



SESOBEL

Fondé en 1976

همزة وصل

«SEMONS L'ESPERANCE, illuminons les cœurs autour de nous!»

Theme de l'année 2015-2016

آذار ٢٠١٦

نشرة إخبارية شهرية



من أقوال إيفون شامي:

«إن الشخص الذي حدت الإعاقة من استقلاليتته، سيحتاج دوماً إلى من يرافقه طوال حياته، من الولادة حتى الممات، في مسيرة نموه كإبن الله وعضو في جسد يسوع الحي، الكنيسة كي ينال ما يحتاجه من قوت لإستمرار حياة ابن الله فيه، وصولاً إلى حضن الأب.»

في هذا العدد

الإفتاحيّة	ص ١
نشاطاتنا المتعدّدة	ص ٢
أخبار ولادنا وشبيبتنا	ص ٢
انعزمننا وليّنا الدعوة	ص ٣
مشاورينا	ص ٤
مين بدو كحك	ص ٤
بآذار نشاطاتنا ليل ونهار	ص ٥
شبيبتنا بمشغل الفندقية	ص ٥
أجواء عيد الفصح	ص ٥
عيد المعلم	ص ٦
تحية وشكر	ص ٦
عيد الأم	ص ٧-٨
Nouvelles mamans	ص ٨
ناريمان الله يوفقك	ص ٨
عيد البشارة	ص ٩
زوارنا والمتطوعين	ص ١٠-١١
إشارات العلاج اللغوي	ص ١٢
Article médical	ص ١٣
معرضنا السنوي	ص ١٣
فكرة لهديّة	ص ١٤
مأكولاتنا أطيب مع منتوجاتنا	ص ١٤
عيد ميلاد أفراد من عيلتنا	ص ١٤
هم في قلب الله	ص ١٤
أخبار عيلتنا	ص ١٤
فريق عمل همزة وصل	ص ١٤

« La solennité liturgique de l'Annonciation, que nous célébrons, nous pousse à contempler avec les yeux de Marie, l'immense mystère de cet Amour Miséricordieux qui jaillit du Cœur du Christ. Puissions-nous, aidés par elle, comprendre le vrai sens de la joie pascalle, qui se fonde sur cette certitude : celui que la Vierge a porté dans son sein, qui a souffert et qui est mort pour nous, est vraiment ressuscité. Alléluia ! » Jean-Paul II

Avec toi Marie, nous n'avons peur de rien, Apprends-nous à toujours nous tourner vers Toi, dans la confiance, à trouver en Toi notre suprême accomplissement, notre Paix intérieure et tout l'Amour dont on a besoin pour être plus et mieux au service de nos frères et sœurs enfants, jeunes, personnel, amis, membres de cette grande famille qui représente le SESOBEL. Bonne Fête de l'annonciation à vous tous chers membres de SESOBEL. Jésus est ressuscité, il est vraiment ressuscité et nous en sommes les témoins.

Fadia Safi

Présidente Directrice Générale

أخبار ولادنا وشبيبتنا

نهفات



* كل يوم بعد الظهر، الولاد ببرنامج التدخل المبكر، بياخذوا استراحة بعد نهار طويل بالنشاطات والألعاب. فجأة بتسمع المربية جيهان «شربل» عم يقول: «يا ست جيهان بدي إشرّب مّي». شربل معروف بعفويتو اللي ما بتخلّي من النهفات يللي بتضحك وأكبر من عمرو.

* بنهار عيد المعلم إستقبل «سام» مريّته بهدية وضحكة حلوة وقال لها: «ينعاد عليكى وهيدي شوكولا إلك». ردّت المربية بكل حماس: «أوه ميرسي يا سام بدي أكلها كلها لأن أنا ببحب كثير الشوكولا». وكانت ردّة فعل سام مهزومة: «لاء لاء ما لازم تاكليها كلها لأن بيصير عندك carie، كرمال هيك لازم تاكلي كل يوم وحدة بس». برنامج التدخل المبكر



* بخصّة «العلاج اللغوي»، كانت «رولا عيسى» عم تشتغل مع «جيوفاي، جو، جورج وإيلي»، وصل دور «إيلي» حتى يلزق صورة التلفون على التلفون، فما كان من إيلي إلا إنو يرفع سماعة

التلفون ويقول Alloooo، بس رجع كمل شغلو... برنامج التوحد

أهلا وسهلا



استقبلنا ببرنامجنا بنت صغيرة عمرها ٣ سنوات إسمها ماريّا بتميّز بمضامتها وبسمتها الخجولة المرسومة على وجهها واللي قدرت بسرعة تفوت على قلوبنا. من كل فريق العمل أهلا وسهلا فيكي بعيّلتك الثانية.

برنامج التدخل المبكر

نشاطاتنا المتعدّدة

كيف منعرف الليل من النهار

ما في أحلى من إنو الواحد يكون بال«pyjama» وينام ويرتاح. نحنّا بصفنا عم نتعلّم عن الليل والنهار. كرمال هيك كلنا لبسنا «بيجاماتنا» وطقينا الضو وتمنا... وعينا على صوت المنبه وشفنا الضو من الشباك ... وهيك عرفنا إنو صار النهار.



