the day the sky shattered— not gently, but like a cathedral of glass collapsing into light, each shard screaming as it fell apart, revealing a world too vast to forgive us.

Outside wasn't freedom. It was a storm with no name, a wind that clawed at my lungs like it was trying to pull the truth out of me.

The sky stretched forever— a blue so deep it felt like drowning with your eyes open.

I used to dream of this. Of running without chains, of breathing air that wasn't measured.

But freedom— freedom is a blade made of light. Beautiful. Blinding. And it cuts deepest when you finally hold it.

They told us the enemy was out there, beyond the horizon, beyond the fear. But the further I walked, the more I felt it— not behind me, not ahead of me— inside me, beating like a second heart I never asked for.

Now the walls are gone, crumbled into dust and memory, and I stand in a world that no longer tells me who to be. No orders. No limits. No mercy.

Only choice— heavy as iron, burning in my hands.

And I understand now— freedom isn't the sky we reach, it's the fire we carry inside of our hearts after everything else has turned to ash.

It's standing in the endless blue, with nothing left to hide behind... and still choosing to move forward.

Rami Amiri, Grade 9

Le théâtre de l'absurde

Après la Seconde Guerre mondiale, le théâtre change radicalement.

Les certitudes disparaissent, et un nouveau courant apparaît : le théâtre de l'absurde. La vie n'a pas de sens logique... et le théâtre va le montrer.

Ce théâtre se caractérise par des dialogues répétitifs ou incohérents, des situations étranges et illogiques, des personnages perdus et solitaires et une absence d'intrigue claire.

Des auteurs majeurs : Samuel Beckett (*En attendant Godot* : attendre sans raison), Eugène Ionesco (*La Cantatrice chauve* : dialoguer sans se comprendre) et Jean Genet (*Les Bonnes*).

Les thèmes principaux : l'absurde, la solitude, l'incommunication, le temps et l'attente.

Hussein Mansour – Première

Âme en quête

Si l'on pouvait effacer tout ce brouillard
Cachant le bleu du ciel ; trôner loin de l'Hiémal,
Ne plus avoir à boire du fiel, pour que l'âme
D'enfant regoûte au goût du miel.

Si l'on pouvait butiner les rayons du soleil,
Renaître en êtres de lumière,
Revoir les sourires de nouveau se former
Sur les dessins des cahiers.

Nos racines recueillent encore cette petite voix,
Murmurant sur les entailles des parois,
S'escrimant pour nous bercer, nous sauver.

Âme encore en quête, de qui pourrait
Faire en sorte que cette dernière lueur
Efface le poids de nos pleurs.

Ella Maria Assal – 2AS BF

Le Grain de la Résistance

C'est une source d'indépendance
Quand l'âme ressent la souffrance
C'est un droit que les hommes défendent
Pour que vers l'azur leurs ailes s'étendent

Dans un pays où la guerre persiste
L'espoir devient le seul cap de l'optimiste
Il refuse de voir mourir son innocence
Et cultive en secret le grain de la résistance

Être libre, c'est voir l'horizon sans limites
Comme un oiseau qui fuit les cages trop petites
Il survole l'orage et les froids de l'hiver
Pour dessiner une Terre dépourvue d'enfer

Jana El Moghrabi – 2AS BF



« L'amour d'une mère est le carburant qui permet
à un être humain de faire l'impossible. »
Marion C. Garretty

**BONNE FÊTE
À TOUTES LES MÈRES**



« A mother's love is the fuel that enables a normal
human being to do the impossible. »
Marion C. Garretty

**HAPPY MOTHER'S DAY
TO ALL MOTHERS**



لكل إم ضحت بحياتا تتكبر وتعلم وتربي وتحمي
لكل إم حطت أولوياتها ولادا
لكل إم حرمت حالا من كثير إشيّا تتوفرن لولادا
لكل إم تغربوا ولادا وناطرتن يرجعوا
لكل إم فقدت ولدا وفقدت روحا معو
لكل إم تعذبت تترزق بجنين
لكل إم إنتقلت وصارت ملاك
لكل إم شهيد أو مخطوف
لكل إم موجوعة وساكتة
لكل إم صامدة ومثابرة وقوية ومكافحة
لكل إم نظرت ولدا يسأل وبعدا ناظرا
ربنا يعوضلكن أضعاف تضحياتكن وينعاد عليكن

كل عيد أم وانتو بألف خير وصحة

مايا فاضل
رئيسة لجنة الأهل

La fête de l'Annonciation : une bonne nouvelle pour tous

Le 25 mars, l'Église célèbre avec joie la fête de l'Annonciation, une grande fête qui occupe une place particulière dans le cœur des chrétiens. En ce jour, nous honorons tout spécialement la Vierge Marie, notre mère, que nous aimons et vers qui nous nous tournons avec confiance et tendresse.

