



NOS ÉLÈVES DE 6^{ÈMES} « PARTIR EN RETRAITE... »

Au mois d'avril, nos élèves de terminales vont partir en retraite. Ils vont sortir pendant quelques jours de la routine de la vie scolaire et découvrir d'autres « horizons ».

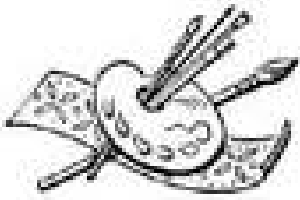





A côté des formations intellectuelles et techniques ainsi que des activités proposées dans l'institut, notre école veut permettre aux élèves de vivre durant quelques jours un temps de retrait en dehors de l'institut. L'objectif est de **se retirer de la vie dite 'normale' pour vivre une expérience personnelle d'ouverture** au mystère que nous sommes chacun, chacune, ainsi qu'à la diversité du monde social ou spirituel dans lequel nous habitons ou habiterons.

Les journées des **1, 2 et 3 avril 2020 (qui précèdent les vacances de Pâques) – voire quelques jours du congé qui suit** - seront réservées pour vivre :






- une expérience **d'expression de soi** pour découvrir ce qui, en nous, est valeurs, appels ou sens à donner à ce que nous vivons ;
- une expérience de **découverte de la société** dans des lieux de **fragilité** : personnes ou familles socialement défavorisées, personnes malades, âgées ou très jeunes, personnes handicapées, réfugiées, SDF, ... ;
- une **expérience de spiritualité** par une immersion dans un cadre de silence et/ou de recueillement propice à construire une personnalité autonome et pacifiée.

Les retraites font donc ainsi appel à différentes disponibilités et possibilités d'expression de soi-même, physiques, relationnelles, spirituelles, ...

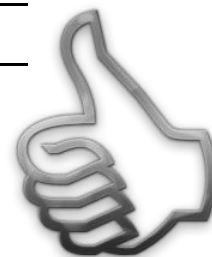
LES CHOIX PROPOSÉS

1.	<p>Outils-crétatifs</p> 	<p>Toutes les cultures ont eu recours à la musique, à la danse, à la sculpture, au graphisme, pour rencontrer et exprimer l'essence des choses. Vous serez créateurs : explorer des outils connus ou non et ainsi, s'explorer soi, sentir ce qui vient de l'intérieur et oser l'exprimer. Prendre plaisir à jouer avec les couleurs et les matières... Oser créer sans avoir peur du jugement, oser explorer sa créativité, s'exprimer. Aucun prérequis technique ou artistique n'est demandé. Il n'est pas nécessaire de savoir dessiner ou peindre.</p>
2.	<p>Mise en scène de soi et impro</p> 	<p>Par le travail théâtral, l'impro et la mise en scène de soi, seul ou en groupe, prendre du recul sur « qui je suis » et la perception que j'ai de moi-même, développer mon écoute de l'autre, l'expression de mes émotions, ...</p>
3.	<p>Dans les foyers de l'Arche</p> 	<p>Participer à la vie de ces maisons où des personnes adultes handicapées mentales partagent une vie « normale » avec des personnes valides, dans un esprit familial. La journée se passe en atelier protégé, le reste dans des foyers. Logement au foyer. http://www.larche.be/spip.php?page=sommaire-actu&lang=fr</p>
4.	<p>Avec l'asbl « Gratte »</p> 	<p>Vivre des rencontres ludiques avec des jeunes handicapés mentaux, c'est une expérience unique. Une relation franche s'établit, sans façade, à la fois simple et riche où les masques et les « a priori » n'ont pas leur place. On y découvre des personnes capables d'offrir et de recevoir un peu plus d'amour que d'ordinaire. 10 élèves + des « amis » handicapés ; balades, jeux, cuisine, ateliers créatifs et... la fête !</p>
5.	<p>Chant</p> 	<p>Trois jours pour s'enCHANTER dans un climat de respect et d'écoute et se consacrer par le chant à la découverte de sa voix et de soi-même. Travailler la voix, c'est prendre conscience de notre corps et ouvrir notre cœur à qui nous sommes, c'est se remettre dans la joie et dans l'énergie de la Vie.</p>
6.	<p>Au centre d'accueil pour réfugiés</p> 	<p>Découvrir la réalité vécue par des étrangers accueillis dans un centre de transit. Participer à certaines de leurs activités, réfléchir à ce qu'ils vivent, à notre accueil et celui de notre pays. C'est aussi l'occasion de vivre ensemble (6 élèves et 1 professeur), durant trois jours, dans un endroit ouvert aux personnes en difficultés. Une expérience inoubliable ! http://www.fedasil.be/Rixensart/home</p>

