



HÉLÈNE LAUBIGNAT
PRÉSIDENTE
NATIONALE DE L'APÉL

RENFORCER NOS LIENS

L'Apel est-elle suffisamment accessible et visible pour les parents qui choisissent d'inscrire leurs enfants dans l'Enseignement catholique ? Ce fut l'une des questions relevées lors d'une récente rencontre, à Nancy, entre parents engagés dans les Apel d'établissements, départementales et académiques de l'Est. Ce jour-là, vous avez été nombreux à répondre présents et vous n'avez pas hésité à braver au petit matin l'abondante couche de neige qui avait recouvert la Franche-Comté, à franchir sous le brouillard les cols qui relient l'Alsace et les Vosges ou à quitter, en pleine nuit, la ville de Dijon pour être à l'heure au rendez-vous. D'autres rencontres sont prévues en métropole et

dans les territoires ultramarins, jusqu'en avril prochain. Car l'Apel fêtera ses cent ans en 2030 et il s'agit d'évoquer ensemble l'avenir. Un avenir qui ne pourra pas se construire sans un certain nombre d'engagements à la hauteur des besoins fondamentaux de notre société. Faire du lien. Ouvrir grand nos portes. Faire connaître aux autres l'ampleur de notre association, au-delà de sa réalité locale. Les idées ont fusé, avec le souhait que l'Apel soit un lieu de rencontres sur les sujets éducatifs qui préoccupent les parents. Un lieu d'entraide et de discussion et non pas un club fermé où règne l'entre-soi. L'Apel doit être un maillon essentiel et fort de la communauté éducative. ✕



ACCÉDEZ à des reportages dans les établissements, des interviews d'experts, des informations pratiques sur www.apel.fr en scannant les QR codes.



BREVET pratique **3^e**

Les fiches ultra SIMPLES pour réussir ton Brevet !

FICHES 3^e MAXI COMPIL
220 fiches détachables

FICHES 3^e COMPIL
145 fiches détachables

MAXI COMPIL MINI PRIX

INCLUS
ton agenda de révisions personnalisé

MAGNARD

ND des Minimes

Site Point du Jour
65 rue des Aqueducs - Lyon 5
Classes prépa ECG - 2 ans

Site Fourvière
14 rue Radisson - Lyon 5

- ✓ Prépa SC Politiques - 1an
- ✓ Prépa Horizon Droit
- ✓ Bachelor en Management

LES MINIMES
NOTRE-DAME

www.lesminimes-lyon.org

La méthode, ça change tout.

MÉTHODE ARISTOTE

2 SEMAINES D'ESSAI GRATUIT

Soutien scolaire, de la 4^{ème} à la terminale

www.methode-aristote.fr 01 62 53 46 94



SOMMAIRE

N° 561 / MARS-AVRIL 2026



© STÉPHANE TÊTU

NOUVEAU

**VOTRE
MAGAZINE
ÉGALEMENT
DISPONIBLE
EN VERSION
NUMÉRIQUE**

Vous optez
pour la version numérique :
inscrivez-vous
sur le site apel.fr
dans la rubrique
Famille & éducation
ou en scannant
le QR Code ci-dessous.



6 RENCONTRE Christophe Galfard,
astrophysicien et écrivain
« La science est accessible et amusante »

10 EN BREF

12 ÉCLAIRAGE Bien dormir pour bien apprendre

14 DOSSIER
SORTIR DU REPLI SUR SOI

22 SCOLARITÉ

MATERNELLE Silence radio sur sa journée

24 PRIMAIRE Se tromper, c'est normal

26 COLLÈGE Aiguiser son esprit critique

28 LYCÉE Révisions du bac : le sprint final

30 REPORTAGE L'art contre le harcèlement scolaire

32 ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR Cinq conseils pour
postuler sur Mon Master

34 ORIENTATION Avoir une passion, un tremplin pour s'orienter ?

36 Y VOIR CLAIR Devenir enseignant : ce qui va changer

L'APEL EN ACTION

38 L'Apel et Nomad Education, ensemble pour réussir

40 Violences scolaires et protection des mineurs :
l'Apel agit pour nos enfants

42 ÉDUCATION

VIE DE FAMILLE Parler politique en famille

44 PSYCHO ENFANTS / ADOS Les étapes du développement
psychosexuel de 0 à 18 ans

49 FOI EN QUESTIONS Comment réussir sa vie
selon les Évangiles ?

52 TEMPS LIBRE

LIVRES Notre sélection

54 L'ATELIER DES PETITS Les abeilles

57 DÉCOUVERTES Notre sélection culture / loisirs