L'Annonciation commémore ce moment unique où l'ange Gabriel annonce à Marie qu'elle a été choisie pour devenir la mère de Jésus. Cette « bonne nouvelle » marque un tournant décisif dans l'histoire de l'humanité : Dieu entre dans le monde d'une manière nouvelle, en se faisant proche de l'homme. Par son « oui » humble et confiant, Marie accepte la mission que Dieu lui confie, devenant ainsi un modèle de foi, d'obéissance et d'abandon.

Vierge Marie nous enseigne à accueillir la parole de Dieu avec confiance, même lorsque le chemin semble incertain. Son attitude nous invite à croire que chaque appel, même difficile, peut devenir source de vie et de lumière.

Cette fête ne se limite pas à un simple souvenir. Elle nous interpelle aujourd'hui : sommes-nous, nous aussi, capables d'être porteurs de bonnes nouvelles dans notre société ? Dans un monde souvent marqué par les difficultés et les incertitudes, chacun de nous est appelé à transmettre l'espérance, à semer la paix et à apporter de la joie autour de soi.

En ce jour de fête, tournons-nous vers la Vierge Marie et demandons-lui d'intercéder pour nous. Qu'elle nous aide à dire « oui » à notre tour, dans notre vie quotidienne, et à devenir des témoins de lumière et d'espérance. Puissions-nous, à son exemple, porter au monde des paroles et des gestes qui construisent, encouragent et réconfortent.

Ricardo Ammar, 5^e

Les langues ouvrent de nouveaux horizons

Chaque langue porte une culture, une histoire, une manière unique de penser et de ressentir. Apprendre une langue, ce n'est pas seulement acquérir des mots ou des règles grammaticales : c'est entrer dans un univers nouveau, élargir son regard et tisser des liens avec les autres.

À l'occasion de la Journée internationale de la Francophonie, célébrée chaque année le 20 mars, UNESCO met en lumière l'importance fondamentale de l'éducation multilingue. Dans un monde de plus en plus interconnecté, la diversité linguistique est une richesse à préserver et à valoriser. Elle permet de construire des sociétés plus ouvertes, plus respectueuses et plus solidaires.

L'éducation multilingue joue un rôle essentiel dans la construction de systèmes éducatifs inclusifs et équitables. En effet, apprendre dans sa langue maternelle constitue une base solide pour le développement intellectuel et personnel. Cela facilite la compréhension des concepts, renforce la confiance en soi et favorise une meilleure participation des élèves à la vie scolaire. Lorsqu'un enfant apprend dans une langue qu'il maîtrise, il se sent reconnu dans son identité et encouragé à s'exprimer pleinement.

Au-delà de l'apprentissage, la langue maternelle est profondément liée à l'identité culturelle. Elle est le vecteur des traditions, des valeurs et de la mémoire collective. La valoriser à l'école, c'est reconnaître la richesse de chaque apprenant et lui offrir une place dans la communauté éducative. C'est aussi lutter contre les inégalités et s'assurer que personne ne soit laissé de côté.

Dans ce contexte, promouvoir le multilinguisme, c'est bâtir un avenir plus juste. Cela signifie encourager l'apprentissage de plusieurs langues tout en respectant et en préservant les langues d'origine. Cette approche permet aux élèves de devenir des citoyens du monde, capables de dialoguer, de comprendre l'autre et de contribuer positivement à la société.

Ainsi, les langues ne sont pas seulement des outils de communication : elles sont des ponts entre les peuples, des chemins vers la connaissance et des clés pour ouvrir de nouveaux horizons.

Frère Jean Claude Abou Atmé

Journée internationale de l'apprentissage numérique - 19 mars

Cette journée nous rappelle que nous passons de plus en plus de temps dans les espaces en ligne et numériques.

Les téléphones portables et autres appareils mobiles connectés à Internet sont en train de transformer profondément la vie familiale, éducative et sociale au sens large.

Alors que ces réalités se précisent, l'UNESCO prend des mesures concrètes pour soutenir l'éducation publique dans les espaces en ligne et numériques.

À travers son initiative Ceibal, l'Uruguay soutient l'une des plus anciennes plateformes nationales d'éducation numérique d'Amérique latine. Cette plateforme bénéficie à plus de 700 000 élèves et enseignants à travers tout le pays. Elle a contribué à mettre en place une ressource fiable proposant des supports pédagogiques numériques dont la qualité est contrôlée et qui sont en adéquation avec les programmes scolaires.

L'Uruguay participe à l'initiative « Passerelles vers l'apprentissage numérique public » de l'UNESCO et de l'UNICEF, qui aide les gouvernements à mettre en place des plateformes publiques d'apprentissage numérique tout en facilitant les échanges internationaux de connaissances.

Journée internationale des forêts - 21 mars

« Les forêts et les économies » est le thème choisi pour la Journée internationale des forêts 2026, afin de célébrer le rôle vital des forêts en tant que moteurs de la prospérité économique.

Ce rôle va bien au-delà des revenus et des emplois créés par la production forestière et le commerce des matières premières renouvelables et des aliments: les forêts contribuent également à soutenir l'agriculture familiale et locale, à améliorer la productivité agricole et à préserver la santé des bassins hydrographiques.

