



Feu Feu Feu

L'Être humain s'adapte constamment à son environnement pour survivre. Les chinois classifient l'univers en cinq éléments (bois, feu, terre, métal, eau), chacun étant associé à un mouvement énergétique et à un organe vital.

La loi des cinq éléments nous permet de comprendre les raisons de nos goûts, de nos caractères, de nos répulsions. Elle nous aide à établir un bilan énergétique et permet de mieux nous situer à travers les lois de l'univers. L'élément feu, relié au cœur et à l'intestin grêle correspond à l'été, période de l'année où le corps doit s'activer pour préserver sa fraîcheur interne. C'est grâce à l'activité du cœur qui permet l'évacuation de la chaleur et l'humidification de la peau par la sueur, qu'il s'adapte. Cette augmentation de l'activité de l'énergie en surface se répercute sur le comportement ; nous devenons plus animés, expansifs. Ce qui s'oppose à l'hiver qui amène le repli sur soi : les pores de la peau se referment, le corps conserve précieusement sa chaleur.

Quand à l'intestin grêle, qui assure la transformation chimique des aliments et leur absorption par le corps, siège de la bonne humeur et du lâcher prise. On peut remarquer des signes de dérèglement lorsqu'il y a des difficultés à tourner la tête de gauche à droite, yeux jaunes, épaules raides et douloureuses.

Il peut exister plusieurs types de déséquilibres énergétiques à l'intérieur du corps humain. Un stress de courte durée n'affecte habituellement qu'un seul élément et le système est en mesure de se rééquilibrer lui-même, mais un stress prolongé peut affecter plusieurs éléments et ainsi faire apparaître divers symptômes et maladies. Cette situation peut alors nécessiter une intervention externe pour rétablir l'état d'équilibre. Le massage Essénien permet de retrouver rapidement l'équilibre tant désiré. Cette méthode de massage par pressions et glissés permet d'être en fusion avec son énergie Ying et Yang, source de toute vie, et ses émotions, tout en stabilisant le travail des organes et des glandes correspondantes. Profitez de l'été, de la vie, mangez des fruits et des légumes frais, marchez, baignez vous, respirez, riez.

Bonne santé

Paul Nadeau, n.d.
Essentiellement... pour vous
www.esspv.com

La nouvelle école secondaire de Lafontaine

Une école toute neuve avec des idées qui le sont encore plus



Photo: L'Éclat de Prévoist

Roxane Fortier

Pour la prochaine année scolaire, les élèves des écoles primaires de Prévoist seront les premiers, dans la région, à profiter d'un parcours différent pour le secondaire.

En effet, la nouvelle école secondaire de Lafontaine accueillera dès septembre tous les élèves en provenance des écoles primaires suivantes : Sacré-Cœur, Val-des-Monts, Des Hauteurs, du Joli Bois et du Champ-Fleuri; ainsi que les élèves de secondaire deux et trois qui appartiennent à ces secteurs. Leur parcours au secondaire ne sera pas différent seulement par l'endroit où ils étudieront, mais aussi par le programme, en accord avec la réforme, qui sera mis en vigueur dans cet établissement un an plus tôt qu'ailleurs.

On comprend très bien la raison de cette avance; l'école ayant été construite en fonction de répondre aux exigences nouvelles que présente la réforme, il aurait été ridicule d'adopter le modèle d'éducation ancien pour une année seulement pour ensuite changer et s'adapter à un nouveau modèle. Ainsi, c'est une école toute neuve avec des idées qui le sont toutes autant qui ouvrira ses portes à près de 900 étudiants en septembre.

La direction

La direction sera occupée par Annie Reddy qui était précédemment directrice dans le secteur de Lachute, ainsi que par deux directeurs adjoints : Alain Falardeau et Robert Meloche, ancien directeur adjoint de la Polyvalente de Saint-Jérôme. On sent que cette direction est active et vise un débordement du cadre strictement scolaire pour accueillir les échanges communautaires. D'ailleurs, les organismes de la région sont déjà approchés par l'intermédiaire d'une agente de développement communautaire afin d'assurer un lien avec la communauté en vue des futurs projets.

