

S'L'ÂME



S'l'âme fait du bien

Année 2025-2026



"S'Tâme fait du bien"

Couplet 1 :

Les mots sont des armes, des outils de création,
Pour exprimer l'âme, pour faire vibrer l'émotion,
Dans ce projet, "S'Tâme fait du bien", nous nous lançons,
Pour valoriser les élèves, pour les aider à se trouver.

Refrain :

"S'Tâme fait du bien", un projet qui nous unit,
Des mots qui guérissent, des cœurs qui s'ouvrent,
Avec Emma, nous créons, nous partageons,
Des autoportraits poétiques, pour se sentir vivants.

Couplet 2 :

Troisième année que nous nous lançons dans cette aventure,
Avec Emma, nous créons, nous innovons, nous partageons,
Les élèves se découvrent, se révèlent, s'expriment,
Leurs mots sont des trésors, des fenêtres sur leur âme.

Refrain :

"S'Tâme fait du bien", un projet qui nous unit,
Des mots qui guérissent, des cœurs qui s'ouvrent,
Avec Emma, nous créons, nous partageons,
Des autoportraits poétiques, pour se sentir vivants.

Pont :

Esquisses nous soutient, nous donne les moyens,
De faire grandir ce projet, de le faire rayonner,
Nous sommes fiers de ce que nous avons créé,
Un espace où les mots sont libres, où les cœurs s'expriment.

Couplet 3 :

Les élèves trouvent leur voix, leur style, leur voie,
Ils se sentent valorisés, reconnus, aimés,
Leurs mots sont des ponts, des passerelles entre les cœurs,
Ils se connectent, se comprennent, se sentent moins seuls.

Refrain :

"S'Tâme fait du bien", un projet qui nous unit,
Des mots qui guérissent, des cœurs qui s'ouvrent,
Avec Emma, nous créons, nous partageons,
Des autoportraits poétiques, pour se sentir vivants.

Refrain 2 :

"S'Tâme fait du bien", un projet qui nous fait grandir,
Nous sommes fiers de faire partie de cette aventure,
Merci à Emma, à Esquisses, à tous ceux qui croient en nous,
"S'Tâme fait du bien", pour toujours et à jamais.

Paroles : Gilles Marie-Eve



La vie de Kader

Je suis Kader.

Je suis capable et puissant.

Dans le parc Bonne Vie, je regarde mon nez.

Je vois la cabane comme une construction merveilleuse.

Je suis un hamster qui veut boire de l'eau du cocotier.

Je suis l'oiseau qui veut voler librement,
comme moi quand je suis dans mon lit .

Je suis la Turquie, je suis Istanbul.

Je vois la nourriture, le kebab.

Je sens l'odeur de la sauce barbecue,

Je goûte le miel qui va tomber sur la viande,

J'entends le couteau qui déchire la viande.

Je suis dynamique comme un volcan qui explose.

Ma joie est comme une fleur de Marguerite qui grandit.

La voie lactée est en colère car la terre est remplie de
déchets.



Kader - iDIFA



Comme la neige

Je suis Ahmed.
Je marche le matin à l'école rouge.
J'aime voyager et je suis coincé au Mali.
J'entends des enfants qui pleurent.
J'écoute la pluie.
Je suis joyeux comme la neige.
Je suis rigolo comme le gaz hilarant.
Je suis joyeux comme quelqu'un qui monte sur la lune.

Ahmed- ١D١FA

La clarté

Je suis Bayan.
Je suis la clarté et l'éloquence.
Je suis une rose rouge et un chat aussi merveilleux qu'une pizza.
Je suis douce comme la lune qui éclaire la nuit !
Je rêve de la Turquie, elle illumine ma vie.
Je nage dans la mer et dans mon cœur.

Bayan- ١D١FA





La ville forte

Je suis Medyan.

Je suis une ville.

Le matin, je lis dans la tête du chat.

Je suis la Jordanie ce si beau pays.

J'aime manger du mansaf si riche en saveurs.

Je sens du bon air.

Je vois les parents de ma mère.

Je suis calme et gentil comme l'eau dans la mer quand il n'y a pas d'air.

Mansaf



Medyan- ١D١FA

Calme comme la mer

Je suis l'Ukraine, au bord de la mer.

J'entends le bruit des vagues.

Je mange des raisins.

Je contemple le coucher du soleil.

Je touche la mer.

Je sens l'air salé.

Je suis calme comme l'air.

Je suis timide comme l'eau qui danse.