Alors que de nombreux pays souhaitent effectuer une transition vers une bio économie durable, les produits forestiers offrent des solutions fondées sur la nature pouvant remplacer les matériaux à forte intensité de carbone tout en créant de nouveaux débouchés économiques.

Les forêts sont essentielles à la bonne santé des économies – non seulement aujourd'hui, mais aussi pour les générations futures.

Journée mondiale de l'eau - 22 mars

La crise mondiale de l'eau concerne tout le monde — mais pas de façon égale.

Dans les régions où l'accès à l'eau potable et à des services d'assainissement de proximité fait défaut, les disparités se creusent, et les femmes et les filles en subissent les conséquences les plus lourdes.

Responsables en grande partie de la collecte et de la gestion de l'eau, elles prennent aussi en charge les proches malades en raison d'une eau insalubre. Cette charge leur coûte du temps, limite leurs opportunités et met en péril leur santé comme leur sécurité.

À l'occasion de la Journée mondiale de l'eau, ce dimanche, mobilisons-nous pour que les voix des femmes soient pleinement intégrées aux décisions liées à l'eau dans leurs communautés.

Marco Gallo : un jeune témoin de foi sur le chemin de la béatification



En ce mois de mars, une grande nouvelle a marqué l'Église : le Vatican a accepté la béatification de Marco Gallo, un jeune italien dont la vie, bien que brève, a profondément touché ceux qui l'ont connu. À travers son parcours, il apparaît aujourd'hui comme un modèle de foi vivante pour les jeunes de notre temps.

Marco Gallo est né le 7 mars 1994 à Chiavari, en Ligurie, au sein d'une famille unie. Baptisé quelques mois plus tard, le 19 juin, il grandit entouré de ses parents et de ses deux sœurs. Il passe son enfance à Casarza Ligure avant que sa famille ne déménage en Lombardie, vivant successivement à Arese, Lecco puis Monza. En 2007, il commence ses études au lycée scientifique « Don Carlo Gnocchi » de Carate Brianza.

À première vue, Marco mène une vie d'adolescent comme les autres : il aime le sport, la montagne, les moments partagés avec ses amis. Pourtant, derrière cette apparente normalité se cache une profonde recherche intérieure. Très tôt, il ressent le besoin de donner un sens à sa vie et de comprendre ce qui peut réellement combler le cœur humain.

C'est au cours de son adolescence que sa foi chrétienne prend une place centrale. À travers le mouvement Communion et Libération, auquel ses parents étaient déjà liés, Marco découvre une relation plus personnelle avec Dieu. Sa vie spirituelle se nourrit alors de la prière, de la participation à la messe et de la méditation de l'Évangile.

Mais sa foi ne reste pas théorique. Elle se traduit par des actes concrets : il rend visite à des personnes âgées et handicapées, s'engage dans des actions de solidarité et entraîne même ses camarades dans ces initiatives. Pour lui, croire signifie agir, aimer et servir. Plusieurs témoignages soulignent qu'il vivait sa foi comme une rencontre réelle avec le Christ, et non comme une simple habitude.

Ses écrits personnels révèlent également une grande maturité spirituelle. Il y exprime une conscience profonde de la fragilité de la vie : « La vie est un fil d'argent... ne pas perdre une seule seconde ». Dans un autre texte, il évoque le silence comme lieu de rencontre avec Dieu : « Dieu parle dans le silence du cœur ». Enfin, il rappelle une vérité essentielle : « Le bonheur n'est pas vrai s'il n'est pas partagé ». Ces paroles, simples mais profondes, continuent aujourd'hui d'inspirer ceux qui les découvrent.

La veille de sa mort, Marco avait inscrit sur le mur de sa chambre, près d'un crucifix, une phrase tirée de l'Évangile selon saint Luc : « Pourquoi cherchez-vous parmi les morts celui qui est vivant ? ». Ces mots, liés au récit de la Résurrection, témoignent de l'espérance qui habitait son cœur et de sa foi en la vie plus forte que la mort.

Saint Joseph, modèle de l'éducateur lasallien



Dans la tradition lasallienne, la figure de Saint Joseph occupe une place toute particulière. Jean-Baptiste de La Salle l'a en effet choisi comme patron de l'Institut des Frères des Écoles Chrétiennes, reconnaissant en lui un modèle profond d'éducateur et de guide.

Saint Joseph, époux de Marie et père nourricier de Jésus, n'était pas le père biologique de l'enfant qu'il a élevé. Pourtant, il a assumé avec fidélité, humilité et amour la mission qui lui a été confiée : protéger, accompagner et éduquer Jésus.

Par son silence, sa présence constante et son sens des responsabilités, il incarne une forme d'éducation fondée sur l'exemple, la patience et le don de soi. C'est précisément cette dimension qui rejoint la mission de l'éducateur lasallien. À l'image de Saint Joseph, l'enseignant accompagne des enfants qui ne sont pas les siens, mais qu'il est appelé à guider avec bienveillance, respect et engagement. L'éducation devient alors une véritable vocation, qui dépasse la simple transmission de connaissances pour toucher à la formation humaine et spirituelle de l'élève.

