

Ce sentiment de sécurité est crucial pour la réussite de cette séance, dont le fruit a été un rapprochement entre les filles de la 2^{de}3. Merci à Mme Hanna pour cette initiative qui nous a motivées et nous a aidées à remettre les idées en place en nous rappelant que si la société pose des standards esthétiques, ceux-ci ne doivent pas pour autant nous affecter, puisque chaque personne est unique !

Tala Rita Harrouk et Joud Assaf 2^{de}3



Visite ou Zyara

Zyara, c'est avant tout un concept centré sur l'humain. Zyara, comme son nom l'indique en arabe, ce sont des visites, des rencontres, des témoignages.

À travers sa démarche, Zyara souhaite offrir aux étudiants, et au public libanais dans son ensemble, un moment de partage sur des problématiques humaines particulières mais aussi des outils pour appréhender des sujets sensibles et parfois encore tabous : la dépression, l'invalidité, l'addiction, la violence, le harcèlement, les conséquences de la guerre, l'homosexualité... et souligner ainsi les capacités de résilience, le travail extraordinaire fourni pour dépasser les difficultés, et l'envie, encore et toujours, d'entreprendre, avancer, envers et contre tout.

La visite de Zyara dans notre division était placée sous le thème des addictions. Nous avons pu rencontrer un ancien combattant, qui nous a exposé les effets néfastes de toute addiction et nous a sensibilisés à ce propos.

Un autre jeune homme nous a présenté les problèmes de santé mentale que beaucoup de jeunes peuvent rencontrer : anxiété, OCD, pensées suicidaires. Il nous a conseillé de partager nos éventuels problèmes avec une personne de confiance et de pratiquer une activité qui nous passionne. Le sport et les hobbies sont, par exemple, des exutoires à notre possible mal-être.

Au nom de la division des 2^{de}, je voudrais remercier les intervenants pour leur franchise et Zyara pour l'aide qu'elle apporte à la société.

Saria Stephan 2^{de}5



Témoignage

Le fait est connu ! À l'adolescence, on peut être en proie à des addictions de toutes sortes, telles l'alcool et les drogues.

Afin de lutter contre ce phénomène, notre préfet, Mme Katia Wehbé, a invité Denise Jabbour et Muriel Aboulrouss, les créatrices de la série documentaire primée "Zyara" pour sensibiliser les élèves de 2^{de} aux problèmes d'addiction et de santé mentale.

Durant deux heures, nous avons visionné cinq épisodes de "Zyara" et nous avons ensuite discuté des conséquences négatives de l'abus d'alcool et de la prise de drogues, ainsi que des symptômes de certaines maladies mentales telles que l'OCD, la dépression ou l'anxiété. Regarder ces courts métrages a vraiment mis en perspective les risques d'addiction et d'une maladie mentale non traitée et nous a également rapprochés en tant que membres d'une même promotion.

Mounia Sfeir 2^{de}1