برنامج الإعاقة الفكرية

إيد بإيد منوصل لهدفنا

عجقة كبيرة وحماس... بندورة، حسن، مايونيز... ما تنسى تعطيني كيس... لأطيب سندويش تونا جاهزين. هيك كان الكلّ مثل خلية النحل، الكلّ عم يشتغل بقلب كبير وإيد وحدة مع الأهل وشبيبتنا ومعلماتنا. وصارت الساعة ١٢، كل الأقسام تسلّمت السندويشات وأكيد أطيّب منها ما في! نهار متعب بس بالتعاون والفرح وأكيد عين ست البيت علينا كل شي بيهون! شكر كبير لكل يلي ساهموا معنا وشجعونا حتى من خلال هالنشاط نقدر نجتمع تكاليف المشوار يلي منقوم فيه كل سنة... وأكيد شكر كثير كبير لأمهات شبيبتنا يلي كان إلن دور بمساعدة ولادهم تا يقوموا بالمعمل النشط.



برنامج الإعاقة الجسدية

انعزمنّا، لبينا الدعوة وكانت رحلة من العمر

* المحطّة الخامسة كانت عزيمّة عالعشاء قدّمها السيد طوني كرم يللي كان حريص على الاهتمام بكل شخص وهمو يشوف البسمة على وجّو. خلال السهرة والعشاء، كان لنا حصّة مع الجيران. «دونا» صبيّة مهضومة مع خيها «شربل» حضروا بوشار وإجوا يسهروا معنا، «زياد» مع إمّو تعرّفوا علينا وشاركونا الشهرة. بالبداية زياد وشربل كانوا شوي خايفين وخجولين عم يرقبوا من بعيد. بعدين نزلوا على الدبكة مع الشبيبة، إيد بإيد رقصوا وغتوا وكانت السهرة ولعانة.



تصبحوا على خير، منتمالكن أحلى الأمانى... ناموا وارتاحوا لأتو رحلتنا مكفاية، وموعدنا نهار الجمعة الصبح عالساعة ٨. طبعاً الشبيبة ما غفوا بسرعة، حكي، وشوشة، ضحك وصلاة... ساد الصمت حوالي الساعة وحدة وغمضت العيون النعسانة. طلع الضو بكير مع زقزقة العصافير نهار الجمعة، والشمس شارقة. الكلّ وعي قبل الموعد بس ضلّ بالتخت ممدّد عم يسترجع أحداث مبارح... بعدين، بنشاط وحيويّة، غسيل، لبس وترتيب، شاي، قهوة ونسكافيه، تجمعنا للترويقة يللي قدّمها «عمو طوني».

برّا بالدفا وبالطبيعة، قعدنا، تروّقنا وشكرنا صاحب Anthony's Village على استضافته، كرمو ومحبتو على أمل اللقاء والعودة.



تركنا لحد وعلى طريقنا زرنا «أرز جاج» وكفينا على دير مار مارون عنايا وبعديو على المحبسة حتى نזור «مار شربل»... مشينا، صلينا ورتلنا، زرنا، تصوّرنا، تأملنا وشكرنا الرب على حضورو الدائم معنا، على الأهل لثقتن فينا، وعلى كل فريق العمل اللي من بعيد أو قريب ساهم بإنجاح هالرحلة.



محتننا الأخيرة كانت بالسيزوبيل. الساعة وحدة ونص وصلنا وبالأوتوكارات على بيوتنا غادرنا، حاملين أغراضنا وقلوبنا مليانة سعادة وفرح.

يمكن الخبريّة طويلة، بس مش على قد فرحتنا بهالرحلة...

ليلي زغيب - مركز المساعدة بالعمل

بلّشت رحلتنا نهار الخميس ٣ آذار... انطلقنا عشرين شاب وصبيّة مع خمس مرافقين.
* أوّل محطّة كانت «سيدة إيليج» بميفوق. صلينا، زرنا، تفرّجنا، أخذنا كم صورة ورجعنا عالباصات لأن بلّشت بالشتي.



* المحطّة الثانية كانت بمطعم «زهرة العسل» بميفوق: أكلنا، شربنا، رقصنا ودبكننا... الوجوه رضيّة ومبتسمة، كل واحد من الشبيبة بالموهبة اللي عندو يها أبداع بالرقص، الغنا، التقليد...
* المحطّة الثالثة وهبي أساس رحلتنا، وصولنا على لحد على Anthony's Village. استقبلنا صاحب المشروع السيد «طوني كرم» بوجّو البشوس. إنسان إسم على مستي، كريم النفس والأخلاق. بعد السلام والكلام، اصطحبنا كل فريق على مكان نومو. كل شاليه مجهّز بطريقة مرتبة وعصريّة. الطابق الأول مؤلّف من صالة استقبال، مطبخ، غرفة طعام وحمام. الطابق الثاني مؤلّف من غرفة نوم وحمام.



استراحة، فنجان قهوة تا نبلّش المحطّة الرابعة وهبي زيارة بيت «الأخ اسطفان نعمّة» ونبع الهرير. مع زخات المطر وقرصة الصقعة كانت زيارة مليانة خشوع، تأمل وصلاة، زيت وبخور أخذوهم الشبيبة تذكّار وبركة.



مشاويرنا

* نشاطاتنا مع ولادنا حلوة ومميّزة وبتتردّ على احتياجاتنا واهتماماتنا على كلّ الأصعدة. ومشاويرنا خارج المؤسّسة أهدافها متعدّدة منها المرح وتغيير الجوّ وأكيد تنمية الحواس عند ولادنا وقدراتنا حتّى لو كانت بسيطة. ومشوارنا هالمترّة كان على السّينما لمشاهدة فيلم **Alvin** بالـ **Le Mall** - ضبية. الفيلم كان كتير حلو ولاحظنا هالشّي من ردّة فعل ولادنا اللّي كانوا عم يحضروا بتشويق وفرح، وأكيد ما بيكتمل المشوار إلّا بمشاركة الغدا سوا مع كزدورة زغيرة بالـ **Mall**. منشكر متل كلّ مشوار كلّ الصبايا والشّباب اللّي ساعدونا نمضّي نهار مميّز سوا وأكيد ما مننسى الـ **chauffeur** اللّي رافقنا.