Dans ses méditations, notamment celles du 19 mars, jour de la fête de Saint Joseph, Saint Jean-Baptiste de La Salle souligne l'importance de ce modèle. Il invite les éducateurs à contempler les vertus de Saint Joseph : sa discrétion, son obéissance à Dieu, sa capacité à agir avec justesse dans les moments difficiles, et son amour fidèle. Ces qualités sont essentielles pour tout éducateur qui souhaite accompagner les jeunes sur le chemin de la croissance et de la responsabilité.



Le 19 mars, notre communauté éducative a célébré Saint Joseph avec reconnaissance et ferveur. Cette fête est l'occasion de nous rappeler que nous ne sommes pas seuls dans notre mission : nous pouvons nous appuyer sur l'intercession de ce grand saint, qui veille sur tous ceux qui se consacrent à l'éducation.

En nous tournant vers Saint Joseph, nous lui demandons de continuer à intercéder pour nous, afin que nous soyons, à son image, des éducateurs attentifs, patients et dévoués.

Qu'il nous inspire dans notre quotidien et qu'il demeure pour chacun de nous un modèle vivant de foi, de service et d'amour.

17 mars : Saint Patrick



La Saint-Patrick, célébrée le 17 mars, rend hommage à Saint Patrick, le saint patron de l'Irlande. Né au IV^e siècle en Grande-Bretagne, il aurait été enlevé par des pirates et emmené en Irlande comme esclave. Après s'être échappé, il serait revenu plus tard en tant que missionnaire pour évangéliser le pays. Il est aujourd'hui reconnu pour avoir largement contribué à la diffusion du christianisme en Irlande.

À l'origine, cette fête était religieuse, marquée par des messes et des moments de prière. Cependant, elle s'est progressivement transformée en une célébration de l'identité et de la culture irlandaises à travers le monde. Le trèfle, symbole associé à Saint Patrick, représenterait la Sainte Trinité, tandis que la couleur verte est devenue emblématique de l'Irlande, surnommée « l'île d'émeraude ».

De nos jours, la Saint-Patrick est célébrée dans de nombreux pays, notamment aux États-Unis, au Canada, en Australie et en Europe. Les festivités comprennent des défilés spectaculaires, des concerts de musique traditionnelle, des danses irlandaises et des rassemblements festifs. La ville de Dublin organise l'un des festivals les plus importants, attirant des milliers de visiteurs chaque année. Dans certaines villes, des monuments sont même illuminés en vert pour l'occasion.

Saint Patrick's Day, celebrated on March 17, honors Saint Patrick, the patron saint of Ireland. Born in the 4th century in Britain, he is said to have been kidnapped by pirates and taken to Ireland as a slave. After escaping, he later returned as a missionary to spread Christianity across the island. He is widely credited with playing a key role in the Christianization of Ireland.



Originally a religious feast day, Saint Patrick's Day has gradually evolved into a worldwide celebration of Irish culture and identity. The shamrock, closely associated with Saint Patrick, is believed to symbolize the Holy Trinity, while the color green has become a symbol of Ireland, often called the "Emerald Isle."

Today, the holiday is celebrated in many countries, including the United States, Canada, Australia, and across Europe. Festivities typically include large parades, traditional Irish music, dancing, and public celebrations. The city of Dublin hosts one of the largest festivals, attracting thousands of visitors every year. In some places, famous landmarks are even lit up in green to mark the occasion.

GUIDE DU BIEN-ÊTRE

PARENTS EN TEMPS D'ÉPREUVE, VOUS N'ÊTES PAS SEULS

Dans les circonstances actuelles, il est naturel que les enfants et les adolescents ressentent du stress, de l'inquiétude ou de l'incertitude. Mais il est tout aussi important de reconnaître que vous, parents, pouvez également vous sentir fatigués, préoccupés ou parfois démunis face à ce que vous vivez.

Vous faites de votre mieux, et cela compte énormément. Votre présence, votre attention et votre engagement au quotidien sont déjà une force précieuse pour vos enfants. Même dans les moments de doute, vous restez pour eux un repère essentiel.

Il n'est pas nécessaire d'être parfait. Ce dont votre enfant a le plus besoin, c'est de se sentir aimé, écouté et en sécurité. Un moment de partage, une écoute sincère, une parole rassurante peuvent faire toute la différence.

Nous vous encourageons à accueillir les émotions de votre enfant sans les minimiser, tout en prenant aussi soin des vôtres. Il est normal d'avoir des moments de fatigue ou de découragement. Prendre un temps pour vous, respirer, demander du soutien autour de vous est essentiel.

Soyez également attentifs à certains signes qui peuvent traduire un mal-être chez votre enfant : troubles du sommeil, irritabilité, repli sur soi, difficultés de concentration... Ces réactions sont souvent des expressions du stress.