7.	Volont'R – Hôpital 	<p>Volontariat en hôpital : participation à la vie quotidienne de l'hôpital, contacts avec les résidents, aide pratique (aider une personne âgée à manger, participer aux activités organisées dans l'institution, distribuer le café, ...). Il t'est demandé d'être dynamique, motivé, de savoir prendre des initiatives, d'être souriant et d'aimer les contacts, notamment avec les personnes âgées.</p> <p>NB Pas de logement prévu par l'école. Formation obligatoire : merc. 4 mars 2020, 13.30-16.30, à l'école</p> <p>La formation vous prépare à affronter le milieu hospitalier, à être à l'aise face aux personnes que vous rencontrerez à réagir en cas de situation éventuellement délicate, ...</p>
8.	Volont'R-Maison de repos 	<p>Volontariat en maison de repos : contacts avec les résidents, aide pratique (aider une personne âgée à manger, participer aux activités organisées dans l'institution, distribuer le café, ...).</p> <p>Il t'est demandé d'être dynamique, motivé, de savoir prendre des initiatives, d'être souriant et d'aimer les contacts, notamment avec les personnes âgées.</p> <p>NB Pas de logement prévu par l'école. Formation obligatoire : merc. 4 mars 2020, 13.30-16.30, à l'école</p>
9.	Volont'R – crèche 	<p>Volontariat en crèche : participation à la vie quotidienne de la crèche. On attend de toi une aide concrète : jouer avec les enfants, changer les couches, donner à manger, participer aux activités et en organiser une (bricolage, cuisine, chant, ...).</p> <p>Il t'est demandé d'être dynamique, motivé, de savoir prendre des initiatives, d'être souriant et d'aimer les contacts avec les enfants.</p> <p>NB : Pas de logement prévu par l'école. Formation obligatoire : merc. 4 mars 2020, 13.30-16.30, à l'école</p>
10.	Aux Restos du cœur 	<p>Participer à la vie quotidienne d'un restaurant du cœur : confection des repas, accueil des personnes, partage du repas, rangements, ...</p> <p>A Wavre ou à Namur (parfois avec Volont'R → formation)</p>
11.	« Connais-toi toi-même » 	<p>« Se » découvrir plus en profondeur grâce à l' « outil » de l'Ennéagramme qui est une présentation dynamique des 9 personnalités humaines de base : jeux, mises en situation, interactions, dialogues... pour découvrir ce qui nous anime au plus profond. Aide précieuse quant à l'orientation à donner à la vie personnelle, relationnelle et professionnelle. Le groupe est limité à 18 élèves, animé par une enseignante et un ancien professeur, certifié de l'Ennéagram Institute.</p>