برنامج الشوشو

كعك، كعك... مين بدو كعك؟

ناترينكن زغار وكبار
ع أطيّب كعكة كعكتنا
حتى لو حجما زغير بس
نهار الجمعة ١٨ آذار
أشهى حشوة حشوتنا
مردودا ع حاجتنا كبير

بالصرخة نادينا لهالنشاط، اللّي مردوده بساهم بتأمين جهاز تنفّسي لولد من ولادنا. فريق العمل لّي النداء وساهم معنوياً، مادياً وعملياً لإنجاح نتجّح هيدا النشاط اللّي بالرغم من إنّو زغير كان مبارك كتير ومردوده كان أكبر من التوقّعات. بفضلكن قدرنا نأمّن ٢٥٠٠ \$ من سعر الجهاز. نشاطاتنا رح تكمل بالهالإطار لتأمين المبلغ الكامل لنشتري الجهاز المطلوب. من ولادنا ومتا لكلّ مين شارك، اشتغل، وحضّر...

شكر كتير كبير ومنختم :

**Merci, vous avez
ajouté
un souffle à ma vie**



Département Social et Plateau Technique

رحلة إلى الثلج

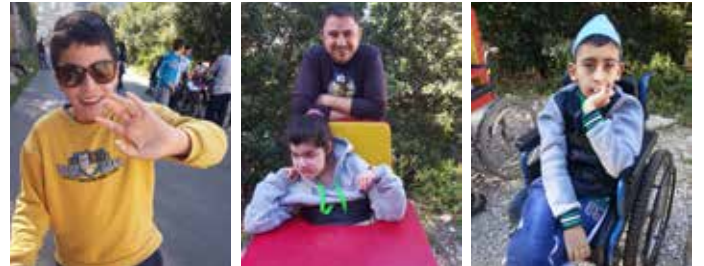
مشوارنا هيدا الشهر كان الثلج، والهدف منه مش بس مشوار وكزدورة، كمان تا يستفيدوا ولادنا إنّ يلمسوا الثلج ويجسوا ببرودته، ويتعرّفوا على التغيرات وعوامل الشتاء. متل العادة، كان مشوار حلو ومسلّي وولادنا لعبوا، عمّروا رجل الثلج وقضوا وقت حلو ومميز. منشكر من قلبنا كل المتطوعين على مساعدتنا.



برنامج التوحّد

مشوار مميّز

مشوار رايحين مشوار... تا نبرم بالطبيعة هالنهار... بين الورد والأشجار وهيدا يلّي صار... مش مهّم لوين نروح، المهّم رحنا المشوار D:



برنامج الشوشو*

شبيبتنا بمشغل الفندقية

شبيبة المتمرنين من برنامج «الإعاقة الفكرية» قدروا يحققوا نجاح كبير بمشغل الفندقية بوقت كثير قصير. عم يظهروا هالشي بالمناسبات اللي عم يشاركوا فيها ومن خلال شغلن اليومي معنا. واللافت عندن روح التعاون بين بعض وأحترامن للقواعد. في مرة كان عنا غدا لزوارنا بالسيزوبيل وكنا مضغوطين كثير، طلبت من بعض الشبيبة ببرنامج «الإعاقة الفكرية» إنو يجوا يساعدونا وقتلن ينطروني بالكافيتيريا. وصلت، تفاجأت كثير بتحضيرن للطاولات على أكمل وجه، وأكثر من هيك كانوا مهتمين بأدق التفاصيل لوحدن من دون أي غلط.

أنا فخورة كثير فيكن شباب...
والله يقدرنا لنقدر نأمنلكم
أحسن مستوى تدريب فندي.



نايلا تامر - مشغل الفندقية

أجواء عيد الفصح المجيد

أعطى حياته لنحيا بها، أفرغ ذاته من أجل الإنسان
هلقد حيو كبير إلنا، عطانا حياتو... ونحنا ببساطتنا، عبرنا عن حبنا إلو وشهدنا على قيامته، بجمعتنا سوا، بهيصتنا وتراتيلنا، وبتفقيس البيض (يللي هووي رمز الحياة).
من مركز المساعدة بالعمل تمينا للجميع فصح مجيد ومبارك هاتفين :



ليلي زغيب - مركز المساعدة بالعمل

بآذار نشاطاتنا ليل ونهار

بزمون الصوم رح نخبركن كيف عشنا العطاء والمحبة والروح الحلوة...

مشوارنا بلش بمطعم «الشالوف» اللي منشكر إدارتو على دعوتنا واستقبالنا بكل محبة.



كان وقت حلو قضيناه سوا، كل واحد منا طلب الوجبة المفضلة عندو، ضحكنا، رقصنا، تصورنا وتمينا هالنهار ما يخلص.

وبيوم تاني من هالشهر عملنا زيارة للصليب الأحمر اللي



منشوف حالنا فيه واللي بدورو حب إنو شبيبتنا يكون عندن المعلومات الكافية اللي بتحولن يساعدو حالن وغيرن بأي حادث ممكن يواجه حياتن.



ومارج ننسى نخبركن عن الشعينة والقداس اللي جمعنا وترأسه أبونا «إيلي قزحيا». مشينا بالزيّاح وضوينا شموعنا عا نية كل شبيبتنا وكل إنسان مريض. وما بيكمل يومنا إلا برياضة روحية خصصنا فيها أبونا «عيد أبو راشد» اللي جمعت كل عيلة سيزوبيل جزين وكفرحونة.