L'école est à vos côtés. L'équipe éducative et les professionnels (psychologue, assistante sociale, infirmière, responsable pastorale) sont disponibles pour accompagner votre enfant, mais aussi pour vous soutenir dans votre rôle de parent.

Enfin, gardons ensemble cette conviction : Même dans les périodes difficiles, les familles trouvent en elles des ressources de force, d'adaptation et d'espérance.

Quelques repères pour vous accompagner :

Accueillir les émotions : laissez votre enfant exprimer ce qu'il ressent, évitez de minimiser ses peurs, mettez des mots simples sur les émotions.

Maintenir des repères : gardez des horaires réguliers, structurer la journée, préservez des habitudes rassurantes.

Être disponible : pas besoin de réponses parfaites, être présent et à l'écoute suffit souvent.

Être attentif aux signes : changements de comportement, isolement, troubles du sommeil, difficultés de concentration

Ne pas rester seul : échangez avec un proche, contactez l'école, acceptez d'être soutenu.

Prendre soin de soi : s'accordez des moments de pause, respirer, ralentir.

Cultiver l'espérance : encouragez votre enfant, valorisez les moments positifs, gardez confiance.

Un parent rassurant n'est pas un parent parfait, mais un parent présent.

Caroline Kikano Maalouf,
Assistante Sociale, Coordinatrice du groupe MPS

أنواع الصوم

جَمِيلٌ هُوَ الصَّوْمُ النَقِيُّ فِي عَيْنِي الرَّبِّ. كُنْزٌ فِي السَّمَاءِ وَهُوَ سِلَاحٌ ماضٍ بوجهِ الشَّرِّ، وَدِرْعٌ ضِدَّ سِهَامِ الْعَدُوِّ. لَا أَقُولُ هَذَا مِنْ تِلْقَاءِ نَفْسِي، بَلِ الْأَسْفَارُ الْمُقَدَّسَةُ سَبَقَتْ وَعَلَّمَتْنَا فِي كُلِّ زَمَانٍ أَنَّ الصَّوْمَ عَضْدٌ لِمَنْ يَصُومُونَ فِي الْحَقِّ. أَيُّهَا الصَّدِيقُ الْحَبِيبُ، لَا يَقُومُ الصَّوْمُ عَلَى الْأَمْتِنَاعِ عَنِ تَنَاوُلِ الْخُبْزِ وَالْمَاءِ، بَلْ لَهُ مُقَوِّمَاتٌ وَافِرَةٌ: مِنْهُمْ مَنْ يَصُومُ عَنِ الْخُبْزِ وَالْمَاءِ حَتَّى يَجُوعَ وَيَعْطَشَ، وَمِنْهُمْ مَنْ يَصُومُ بُغْيَةَ الْجَفَازِ عَلَى الْبَتُولِيَّةِ. إِنْ جَاعَ فَلَا يَأْكُلُ، وَإِنْ عَطَشَ فَلَا يَشْرَبُ. هَذَا الصَّوْمُ هُوَ فِي غَايَةِ الْجُودَةِ. وَمِنْهُمْ مَنْ يَصُومُ بِالْقِدَاسَةِ، وَهَذَا أَيْضاً صَوْمٌ سَلِيمٌ. بَعْضُهُمْ يَصُومُ عَنِ اللَّحْمِ وَالْخَمْرِ وَأَنْوَاعِ الْمَأْكَلِ، وَبَعْضُهُمْ يَصُومُ إِذْ يَضَعُ لَفْمَهُ حَاجِزاً فَلَا يَقْوَاهُ بِسَيِّئِ الْكَلَامِ. مِنْهُمْ مَنْ يَصُومُ عَنِ الْغَضَبِ ضَابِطاً نَفْسَهُ لئَلَّا تَقْوَى عَلَيْهِ، وَمِنْهُمْ مَنْ يَصُومُ عَنِ الْقَنِيَّةِ لئَلَّا تَسْتَنِيمَ لَهَا نَفْسَهُ. هُنَاكَ مَنْ يَصُومُ عَنْ أَنْوَاعِ الْمُتَطَلِّبَاتِ، لِيُظَلَّ يَقْظاً فِي الصَّلَاةِ، وَهُنَاكَ مَنْ يَصُومُ عَنْ رَغَبَاتِ هَذَا الْعَالَمِ، لئَلَّا يَنْتَصِرُ الشَّرِيرُ عَلَيْهِ. مِنْهُمْ مَنْ يَصُومُ طَلَباً لِلتَّقَشُّفِ وَالتَّمَسُّكِ لِرِضَى رَبِّهِ عَلَيْهِ وَأَخيراً بَعْضُهُمْ يَصُومُ عَنْ جَمِيعِ هَذِهِ الَّتِي ذَكَرْنَا صَائِغاً مِنْهَا صَوْماً وَاحِداً...