ALINA- ١D١FA



Mon rêve la nuit



Je suis Riham la pluie fine et légère.

Je suis une rose rouge calme comme un manchot près de l'eau.

Je suis la Turquie pour sa beauté.

Je suis la Syrie pour mes racines.

Je dessine du sport dans ma tête .

Je suis cardiologue pour aider les cœurs malades.

J'entends, grâce à mon stéthoscope, les battements de cœurs qui se baladent.

J'entends ma grand-mère chérie qui me dit : « viens manger ton plat favori ».

Je sens les odeurs d'épices et de terre.

Et grâce à ça je touche du bout des doigts des souvenirs d'hier.

Je goûte une pizza savoureuse.

Je vois ma grande sœur qui veut manger avec moi et je me sens bien.

Je suis rêveuse comme l'eau.

La mer est calme comme ma tristesse.

RIHAM- IDIFA



I ♥
USA



Moi et les États-Unis

Je suis Omar.

Je suis celui qui a une longue vie.

J'ai mangé une crotte de nez bleue, le matin, à Étangs noirs.

Je suis grand comme mes rêves.

J'aime les États-Unis et la nourriture là-bas.

Je sens la chaleur.

Je goûte un hot dog à la sauce barbecue.

Je vois des influenceurs qui mangent.

J'écoute de la musique Rap.

Je suis joyeux comme l'arc-en-ciel qui flotte dans les airs.

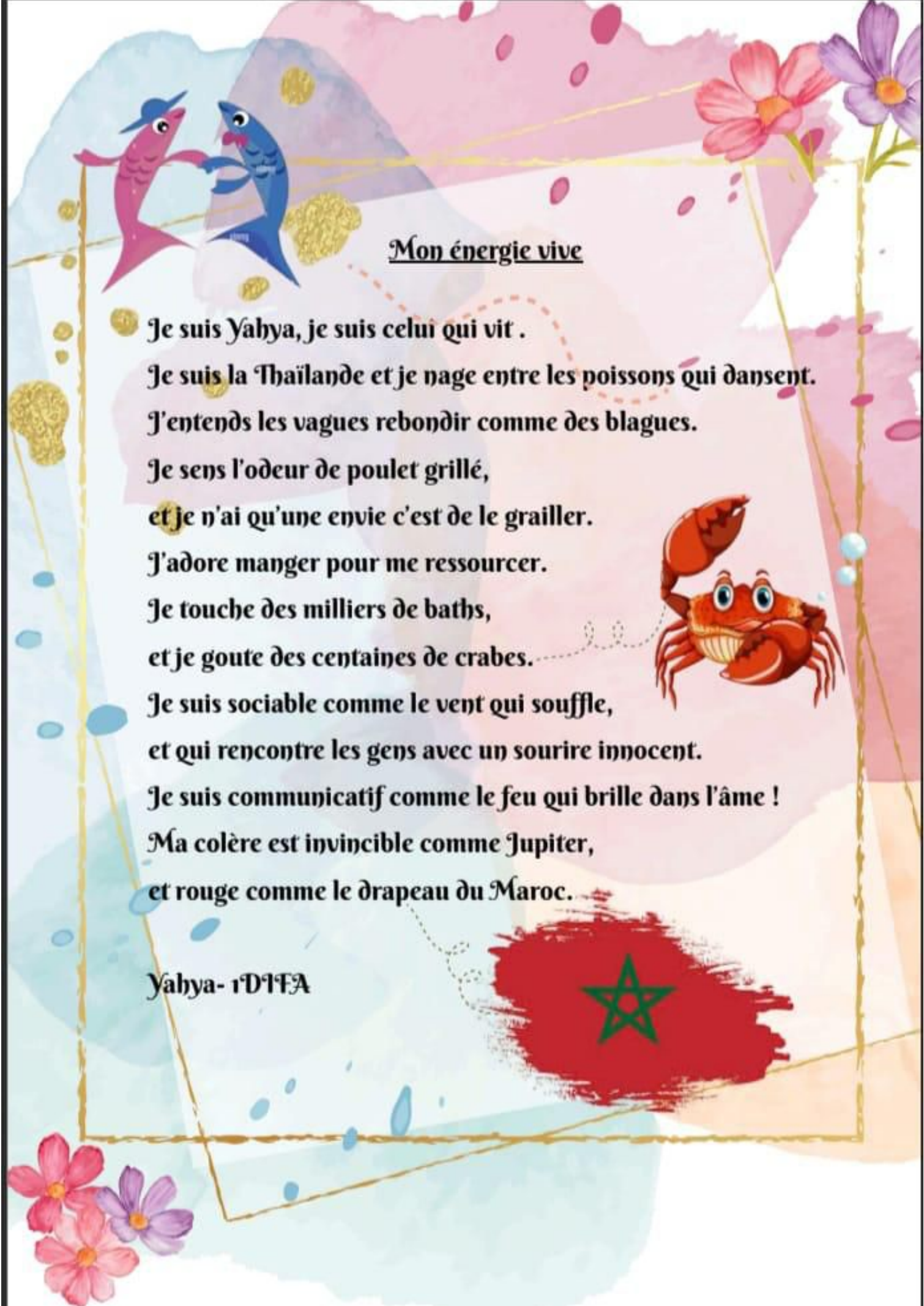
Je suis sociable comme les réseaux sociaux qui discutent avec tout le monde .