للأم بعيدا قدمنا وردة عربون شكر منا بهالعيد على كل مساعدتن ووقفتون حدنا وحتى نوفيهم جزء بسيط من تعبئن معنا ودعمن إلنا.



ومنا نحنا شبيبة سيزوبيل - كفرحونة معايدة لكل فرد من هالعيلة على أمل إنو تكون قيامة المسيح قيامة لمزيد من الأمل والمحبة بسيزوبيل وببكر الجايي.

برنامج الدمج المهني - سيزوبيل كفرحونة

عيد المعلم

باسم القسم التربوي بالمؤسسة، نتوجه بالشكر لـ«بنك عودة» وللمؤسسة الكريمة، يلي بلفتة خاصة، حبوا يكون عيد المعلم مميّز لنا، ويفرحونا بهالنهار. هيصة، فرح وجمعة حلوة كان جونا نهار الاثنين. كلمة شكر من القلب لممثّل بنك عودة ولمديرة مؤسستنا مدام «فاديا صافي»، وللمسؤولين التربويين «رولا نجم» و «أنيتا الحاج» ودعم مدام «كارمل خوري» والفريق اللوجستي لهالتكريم بهالمناسبة.

بالنهاية لقمة طيبة تشاركها الكل وتوزيع هدايا وكلمة حلوة بتعلم بالقلب. بدون ما ننسى الهدايا الخاصة بكل قسم. وما خلصت المفاجآت، آخرها مسك مغادرة قبل الدوام. ألف شكر!



برنامج التوحد

١٠ آذار كان نهار مميّز بالسيزوبيل وتحديدًا عند الـPHP. بهالنهار اجتمع المرّين مع الأولاد للإحتفال بعيد المعلم.

الفرحة كانت واضحة على وجوه كل الحاضرين. الرقص، الموسيقى والأغاني كانوا من أهم ميزات هالنهار.

المفاجأة الكبيرة كانت بحضور الإعلاميين «طوني بارود ورائيا الأشقر» اللي عبّروا عن فرحتنا الكبيرة بوجودنا مع ولادنا وحبوا يشاركونا الرقص والضحك. بمجرد بسمة عالوجه، كان كل شخص عم يبساهم بنقل الفرحة اللي ما بتنوصف.

ما بدنا ننسى نشكر صف «علماء البيئة» اللي حضّروا أطيّب كاتو ووالدة «روي كاسباريان» أحد شبيبتنا، اللي قدّمت أمنت وجبة الغداء عربون شكر لأفراد عيلتنا.

هالنهار اللي عنوانه «الفرح، المحبة، المشاركة والأمل» ما رح ينتسى أبداً.



برنامج الإعاقة الجسدية

شكرًا بيرنا

مبادرة حلوة قامت فيها صبيّتنا اللطيفة **برناديت ريشا** لما فاجأتنا بعيد المعلم وكانت أول مين عيدنا. قصينا سوا كعكة العيد وشرينا العصير اللي عرفت كيف تحييهم حتى تفاجأنا. عقبال ما نعيد سوا السنين الجايي بالصحة والفرح.



برنامج الشوشو

تحية وشكر

* بطاقة تحية وشكر من القلب منوّجها للسيدة «ماريان كويتير»، يلي تطوّعت للمساعدة بالمشغل اليدوي مع المريبة جيزال. إنسانة رائعة، الضحكة ما بتفارق وجها، وقدرت تكيفت بسرعة مع ولادنا وإشتغلت معن.



* كلمة شكر للمربي «إيلي أبي صالح»، يلي متل كل سنة عم نستعين بخبراته بمجال الموسيقى، تا نحضر حفلة برنامج التوحد.



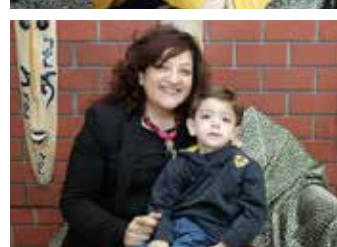
* وللمربي «وليد شبق» يلي قص شعر «نجيب» و«ماكسيم» والحلو تقبل ولادنا إلو.

* «رولا عيسى» الأخصائية في العلاج اللغوي يلي خلال حصّة الغداء، عم تكون متواجدة معنا وبتساعد الكل بدون ما نطلب، وبتتفاعل بطريقة حلوة مع ولادنا. برنامج التوحد



عيد الأم

مثل كل سنة عيد الأم كثير مميّز بالبرامج التربوية. بآذار احتفلوا أمهات أولادنا برنامج التدخل المبكر حيث «سافروا إلى قارة أفريقيا» مع رئيس بلدية عين الريحاني الأستاذ «فنستني بستاني وزوجته». وتخللت الحفلة معلومات عامة من قبل رئيس البلدية عن طريقة عيش الشعب الأفريقي (أكلهم، الحيوانات المفترسة وخاصة القرد...). وبـ ٢٢ آذار إجتمعوا برنامج الشوشو وبرنامج الاعاقة الفكرية والجسدية وتوجّهوا إلى Stadium SESOBEL ليشتركوا الأمهات بـ ٨ ألعاب رياضية وكان الحماس عارم بين صفوف الأمهات...



وهلّق رح قلّقك يا ماما، يمكن ما تكوني بنظر غيري
أحلى إمّ، بس إذا بشوفوكي بعيوني وبقلبي،
بشوفوا إنك أحلى إمّ بالدني كلها
و أنا بحبك كثير

البرنامج التربوي

Groupe social : «Nouvelles Mamans»

Dans le champ des rencontres familiales, nous voulons pour ce mois vous informer sur le groupe de «Nouvelles Mamans».