مَنْ فَقَدَ نِقَاوَةَ الْقَلْبِ، فَصَوْمُهُ غَيْرُ مَقْبُولٍ. تَذَكَّرْ، أَيُّهَا الْحَبِيبُ، كَمْ هِيَ غَنِيَّةُ رَغْبَةِ الْإِنْسَانِ الَّذِي يُنْقِي قَلْبَهُ وَيَحْفَظُ لِسَانَهُ، وَيَمْنَعُ يَدَيْهِ مِنْ فِعْلِ الْإِثْمِ، كَمَا سَبَقَ وَكُتِبَتْ لَكَ. لَا يَلِيقُ بِالْإِنْسَانِ أَنْ يَمْرُجَ الْعَسَلَ بِالْمَرَارَةِ. إِذَا صَامَ عَنِ الْخُبْزِ وَالْمَاءِ، فَلَا يَنْبَغِي أَنْ يَمْرُجَ بِصَوْمِهِ التَّجَادِيفَ وَاللَّعْنَاتِ. وَاحِداً هُوَ بَابُ بَيْتِكَ، وَبَيْتُكَ هُوَ هَيْكَلُ اللَّهِ. عِنْدَمَا يَصُومُ الْإِنْسَانُ عَنِ السَّيِّئَاتِ، وَيَأْخُذُ جَسَدَ الْمَسِيحِ وَدَمَهُ، عَلَيْهِ أَنْ يُحَافِظَ بِكُلِّ عِنَايَةٍ عَلَى فَمِهِ الَّذِي بِهِ يَدْخُلُ ابْنُ الْمَلِكِ. لَا يَحِقُّ لَكَ أَنْ تُخْرَجَ مِنْ فَمِكَ الْكَلِمَاتُ الْمُشِينَةُ. اِسْمَعْ مَا يَقُولُهُ وَاهِبُ الْحَيَاةِ: "لَيْسَ مَا يَدْخُلُ الْفَمَ يُنْجِسُ الْإِنْسَانَ، بَلْ مَا يَخْرُجُ مِنَ الْفَمِ هُوَ الَّذِي يُنْجِسُ الْإِنْسَانَ". (متى ١٥ / ١١).

أفراهِاتُ الْحَكِيمِ الْفَارْسِيِّ (٣٤٥+)

الصلاة نور النفس

الْخَيْرُ الْأَعْظَمُ هُوَ الصَّلَاةُ، أَيْ التَّكَلُّمُ بِدَالَةٍ مَعَ اللَّهِ. الصَّلَاةُ عِلَاقَةٌ بِاللَّهِ وَاتِّحَادٌ بِهِ. وَكَمَا أَنَّ عَيْنِي الْجَسَدِ تُضَاءِانَ عِنْدَ رُؤْيَةِ النُّورِ، كَذَلِكَ النَّفْسُ الْبَاجِئَةُ عَنِ اللَّهِ تَسْتَنِيرُ بِنُورِهِ غَيْرَ الْمَوْصُوفِ. لَيْسَتْ الصَّلَاةُ مَظْهَراً خَارِجِيّاً، بَلْ مِنَ الْقَلْبِ تَنْبَعُ. لَا تُحْصَرُ بِسَاعَاتٍ وَأَوْقَاتٍ مُعَيَّنَةٍ، بَلْ هِيَ فِي نَشَاطٍ مُسْتَمِرٍّ لَيْلَ نَهَارٍ. فَلَا يَكْفِي أَنْ نُوَجِّهَ أَفْكَارَنَا إِلَى اللَّهِ وَقْتَ الصَّلَاةِ فَقَطْ، بَلْ يَجْدُرُ بِنَا أَنْ نَمْرُجَ هَذِهِ الْأَفْكَارَ بِذِكْرِ اللَّهِ تَعَالَى، حِينَ نَكُونُ مَشْغُولِينَ بِأُمُورٍ أُخْرَى، كَالْعِنَايَةِ بِالْفُقَرَاءِ وَالْعَمَلِ الصَّالِحِ، لَكِي نُقَدِّمَ لِسَيِّدِ الْكَوْنِ غِذَاءً شَهِيّاً مُصْلِحاً بِمِلْحِ مَحَبَّةِ اللَّهِ.