Je suis nonchalant comme un jour de vacances.

Je suis dynamique comme le soleil qui brûle .

Omar- rD1FA





Mon énergie vive

Je suis Yahya, je suis celui qui vit .
Je suis la Thaïlande et je nage entre les poissons qui dansent.
J'entends les vagues rebondir comme des blagues.
Je sens l'odeur de poulet grillé,
et je n'ai qu'une envie c'est de le griller.
J'adore manger pour me ressourcer.
Je touche des milliers de baths,
et je goute des centaines de crabes.
Je suis sociable comme le vent qui souffle,
et qui rencontre les gens avec un sourire innocent.
Je suis communicatif comme le feu qui brille dans l'âme !
Ma colère est invincible comme Jupiter,
et rouge comme le drapeau du Maroc.



Yahya- rD1FA





La vie d'Hamilton

Je suis Hamilton.

Je suis le château fort, la ville de la colline.

J'aime quand on fait gym, dans la salle, le mercredi.

J'aime mon pied gauche pour jouer, au Maritime, les samedis.

Maritime est mon quartier.

Je vois l'aigle au-dessus de la plus grande plante au monde.

Je suis la joie de rester chez moi.

Je vois ma tante en France.

Je sens l'odeur de la nourriture.

J'entends la Play s'allumer.

Je suis calme et ambitieux.

Je suis calme comme le vent qui brille.

Je suis ambitieux comme l'énergie qui résonne.

Ma joie est incroyable comme Saturne.

Hamilton- iDIFA



La tête du chat

Je suis Madyan.
Je suis la Syrie,
Je vois des maisons ravagées par la guerre.
Je suis le jugement.
J'aime la justice pour rendre les gens heureux.
Je suis rêveur.
J'observe la tête du chat qui joue dans l'école le soir.
Je mange des bonbons et la Shawarma.
Je sens l'odeur de la mer,
Je capte sa force.
Je suis calme comme le froid.
Je suis énergique comme le feu.



MADYAN- iDIFA

Umar Le bienheureux

Je suis Umar,
Je suis celui qui fait vivre et qui construit !
Je suis la souris qui fait rire les souris.
Je suis rigolo comme un comédien qui danse.
J'aime la joie qui illumine les visages.
J'adore rire comme un enfant qui découvre un secret.
Ma joie est contagieuse et elle se propage autour de moi.



UMAR- iDIFA



Malak au Maroc

LET IT BUDU



Je suis Malak.
Je suis l'ange et la douceur.
J'ai un chat fou comme le feu.
Je suis au Maroc chez ma grand-mère,
Je l'observe quand elle prépare le couscous.
Je goûte un petit peu.
Après je touche une cuillère et j'écoute ma cousine.
Je lui dis « salamalekum ».
Je sens l'odeur de la cuisine et je suis contente.
Je suis souriante comme l'eau d'une source.

MALAK- r'DIFA



L'appel de la nature

Je suis Abeer.
Je suis une fragrance.
Je mets du parfum pour aller explorer la forêt,
et j'ai trouvé un oiseau sur une branche.
Je sens les arbres et j'entends les oiseaux me parler.
Je vois et je mange une tartine.
Je touche les plantes et je les écoute.
Je suis responsable comme la Terre qui porte les arbres,
les plantes, les animaux et l'eau.

ABEER- r'DIFA



Vivante et joyeuse

Je suis Aisha.

Je suis vivante.

Je sens une rose et je suis joyeuse,
comme le chat qui voit la souris.

J'aime aller à la mer avec mes amis.

Je suis Dubaï, je suis le Burj Khalifa,
le plus haut gratte-ciel du monde !

Je mange du chocolat.