Ce sont des rencontres mensuelles pour les mères des enfants nouvellement intégrés au SESOBEL, spécifiquement à l'«Unité de Stimulation Précoce».

Pourquoi ce groupe?

Le SESOBEL propose d'aider ces mamans, bien souvent perdues à la suite de l'annonce du handicap de leur enfant, par une prise en charge individuelle, mais il propose de faire encore mieux pour les aider à surmonter l'épreuve qu'elles vivent, en partageant leur vécu avec d'autres mamans dans la même situation et avec lesquelles elles pourront échanger et trouver quelques réponses à leurs questions.

Elles se rendent compte qu'elles ne sont pas seules à vivre cette épreuve. Elles peuvent en parler sans être juger. Eh bien, elles sont plus fortes ensemble pour affronter leurs difficultés.

La mise en place de ce groupe nous paraît primordiale. Elle permet d'accompagner ces mamans, afin de les aider à vivre avec cette réalité. Ce sera, alors, une première prise de recul, un début de réponse. C'est à ce moment-là qu'elles entreverront les bienfaits de leur propre vie et leur donner aussi un espoir, un peu de courage pour affronter l'épreuve.

Département social

ناريمان... الله يوفقك

ما فينا تمّرق مغادرتك «ناريمان» من دون ما نتمناللك الخير.



طيلة وجودك معنا، البسمة كانت دائماً مرافقة وحبك، وخاصة بحصة الإسترخاء مع الشبيبة وولادنا الزغار. عطيتي من قلبك، وباسم ولادنا منشرك على دعمك. الله يكون معك.



برنامج التوحّد

عيد الأم - تابع

محطة وفا

أقامت لجنة الأهل في مدرسة القلبين الأقدسين البوشرية صبحية إحتفالاً بمناسبة عيد الأمهات، في فندق هيلتون - حبتور، حيث كترمت أمهات إستثنائيات في المجتمع. إليكم الكلمة التي ألقته السيدة فاديا صافي لهذه المناسبة :

الأم الرئيسة، الأخت كارولين الراعي، رئيسة وأعضاء لجنة الأهل في مدرسة القلبين الأقدسين البوشرية، أيها الحضور الكريم،



بشرفني اليوم كون بيناتكن وشارككن هالصبحية الحلوة. وبفتخر فيكن لجنة الأهل في مدرسة القلبين الأقدسين البوشرية وإدارة المدرسة الكريمة لإهتمامكن ولإعتباركن أهمية المدرسة الإجتماعية في قلب المدارس التربوية

بعصرنا اليوم. رسالة السيزوبيل هي رسالة الإنسان، الإنسان اللي حدّت الإعاقة من قدراتو وكان تأثيرها كبير على كل تفاصيل ومراحل حياتو.

إنتو اليوم بمالمبادرة المميزة قدام هالحفل الكريم، عم توقفوا شهود على هالقضية الإنسانية وأهميتها وبدوركن عم تعلنوا تعهدكن ومسؤوليتكن تجاه كل شخص، ما يفرق عن خيو الإنسان إلا بالخدمات الإضافية اللي هوي بحاجة لإها.

إمتناني العميق، تقديري وإحترامي للجنة الأهل وللقيمين اللي اقترحوا هيدا التكرم، اللي هوي دليل حي على تعاوننا لبناء مجتمع أفضل وعلى إستمرارية الشراكة في ما بيننا.

مشروع سيزوبيل منو إنجازي إلي وحدي، هوي إنجاز ومجبة فريق عمل هالمؤسسة وكل إنسان حط ييدو بإيدي وأتكل على إمنا العدرا، ست البيت. هوي إنجاز المجتمع وكل شخص منكن اعتبر قيمته من قيمة خيو الإنسان. لكل اللي حاملين هالقضية بقلبن، ولكل ولادنا وعيلنا، مهدي هالتكرم عربون إحترام وحب وتقدير. وشكراً...



دايزي ضو - قسم الزوار والمتطوعين

عيد البشارة، عيد ست البيت، عيد السيزوبيل

كل بشارة والجميع بخير ويضلّوا ولادنا بشرى ساّرة يزرعوا فرح، سلام ورجا الرب يسوع مطرح ما بيكونوا.



ليلي زغيب و Ambiance de vie

العيد مع ولادنا ألو نكهة مميّزة



٢٣ آذار اجتمعنا كلنا ببرنامج الدمج المدرسي واحتفلنا سوا بعيد السيزوبيل. فريق العمل مع ولادنا وست البيت ضوّينا الشموع وصلبنا تا نكتمل مسيرة ال٤٠ سنة بالعطاء والإيمان.



برنامج الدمج المدرسي - سيزوبيل جزين

من أكثر من ٢٠٠٠ سنة، مريم قالت «نعم لتكن مشيتك يا رب» وقبلت إنو تحمل بأحشائها يسوع فادي الكون. وكانت عارفة شو ناظرها وإنو مش سهل يللي رح تعيشو روح تشرق فيه. مش هيّني عليها تشوف وحدها عم يتألم، يموت وهوي بريء. بس بصمتها وبسليمها الكلي للرب، فهمت إنو يسوع هوي القيامة، هوي الحق، هوي الحياة...

ومن أكثر من ٤٠ سنة، «إيفون» وققت بوجه المجتمع وقالت: «ما بجقلك تقتل الحياة. مين إنت حتى توضع حدّ للحياة؟؟» تجاهت ونعتت بصفات كثيرة بس أبدأ ما استسلمت رغم الصعوبات، الضغوطات والتهديدات. الطفل المصاب بإعاقة كان همها الوحيد... كيف بدّها تنقذو من إيدين البشر... همها الأهل وخاصة الإم، كيف بدّها تشيل عنهم العار وما تحمّلهم ذنب... همها المجتمع كيف بدّها تغيّرلو نظرتو...