الصَّلَاةُ نُورُ النَّفْسِ، الْمَعْرِفَةُ الْحَقِيقِيَّةُ لِلَّهِ، أَلَوْسِيطَةُ بَيْنِ اللَّهِ وَالْإِنْسَانِ. بِهَا تَرْتَفِعُ النَّفْسُ إِلَى السَّمَاءِ، كَرَضِيعٍ مَعَ أُمِّهِ. تَصْرُخُ الصَّلَاةُ إِلَى اللَّهِ، بَاكِئَةً، عَطَشَى إِلَى اللَّبَنِ الْإِلَهِيِّ. وَإِذَا مَا تُظْهِرُ أَشْوَاقَهَا الْحَمِيمَةَ، تَتَقَبَّلُ مِنَ اللَّهِ هَدَايَا أَرْفَعُ مِنْ كُلِّ طَبِيعَةٍ مَنْظُورَةٍ. الصَّلَاةُ الَّتِي بِهَا نَتَقَرَّبُ إِلَى اللَّهِ بِاحْتِرَامٍ هِيَ فَرْحُ الْقَلْبِ وَرَاحَةُ النَّفْسِ... الصَّلَاةُ تَقُودُنَا إِلَى الْيَنْبُوعِ السَّمَائِيِّ، تَمَلُّانَا مِنْ ذَاكَ الشَّرَابِ، وَتُجْرِي مِنَّا يَنْبُوعَ مَاءٍ يَنْبَعُ لِلْحَيَاةِ الْأَبَدِيَّةِ. الصَّلَاةُ تُؤَكِّدُ لَنَا الْخَيْرَاتِ الْآتِيَةَ، وَبِالْإِيمَانِ، تُعَرِّفُنَا الْمَعْرِفَةَ الْفُضْلَى لِلْخَيْرَاتِ الْحَاضِرَةِ. لَا تَظُنَّ أَنَّ الصَّلَاةَ تَقْتَصِرُ عَلَى الْكَلِمَاتِ، إِنَّهَا تُدْفِعُ إِلَى اللَّهِ، حُبُّ غَرِيبٍ لَا يَأْتِي مِنَ الْبَشَرِ، عَلَى قَوْلِ الرَّسُولِ: "الرُّوحُ أَيْضاً يَعْضُدُ ضَعْفَنَا، فَإِنَّا لَا نَعْلَمُ مَاذَا نُصَلِّي كَمَا يَنْبَغِي، وَلَكِنَّ الرُّوحَ نَفْسَهُ يَشْفَعُ فِينَا بِأَتَاتٍ لَا تُوصَفُ..."

إِنَّ هَذِهِ الصَّلَاةَ، إِذَا وَهَبَهَا اللَّهُ لِأَحَدٍ، تَضْحِي غَنِيّاً لَا يُسَلِّبُ وَغِذَاءً سَمَواً يَشْبَعُ النَّفْسُ. مَنْ ذَاقَهَا مَرَّةً، تَمَلَّكَهُ شَوْقٌ أَبَدِيٌّ إِلَى اللَّهِ، كَنَارٍ أَكَلَةٍ تُضْرِمُ الْقَلْبَ. فَدَعِ الصَّلَاةَ تَنْفَجِّرُ مِنْكَ بِمِلْئِهَا، فَتُرَيُّنَ بِلُطَافَةٍ وَتَوَاضِعٍ مُخَدَعٍ قَلْبِكَ وَتَجْعَلُهُ سَاطِعاً بِضِيَاءِ الْحَقِّ، مَصْقُولاً بِالْأَعْمَالِ الصَّالِحَةِ.

جَمَلُ بَيْتِكَ بِالْإِيمَانِ وَالنُّبْلِ لَا بِالْفُسُفْسَاءِ، وَضَعِ الصَّلَاةَ فِي أَعْلَى الْبُنْيَانِ فَيَكْتَمِلَ بِهَا. وَهَكَذَا يُصْبِحُ مَنْزِلُكَ أَهْلاً لِمُتَقَبَّلِ الرَّبِّ، كَأَنَّهُ قَصْرٌ مَلَكِي، أَنْتَ الَّذِي، بِالنِّعْمَةِ، تَمْلِكُ الرَّبَّ، عَلَى نَحْوِ مَا، فِي هَيْكَلِ نَفْسِكَ.

الْقَدِيسُ يُوْحَنَّا فَمِ الذَّهَبِ (٤٠٧+)



6 WAYS TO LIVE HOLY WEEK according to *De La Salle*





2/8

PRACTICE THE PRESENCE OF GOD



St. La Salle constantly reminds us: "Let us remember that we are in the holy presence of God."

During Holy Week:

- Set aside moments of silence each day.
- Begin and end your day with this prayer of awareness.
- Reflect on Christ's suffering not just as history, but as present reality.

☛ Holy Week becomes meaningful when we **slow down** and become aware of God with us.




3/8

ENGAGE IN SPIRITUAL READING (*LECTIO DIVINA*)



St. La Salle encouraged deep reflection through reading sacred texts.

Try:

- Reading the Passion narratives (Matthew, Mark, Luke, John).
- Reflecting on Lasallian writings like *Meditations* or *Interior Prayer*.
- Journaling your insights and prayers.

☛ Don't just read, **listen to what God is telling you personally.**




4/8

PRAY THE STATIONS OF THE CROSS



The Way of the Cross resonates deeply with Lasallian spirituality of compassion.

- Use a Scriptural Stations guide.
- Reflect on how Christ suffers today (in the poor, the struggling, the unseen).
- Pray alone, with family, or in community.

☛ For St. La Salle, prayer must lead to **seeing Christ in others.**






5/8

LIVE OUT FAITH THROUGH SERVICE

St. La Salle believed faith must be lived, especially for those in need.
This Holy Week:

- Reach out to someone in need.
- Offer your time, presence, or resources.
- Perform quiet acts of kindness.