Je suis joyeuse comme la neige qui danse.

Je suis calme comme la planète Mars.



Aisha- ايشا

Mes émotions

Je suis Malak,

Je suis la douceur angélique.

Je suis intelligente comme une feuille remplie de réponses.

Je suis triste comme l'eau qui devient torrent.

Je suis contente comme la joie d'un enfant qui joue.

Je suis comme Mars qui intrigue et fascine.

Je représente ses mystères et ses paysages rouges,
et je captive l'imagination.



Mars



Malak- مالكة



Le cadeau



Je suis Hiba.

Je suis un cadeau.

Je suis le Maroc pour la beauté de ses villes.

Je suis ma chambre car j'adore dormir.

Je suis généreuse comme le soleil
qui donne sa lumière.

Je suis le chat qui aime se reposer.

Je suis la rose blanche.

Je suis le feu rouge, orange et jaune.

Je suis le papier pour y coucher mes mots.

Je suis la lune pour rêver.



HiBA - iDIFB

Forte comme une lionne



Je m'appelle Snabel.

Je suis la grande fille de ma famille.

J'aime rester à la maison avec ma famille et sur mon lit .

J'aime partir au parc avec ma copine .

J'aime regarder la TV.

J'aime dessiner à la maison avec mon frère.

Je suis forte comme une lionne, les gens ont peur de moi.

J'aime les fleurs rouges .



SNABEL- iDIFB



La métamorphose

Je suis Nisrine.

Je suis une princesse.

Je suis un château arc-en-ciel avec un trône.

Le tapis royal, devant moi, se déroule tout seul et
les armures des chevaliers me protègent.

Mon amour sent les fleurs douces.

Je suis ma maison, la table à jouer
autour de laquelle se retrouve la famille,
pour s'amuser à des jeux de société.

Je sers aussi de table à manger,
où se retrouvent petits et grands,
pour partager un repas traditionnel.

Je peux aussi me transformer en bureau
pour faire les devoirs que l'on me donne .

Je suis prudente comme un pilote d'avion
qui fait attention lors de l'atterrissage sur la piste.

Je suis Saturne, je tourne avec mes anneaux
de poussière, de roche et de glace.

Comme le petit oiseau, je vole en tranquillité,
j'aime voler devant le cheval.

NISRINE



Le gentil

Je suis Walid.

Je suis l'enfant de ma mère.

Je suis la Syrie, mon pays bien-aimé.

Je suis la cuisine pour être près de ma maman.

Je suis gentil comme un chaton.

Je rêve d'être joueur de foot au Real Madrid.

Je suis la terre qui abrite la vie.

Je suis fragile comme le verre qui se brise.

Je suis mystérieux comme la lune.



WALID - iD1FB

Chaque jour est une nouvelle chance



Je m'appelle Karam.

J'aime mon Gsm, il est rempli de jeux.

J'aime ma chambre car il y a mon lit .

J'aime Madame Gilles, elle est mon cœur.

Je suis la tristesse quand on crie sur moi.

Je danse et chante en coréen.

Je suis calme et rapide dans la maison.

Je suis timide dans l'école.

Je suis gentille comme le chiot.

Je suis rapide comme la lionne.

Je suis drôle comme le singe.

Je suis une chatte qui se parfume.

KARAM - iD1FB





Belle comme une fleur

Je suis belle.

J'aime aller à l'école pour jouer avec ma copine
et pour travailler avec Madame.

Ma joie part au parc.

Ma colère provient de la peur.

Je suis un voyage au Maroc avec mon frère.

Je suis patiente comme un malade dans une salle d'attente.

Je suis comme une fleur qui pousse à son aise.

Je suis joyeuse comme un oiseau qui chante le matin.

Je suis calme comme la nuit qui ne fait pas de bruit.

Je suis courageuse comme le sable du désert.

Mon rêve est de devenir pharmacienne pour aider les vieilles
personnes.

Je suis la terre, c'est un bel astre.



EARTH

WAJEEJA -rD1FB



I 

Moi

Je suis Christabel

Je suis la beauté.

Je suis ma chambre en Angleterre avec mes souvenirs :

les jours de neige, les montages musicaux,

les films sur mon ordinateur,

les conversations avec mes amis, les sauts sur le trampoline

et faire des gâteaux en parlant avec mes frères et sœurs.

Je danse dans ma chambre et j'écoute Mélanie Martinez.

Je mange du chocolat.

Je suis gentille et sociable.

Je suis amicale comme une chienne, en été, dans le parc.