٢٥ آذار مش بالصدفة منعيد عيد السيزوبيل مع عيد البشارة. بهيدا النهار بالذات، تأسست السيزوبيل وكانت بشرى ساّرة لكل عيلة عندها ولد مصاب.



بهيدا النهار بالذات، بتصير المعجزات، العدرا مريم بتسمع الصلوات وتتحقق الطلبات. مش بالصدفة «إيفون» سمّت العدرا «مريم ست البيت». هيّي السهرانة على هالبيت وعلى هالعيلة والإستمرارية هيّي بقدره إلهية مش بشرية. نحنأ أفراد هالعيلة الكبيرة، بدنا نضلّ نقول «نعم» هالقضية، نعم لنشر الرسالة والإستمرارية. أكيد وقفات روحية، صلوات واحتفالات تا نعيد ونشكر مريم، والمميز هيّي مسيرتنا يللي بتجمع كلّ عيلتنا منبّلشها بصلاة ست البيت:

« يا عدرا ، ما إلنا غيرك، ما بدنا غيرك،

إنت معنا نحنا ما منخاف، جمعينا بقلب عيلتك،
لأتّك ملكة المستحيل، ولأن ابنك الحيّ ما بيرفضلك شي
ولأتّك إمنا، ما منخاف من الصعوبات، ما عمرك بتخيبي
أمل اللي بيتكّل، واتكّلنا، علمينا نضلّ نتكّل عليك،
نعمل اللي علينا ونتركلك حصتك، حصّة ست البيت»

الاربعاء ٢٣ آذار ٢٠١٦، احتفلنا مع ولادنا وشبيبتنا بمناسبة عيد البشارة وعيد السيزوبيل، من خلال مسيرة وقداش، حملنا فين صلواتنا وتضرّعاتنا للعدرا، لتباركنا بخطواتنا، تزيدينا رجاء، وتقوي همّتنا للإستمرارية.

مشينا، رافعين الصلوات، التراتيل والتأملات، حاملين الورد والشموع، وخلال القداس ذكرنا كل اللي انتقلوا من بيناتنا من شبيبة، أفراد فريق العمل والمحسنين يللي غادرونا وتركوا بصمة وذكرى حلوة بعيلتنا.

زوّارنا والمتطوّعين

* زارونا كمان طلاب من **مدرسة القليبين الأقدسين** - البوشرية تا يتعرّفوا على سيزوبيل ورسالتها. الإبتسامه على وجههم عبّرت عن إمتنانن وقتنا حضروا تقرير عن مختلف



نشاطات سيزوبيل مع أولادها وشبيبتها. وبفضل التنوع ونطاق عملنا الواسع، كان إلن لقاء مع شبيبة الCAT وساعدوهن بمشغل «البيكولي»، غنّوا وفرحوا سوا.



* مثل دائماً، موعدنا ثابت مع طلاب الطب بجامعة **BAU** وال **AUB**. هاللقاء اللي هدفو إّو يتعرّفوا الشباب والصبايا على رسالة سيزوبيل وبرامج عملها، هؤي كمان مساحة تا يطرحوا كل تساؤلاتن ويحملوا رسالة فحواها إّو شو ما كانت الإعاقة ولا ممكن تمسّ بكيان الإنسان.



بأول زيارة لإلن على سيزوبيل تلاميذ **مدرسة المخلص** - سهيلة، هدف لقاءنا يتعرّفوا على سيزوبيل وشبيبتها. كان لقاء ملفت لأنن كانوا عم يطرحوا أسئلتن براءة ومن دون ما يزينوا السؤال بعبارات. كانوا بكل بساطة منطلقين من رغبتن يتعرّفوا على الآخر المختلف. وكمان تميّز اللقاء بمعلمة العربي بالمدرسة السيدة «**سمر عازار**» اللي كانت من فريق عمل سيزوبيل لسنين. شاركت التلاميذ بخبرتها بعيلتنا وشو كان أثر سيزوبيل على حياتها. من بعد ما اكتملت الصورة ختمنا بالألعاب والأغاني ولقمة طيبة كانوا التلاميذ جاييننا معن. منشكر إدارة المدرسة على وعيها على أهمية نمو الأجيال من خلال فن التعامل مع الإنسان يللي يسمح لكل الأفراد تتقبّل بعضا وتتكامل.



قسم الزوار والمتطوعين

* يقولوا الجار للجار وشو في أحلى من زيارة جيراننا طلاب **مدرسة مار يوسف** - عينطورة يللي كل سنة بيعجوا بوجوه جديدة ليتعرفوا علينا ويقضّوا وقت معنا.

كان اللقاء معن حلو، تعرّفنا ولعبنا سوا وكانو التلاميذ محضرين مشهد تمثيلي بفرحي نظرة الناس كيف بتأثر على الشخص المصاب بإعاقة وخبرونا كيف من بعد زيارتن لعنا تغيّرت نظرتن وفهموا إّو هئي كمان فيّن يساعدوا تا يغيرو نظرة المجتمع. وفي أفضل من إّو يخلص لقاءنا بقداس رفعنا في نوايانا كإخوة عنا أب واحد وطلبنا منو يزرع نظرتو فينا تا نحب كل إنسان مين ما كان وشو ما كان؟



* هالشهر كمان زوارنا كانوا من مدرسة **Antonine Sisters School** بس هالمرة تلاميذ EB8. تعرّفوا على سيزوبيل وبرامجها وركائز رسالتها والحلو إّو بلعبة التفتيش عن البيض يلي كانوا تلاميذ المدرسة محضرينا، قدروا الطلاب يطبقوا كل اللي سمعوه منا عن قبول الاختلاف... كانوا إيد بإيد مع ولادنا عم يتساعدو تا يجمعوا بيض العيد، وهيك بلعبة بسيطة جسّدوا زوّارنا وولادنا جوهر رسالتنا. منشكر مدرسة **Antonine Sisters School**، إدارة وطلاب ومنتمنى إّو يللي لمسناه عندن ينمي لأنن أكيد جيل بيوعد بيكرا أحلى.