Le personnel

Ce sont des enseignants de tous les environs qui se sont présentés à cette nouvelle école afin d'offrir leurs services. Ils ont accueilli avec beaucoup d'enthousiasme les nouvelles idées présentées par la direc-

tion. Par exemple, il leur a été proposé d'enseigner plus d'une matière afin de pouvoir mieux fonctionner avec la structure particulière des cours; plusieurs y ont vu une chance de pouvoir enfin allier deux domaines d'enseignement différents. D'ailleurs, les enseignants embauchés étaient informés du fonctionnement hors de l'ordinaire de l'établissement et se devaient d'y adhérer.

Les autres membres du personnel tels les techniciens se verront eux aussi attribuer des tâches différentes étant invités à participer à la création des projets qui verront le jour dans cette école.

La clientèle

En plus de desservir les élèves du régulier, cette nouvelle école accueillera des élèves handicapés ou en difficulté d'adaptation ou d'apprentissage (EHDAA). Une bonne partie de la formation pour ces jeunes sera donnée en fonction du marché du travail. Il y aura également des élèves en transition qui seront dans cette école pour une période de trois à six mois en vue d'être réintégré dans leur ancienne école; ce programme étant une alternative au Tremplin. Une classe Teach sera aussi ouverte afin d'accueillir des autistes.

Bien qu'étant une école secondaire, les parents sont aussi invités à être présents et à s'impliquer, et c'est avec satisfaction que la direction constatait un désir d'implication plus grand que la normale de leur part lors de la première réunion

d'information. Leur aide sera d'autant plus importante vu la vocation communautaire de l'école et les projets qui seront entrepris.

Également, un sondage déjà envoyé aux parents proposait l'adoption du port d'un costume : 70% des répondants étaient en faveur de cette proposition. Sans que ce soit automatiquement pour cette année, il y a de fortes chances que les élèves de cette nouvelle école soient vêtus d'un costume qui serait toutefois adapté au style plus actif des jeunes de cette école.



Mme Annie Reddy, directrice de la nouvelle école secondaire de Lafontaine.

L'éducation

Ce qui surprend le plus avec cette nouvelle école reste la marginalité de la structure de ses cours. En effet, la majorité des cours sera donnée seulement pour une moitié de l'année scolaire pour une fréquence doublée dans cette même demie d'année. Cela fera en sorte que, par exemple, le français sera donné de septembre à décembre et que les mathématiques seront à l'étude pour la période de janvier à juin. Ce réaménagement des cours a pour but de donner moins de matières à

étudier en même temps à l'élève afin qu'il se concentre davantage sur un nombre restreint de cours. Cela brisera la routine scolaire et procurera également des avantages pour la création de projets qui pourront faire le lien entre ces matières.

Les enseignants verront eux aussi leurs conditions changer, car plusieurs auront plus d'un domaine à enseigner. Pour un même nombre d'heure d'enseignement, ils auront à leur charge un nombre plus restreint d'élèves.

Une autre distinction avec l'ancien programme se trouve au niveau de la possibilité de choix de cours. En remplacement des traditionnelles options qui étaient proposées, ce sont des matières à projets qui sont offertes. Les domaines d'intérêts présentés sont sensiblement les mêmes : c'est au niveau de l'objectif que la différence se trouve. Les autres matières devront faire le lien avec ce choix de l'élève et, comme le nom l'indique, des projets seront mis de l'avant. On tentera d'ouvrir le champ d'intérêt de l'élève pour qu'il puisse s'intéresser à d'autres matières à projet pour ainsi lui permettre de connaître plusieurs domaines, cela lui permettra de plus facilement s'orienter pour sa carrière future.

Un bâtiment tout neuf

Cette nouvelle école est construite dans un quartier tout neuf, encore entouré de forêt, et présente une architecture intéressante. Donnant sur la cour de l'école, un grand mur de fenêtres laisse pénétrer la lumière aux deux étages qui y sont jointes et où se trouvent la cafétéria et la bibliothèque. Ainsi, on peut remarquer que tout le bâtiment profite de la lumière. Les locaux de classe respirent également la modernité : chacun sera pourvu de postes informatiques, des lumières à allumage automatique nous accueillent, il y a deux locaux insonorisés pour la musique, un vaste gymnase... chacun y trouvera son compte.

Le seul problème est que, même avant son ouverture, on sait déjà qu'elle sera à sa pleine capacité et qu'un agrandissement est inévitable, et peut-être même pour l'année prochaine...