Je suis la forêt au printemps, j'apporte le calme, je brille et
donne mon éclat.

Je monte sur une grande fleur pour y trouver du chocolat.

Christabel



Fleur de vie

Je suis Sabbouha.
Je suis belle et radieuse.
J'aime mon pays la Turquie .
Je vous fais découvrir ma culture, mes plats et le baklava.
Je suis gentille comme une fleur qui parfume toute la terre.
Je suis la lune qui brille toute la nuit.
Ma joie joue comme une petite fille qui peint.



Sabbouha

La gentillesse



Je suis Salima, je suis la paix.
Je suis ma maison.
Je reste avec ma famille :
mes sœurs, mon frère, moi et mes parents.
Je suis l'Algérie.
Je suis responsable, la plus grande des sœurs à la maison .
Je suis timide.
Je ne veux pas parler devant des personnes.
Je me sens bien, je mange un bonbon.



SALIMA - rD1FB



Moi Amaljon

Je suis Amaljon.

Je suis ma maison.

Je suis le calme, là où les gens ne m'embêtent pas.

Je m'amuse là où il y a ma télé.

Ma joie est forte et remarquable.

Je suis la Grèce.

J'ai beaucoup d'îles et je vous offre du gyros et du baklava.

Je suis joyeux comme un dauphin.

Je suis tellement joyeux que je bouge comme un dauphin rapide.

Je suis comme les chiens parce que ce sont de bons amis.



AMALJON - iD1FB

Ma vie

 Je suis les Etats Unis, le meilleur et le plus beau pays.

 Je suis le rêve de celui qui veut vivre là-bas pour sa culture.

 Je suis l'Ukraine, je suis ma très grande maison.

J'aime rester avec ma famille car je l'aime trop.

J'aime rester à la maison car je peux dormir,
me reposer et jouer au jardin.

Je suis sociable, j'aime bien parler avec les gens.

Ma tristesse pique mon visage.

Je suis triste comme le chien qui ne mange pas.

Je suis calme comme un chat.

Je suis un paysage, je bouge mes mains comme un arbre.

Mes cheveux sont des fleurs.

Les oiseaux remarquent quand je parle.



YURI - iD1FB



Le voyage au Pakistan

Je suis Sukaina.

Je suis la paix intérieure,
la force commence par croire en soi.

Je suis le voyage au Pakistan,
les retrouvailles avec mes cousins et mes frères.

Je suis la découverte du pays et de ses plats :
le Briavie, le Pratha, le Pakora.

Je suis sa culture, ses accessoires, ses bijoux,
ses vêtements : le sharara et le linga.

Je suis fidèle à mon pays.

Je suis loyale comme un petit chaton.

Je suis fantaisiste comme un singe.

Je suis brillante comme le soleil.

Je suis l'eau de la piscine où l'on peut nager.

Je suis la lune qui brille toute la nuit comme un diamant.

SUKAÏNA - ۱D۱FB



Pakistan



Chère Aziza

Aziza

Je suis Aziza.
Je suis l'aimée, la chérie,
la puissante et la respectée.
Je tire de mon prénom ma force.
J'aime mon pays la Syrie,
même loin des yeux,
c'est mon cœur qui est là !
Je suis douce comme un pétale de rose.
Je suis un chat qui se faufile
comme une ombre au soleil.
Je suis une rose qui brûle de
vivre malgré ses blessures.
Ma joie est rose comme une barbe
à papa à la fête foraine.
Je suis bavarde comme une radio
toujours allumée.
Je suis sociable comme une fête de famille.
Je suis le salon :
je rassemble la famille autour d'un film,
et je partage des moments chaleureux.
J'aime rire avec mes copines,
dans les couloirs de l'école.

AZIZA - iD1FB



Dans le cadre du projet
Esquisses du PECA et sous
la direction artistique
d'Emma Ryer



PARCOURS D'ÉDUCATION
CULTURELLE & ARTISTIQUE

**Autoportraits poétiques créés par les élèves
des classes de Mme Gilles 1 DIF A et 1 DIF B,
de l'Athénée Royal Toots Thielemans, 14 rue
de la Prospérité 1080 à Molenbeek St Jean.
En partenariat avec Axel Pleeck, de l'Académie
des Arts /Dessin et Arts Visuels , située
rue Momaerts 2a à Molenbeek-ST- Jean.**

**Directrice de l'ARTT : Mme Lamrani
Mise en page : Mme Gilles**



Grâce au soutien de la Fédération Wallonie-Bruxelles