زوّارنا والمتطوّعين - تابع

* بالدني كلاً ما في أحلى من الأصحاب وكيف إذا كانوا هلقد أوفيا مثل أصحابنا من أستراليا السيد **طوني خيسي وزوجته** يللي صرلن أكثر من ثلاثين سنة بيدعموا قضيتنا ومثل كل مرة بيحو فيا على لبنان بحبوا يزورونا ويتطمّنوا علينا ويشوفوا ضحكات ولادنا وشيببتنا عن قرب.

ونحن على قد فرحتنا فين منقلن أهلاً وسهلاً فيكن دائماً والله يخلي لنا ياكين ويكتر من أمثالكن والعدرا تباركن وتشكركن على كل شي عم تعملوه معنا وكرمانا.



تحت شعار **«معاً نخدم المجتمع»** نظّمت مدرسة **العائلة المقدسة الفرنسية - جونية** نهار بيسمح لتلاميذها يتعرّفوا على المؤسسات الاجتماعية حتى تنمي فين حسّ مسؤوليّة تجاه المجتمع ويعرفوا أهمية دورن.

ولأن شغلنا مع المجتمع هو جزء أساسي من رسالتنا، ولأن تعاوننا مع مدرسة العائلة المقدسة صار إلّو سنين، كان من الطبيعي نلّي الدعوة. كان نهار مميّز، بلّشنا بعرض زغبر من قبل المدرسة عن أهداف المشروع ومن بعدا توزّع شهادات على الطلاب يللي عملوا ساعات تطوّع السنة الماضية.

من بعدا، تقسّموا الطلاب لخمس مجموعات وكل مجموعة كّنّا عم نخبرنا عن رسالتنا وبرامجنا وبالأخص عن مجالات التطوّع معنا بالصيف وكان الطلاب عم يسمعو بانتباه وكمان يسألوا أسئلتن بإهتمام.

هالتعارف رح يسمحو للطلاب يختاروا المؤسسة يللي بحبوا يتطوّعوا معها بالصيف ويعيشوا كل

واحد من زاويته كيف بيقدرو

يخدم مجتمعهم. وكمان **«ميشال**

حنا» المتطوّع يللي رافقنا بميدا

النهار، كان عم يخبر بحماس

كبير عن مشواره معنا ويشجع

الطلاب يعيشوا بالخبرة.

منشكر إدارة المدرسة على هالمبادرة

الحلوة وعلى هالنهار الناجح.



Volontaires

Dynamique et aimable, **«Mariam»** nous a introduit à son amie **«Leila»**, impatiente de savoir plus et d'aider.

Toutes les deux nous ont soutenus à l'atelier de chocolat lors des préparatifs de notre exposition de Pâques et ont tout de même été bénévoles au brunch, dans l'accueil et la vente des cartes de Tombola.

Un grand Merci d'avoir cru en notre mission, d'avoir voulu nous aider bénévolement et d'avoir aussi parrainé 2 de nos enfants.



قسم الزوار والمتطوعين

مرحباً، اليوم رح نعرّفكن على إشارات فصل الربيع.



فصل الربيع :
جمع إشارتين : فصل + وردة.

وردة : وضع قبضة اليد أمام الأنف، التنفّس بقوة (شهيق قويّ) للإشارة إلى تنشّق رائحة الوردة.

فصل : تني الذراع بالإتجاه العاموديّ، إفعال أصابع اليد، تحريك الذراع بشكلٍ دائريّ.



عطرة :
فتح اليد ووضعها على الخدين، إنزال الأصابع وإقفاها تدريجيّاً للوصول إلى الدّفن.

رائحة : الإشارة إلى الأنف من خلال السّبابة، التنفّس بقوة (شهيق قويّ) للإشارة إلى تنشّق رائحة الوردة.

باقة ورد :
فتح الذّراعين وجمعهما من خلال اليدين أمام الصّدر



عصفور :
مدّ الذّراعين بجانب الجسم، رفعهما وإنزالهما للإشارة إلى جانحي العصفور.

معرضنا السنوي

مثل كل سنة تعودنا نلتقي بأصدقاء للسيزوبيل بمعرض الفصح المجيد. وهالسنة كان اللقاء بـ «لا مارينا» - ضيفه على مدى ٣ أيام بـ ١٥، ١٦ و ١٧ آذار ٢٠١٦.

والمميز كان وجود كورال السيزوبيل من شبيبة ومدربين، يللي أضاف جو من الفرح والطرب والموسيقى الحلوة... بالإضافة إلى حضور جميع أعضاء اللجان اللي كانوا حدنا مثل ما عودونا بكل طاقاتن ومشاركتن الفعالة من خلال إشراك معارفن وأصحابن، إيماناً منن بقضيتنا وبرهان على إتماؤن لعلتنا.



سميرة رومانوس - قسم التسويق

وأكيد ما رح ننسى شبيبتنا بمشغل الفندقية يللي شاركوا بفرح، بحماس وبجدية وكانت مهمتت استقبال الضيوف وتوجيهن على طاولاتن، بيع التومبولا. وأكيد كان وجودن مميّز خلال هالمعرض.