12.	Réflexion en monastère 	<p>Partager la vie de moines et de moniales qui ont choisi de se retirer du monde et de vivre leur foi en communauté.</p> <p>A travers la rencontre, le partage, le dialogue, le calme, le silence, se mettre à l'écoute de ce qui nous anime de l'intérieur : questions, réponses, déceptions, espérances ... Participation aux offices monastiques et au travail manuel.</p> <p>!!! Prendre contact 3 semaines à l'avance avec la communauté.</p> <p>A Clerlande pour les garçons, Rixensart pour les filles</p>
13.	Marche et réflexion dans les Fagnes 	<p>Se reconnecter à la Terre, découvrir en randonnée des paysages grandioses, repenser notre consommation, réfléchir à notre impact écologique, réduire nos déchets au strict minimum, ...</p> <p>Et dans le silence de la nature, se découvrir, découvrir les autres, le Tout-Autre aussi peut-être.</p> <p>NB. Tu seras capable de marcher plusieurs heures par jour, sac au dos, et d'affronter les dénivelés de la nature.</p>
14.	Faire mémoire à Auschwitz-Birkenau 	<p>Partir aux confins de la Pologne, faire face à la terrible réalité des camps, à la cruauté d'un régime totalitaire et inhumain, mais aussi au courage et à la grandeur humaine. Réfléchir ensemble aux questions que cela nous pose : tel est le projet de ce voyage audacieux au cours duquel nous aurons aussi l'occasion de visiter également Cracovie et ses environs.</p> <p>Du mercredi 1/04 au samedi 4 en fin de journée. Logement : en auberge de jeunesse Coût : environ 500€</p>
15.	Marche et réflexion en Ecosse 	<p>Découvrir en randonnées des paysages grandioses, visiter des sites culturels et historiques, vivre simplement la vie de groupe, préparer et partager les repas, s'ouvrir à la rencontre...</p> <p>Et dans le silence de la nature, se découvrir, découvrir les autres, le Tout-Autre aussi peut-être.</p> <p>NB Tu seras capable de marcher environ 8h/jour, sac au dos, et d'affronter les dénivelés de cette nature aride.</p> <p>Du mercredi 1 au jeudi 9 avril Coût : environ 600 euros</p>
16.	GR6 & 46 - Randonnée dans le Parc Naturel Régional des Causses du Quercy 	<p>Tout en marchant dans un cadre naturel grandiose et chargé d'histoire (Figeac, Rocamadour, quelques-uns des plus beaux villages de France), apprendre à se connaître soi-même, à découvrir ses propres limites et le dépassement de soi, rencontrer les autres, développer la solidarité, ... Cette randonnée d'environ 120 km suppose une bonne condition physique et un bon mental car nous marcherons une bonne vingtaine de km par jour.</p> <p>Du mercredi 1 au jeudi 9 avril Coût : environ 620 euros</p>

QUELQUES TEMOIGNAGES DES « ANCIENS »



J'ai grandi, dans ma tête et dans ma vie... Natacha 6TQ2

J'ai appris à dépasser mes préjugés. Sacha 6TQ1

J'ai bien aimé ce petit séjour car on a appris à avoir de la patience envers les personnes âgées, à leur donner confiance, à passer du temps avec eux. Les animateurs étaient sympathiques. Je me suis sentie patiente car il fallait avoir du temps envers les résidents pour qu'ils marchent à leur aise. Et aussi confiante car j'avais confiance en moi. Alison 6P

J'ai aimé les balades en forêt et pouvoir communiquer avec les autres membres du groupe. Les cours de yoga étaient très prenants et captivants. Le prof était sympathique. Si on avait la moindre question, il était là. Le groupe était chouette, on a passé des moments vraiment conviviaux. Miguel 6P

J'ai vraiment beaucoup aimé car j'ai fait de nouvelles rencontres, j'ai appris à dépasser mes limites. J'ai aimé les bons petits plats surtout le dernier jour, c'était de la tartiflette et comme dessert de la crème aux fruits rouges ! J'ai aussi beaucoup aimé car nous rigolions beaucoup ensemble. Dès le début nous nous sommes bien entendu, les gens du groupe étaient gentils. Et pour finir, ce qui m'a plu aussi c'était le paysage ... Jean-Pierre 6P

C'est incroyable de me rendre compte que je peux sans souci me passer de gsm pendant toute une journée... Julie, 6G1

Si je peux donner un conseil aux prochains : Prendre la retraite qui plait plutôt que suivre ses amis et ainsi vivre une aventure nouvelle. Louis 6G2