☛ The Cross is not only remembered, it is **carried with others.**





6/8

REFLECT AND EXAMINE YOUR LIFE

St. La Salle emphasized interior conversion.
Take time to:

- Examine your actions, choices, and relationships.
- Ask: *Where is God calling me to change?*
- Go to confession or make a sincere act of repentance.

☛ Holy Week is a time not just to remember, but to **be renewed.**





7/8

JOURNEY WITH THE COMMUNITY

Lasallian spirituality is never lived alone.

- Attend Holy Week liturgies (Palm Sunday, Holy Thursday, Good Friday, Easter Vigil)
- Pray with your Lasallian or faith community
- Share reflections with others

☛ Together, we become **signs of faith and zeal.**




8/8

FINAL THOUGHT

To live Holy Week the Lasallian way is to:

- **Pray deeply**
- **Reflect honestly**
- **Serve generously**

As St. La Salle would remind us, this is not just a week to observe, but a moment to **encounter Christ and be transformed for others.**



ICONOGRAPHIE – SJB de La SALLE



Giovanni Gagliardi (1901) : en juin 1686, à Reims, Jean-Baptiste DE LA SALLE et douze Frères émettent pour la première fois le vœu d'obéissance.

Ils viennent le lendemain même en faire la rénovation au sanctuaire de Notre-Dame de Liesse, près Laon.

Painting by Giovanni Gagliardi, 1901: in June 1686 at Reims, John-Baptist DE LA SALLE and twelve Brothers make for the first time the vow of obedience for one year.

The following day they went to renew this at shrine of Our Lady of Liesse near the town of Laon.

Giovanni Gagliardi (1901) : première école des Frères à Paris, rue Princesse, sur la paroisse Saint-Sulpice.

Le curé, Monsieur de La Chétardye visite l'école. Cet homme de très grande qualité eut des relations mouvementées avec le Fondateur qu'il soutint, puis qu'il combattit, ayant une forte tendance à se mêler des affaires intérieures de l'Institut.

Painting by Giovanni Gagliardi, 1901: The first school of the Brothers in Paris was that of the Rue Princesse in the parish of Saint Sulpice. The pastor, M. de La Chétardye, is shown here visiting the school. This man of great qualities had very strained relations with the Founder whom he first supported and then opposed. He had a strong tendency to meddle in the internal affairs of the Institute.



LA RUBRIQUE CULTURELLE

La journée internationale de la Francophonie : La langue française dans le monde



Depuis 1990, les francophones de tous les continents célèbrent chaque 20 mars la Journée internationale de la Francophonie.

Une occasion, pour les francophones du monde entier, d'affirmer leur solidarité et leur désir de vivre ensemble, dans leurs différences et leur diversité.

La Journée internationale de la Francophonie est une journée dédiée à la langue française qui unit 200 millions de locuteurs dans le monde et rassemble les 870 millions de personnes des 70 états et gouvernements de l'Organisation internationale de la Francophonie (OIF).

Le 20 mars 2020, l'Organisation internationale de la Francophonie a fêté ses 50 ans, sous le signe de « Construisons ensemble la Francophonie de l'avenir ».

Mais, en raison de la flambée du COVID-19, les pays ayant le français en partage ont

reporté ou annulé certains événements pour célébrer la diversité culturelle et linguistique, la paix, la démocratie, les droits de l'homme, l'éducation et la protection de l'environnement.

Combien de francophones y a-t-il dans le monde ? Où sont-ils et quel usage font-ils de la langue française ? Où en est l'apprentissage de la langue française en Europe, en Afrique, en Amérique, en Asie ? Dans quels pays le français est-il une langue d'enseignement ? Quel avenir pour la langue française en Afrique ? Qu'entend-on par « francophonie économique » ? Quelle place occupe le français sur Internet ?

En résumé : 284 millions de francophones, 51 millions apprenants du français langue étrangère (FLE), 81 millions de personnes apprennent en français, une langue présente sur les cinq continents, 4e langue sur Internet, 5e langue mondiale, 3e langue des affaires, langue officielle de l'Union européenne et des Jeux Olympiques...

Frère Jean-Claude Abou Atmé

POUR LES AMATEURS DES JEUX D'ESPRIT !

QUI SUIS-JE ?

- A- Je suis un légume, je suis tout en longueur.
- B- Couchée avec mes sœurs, j'ai la tête rouge. Quand on me frotte, ma tête devient jaune puis noire.
- C- Je bois de l'eau, mais ne l'avale pas.
- D- Je monte et je descends sans bouger.

CHARADE

Mon premier est un oiseau voleur,
Mon deuxième est le mâle de la ratte,
Mon troisième se trouve dans le pain,
Mon quatrième est le double de "un",
Mon tout se trouve souvent en Égypte.

Réponses dans le prochain numéro !

Réponses Numéro 5

Qui suis-je ? A- Chaise B- Kiwi C- Avocat D- Le nez

Charade : Torrent (tôt - r - an)