نايلا تامر - مشغل الفندقية

Article médical

La douche nasale

Une douche corporelle on la prend tous les jours, une douche nasale on y pense moins pourtant elle nous protège des infections ORL et améliore le bien être respiratoire.

1. A quoi sert la douche nasale ?

Une douche nasale a plusieurs intérêts :

- Elle prévient et traite les infections rhinopharyngées.
- Elle améliore le bien-être respiratoire (respiration, odorat) face à la pollution environnementale par élimination des particules qui se déposent sur la muqueuse et qui occasionnent une inflammation locale,
- Elle limite les allergies aériennes en empêchant le déclenchement de la réaction allergique locale nasale,
- Elle restaure l'activité physiologique nasale (filtration, drainage, immunité...).

2. A Quelle fréquence effectuer une douche nasale ?

Cette douche est réalisée par un liquide salé isotonique. Ce liquide n'est pas toxique et n'entraîne aucun échange avec l'organisme, pour cela il n'y a pas de limite théorique au nombre de douches quotidiennes.

- Quand cette douche s'impose, elle sera effectuée en moyenne deux fois par jour (matin et soir) et suivi de mouchage (Certaines pathologies chroniques nasales nécessiteront 3 à 6 utilisations quotidiennes).

3. Comment réaliser la douche nasale ?

- a) Se pencher légèrement au dessus d'un lavabo et tourner légèrement la tête.
- b) Adapter l'embout du rhinolaveur (lavage de la muqueuse du nez) sur la narine supérieure.
- c) Incliner votre rhinolaveur et laisser l'eau s'écouler dans la narine supérieure et ressortir par la narine inférieure.
- d) Pour éviter un écoulement vers la gorge :
 - bien respirer par la bouche.
 - ne pas incliner la tête en arrière.
- e) Vider le liquide du récipient
- f) Interrompre la manœuvre, laissé l'eau du nez s'écouler dans l'évier, purger l'excédant en mouchant doucement, sans pincer les narines.
- g) Adapter et recommencer la manœuvre (point 1 à 5) pour vider la fin du récipient par l'autre narine.
- h) Compléter le lavage du nez par un dernier mouchage puis des manœuvres de reniflement bruyantes (faire le cochon).



Unite Respiratoire - Plateau Technique

عيد ميلاد أفراد من عيلتنا

نظيرة شلفون	١٤ أيار	ريما الطقشي	١ أيار
حيزيل زوين	١٨ أيار	رولا فرنسيس	١ أيار
الياس ابي صالح	٢٣ أيار	طوني يوسف	٣ أيار
الين سعد	٢٦ أيار	ميشيلا ضو	١٠ أيار
جيسي الخوري	٢٧ أيار	ماري بركات	١٣ أيار
بولين العلم	٢٧ أيار	مارسيل ملاح	١٤ أيار

أحلى تمنياتنا



رغم العجقة والضغط دائماً منلاقي وقت لنحتفل ونفكر ببعضنا، وهيئك فريق الشوكولا ما نسي عيد ميلاد مديرتنا «إليزابيت»، فكان عنا الشيف بيار ومحمود يللي حضروا غاتو لكل مناسبة. عقبال المية إليزابيت وعيد سعيد من كل أفراد العمل. مشغل الشوكولا



* أحلى عيدية ولفته مميزة من الإدارة خلّت نهارنا عيد، وقلوبنا تضوي. كلمة شكر ما بتكفي، لأنو تقديرين ومحبتن لإلنا ما إلن مثيل. السيزوبيل، مثل كل أم، هي مدرسة بالعاء، انشالله عالطول بتبقى وبتستمر وكل سنة منعيد سوا. منشكركن من كل قلبنا.



فريق العمل والسيدات الموسميات في مشغل الشوكولا

هم في قلب الله، حيث الحب هناك يسكنون

أحر التعازي للزميل «سيمون كايث» لوفاة والدته

أخبار عيلتنا



مبروك للزميل
حمدي عبد الحميدي
ولادة ابنته **كاريمان**
الله يعيئشها وتربي بدلالكن

فكرة لهديّة

بمناسبة الأعياد كان في عنا كتير أفكار جديدة ومميزة. هالأصناف كلاً موجودة بمعارضنا. ما تترددوا، ناظرينكن.



رضا السخن - مشغل البسكويت والشوكولا

مأكولاتنا أطيّب مع منتوجاتنا

بطاطا مشوية

المقادير: كيلو بطاطا نظيف ومقطّع بالطول وغير مقشر، بهارات الأعشاب الخاصة بالبطاطا، قليلاً من جبنة تشدر، موزاريلا، زيت زيتون.

طريقة التحضير:

- ١- تُغسل البطاطا، تُقطّع وتُدهن بقليل من زيت الزيتون.
- ٢- نرش ٢٠ غ من البهارات على البطاطا بعد الزيت ونخلطها جيداً.
- ٣- نضعها بالفرن حتى النضج ونزيد الجبنة وهي ساخنة.
- ٤- نقدمها مع سلطة الخس.



ميراي زغيب - قسم المتابعة الإجتماعية

فريق عمل همزة وصل

مندوبي البرامج: نايلا تامر، ليلي زغيب، رضا السخن، لودي أبي راشد، جويا سلامة، دوللي غريشي، جوليانا عنيسي، جيسي خليل، ريتا عقيقي، رولا أشرم، سميرة رومانوس، زينة زبلح، ميشيلا ضو، جيسيكارحة، أنطوانيت أبي رزق، رانيا أسمر.
قسم المراجعة والتحرير: كرم الخوري، مادونا سماحة.
تنفيذ: جورجيت أواقيان.