

## Un local de méditation à l'école secondaire Natagan

**Barrute, 20 mars 2019 — Projet d'aménagement d'un local de méditation, par des élèves de l'école secondaire Natagan.**

Dans le cadre de leur cours de projet intégrateur, des élèves de l'école secondaire Natagan constataient un niveau de stress élevé auprès de leurs pairs. Ainsi, afin d'aider à réduire progressivement le stress que vivent leurs camarades et soutenir ceux qui souffrent d'une dépendance au tabac, trois élèves de cinquième secondaire ont proposé d'aménager un local de méditation dans l'école. Ils ont procédé aux démarches nécessaires et avec le soutien



**William Collin, Angélie Plante, Frédérick Tremblay et Jonathan Grignon**

de monsieur Jonathan Grignon, technicien en travail social et madame Dany St-Pierre, enseignante, ils ont installé leur local de méditation. Afin de décorer les murs, des élèves en arts plastiques ont réalisé les toiles qui ont été installées dans le local. Notons que le CISSSAT a participé à cette réalisation en fournissant une contribution financière.

L'ensemble des élèves de l'école peuvent désormais se rendre au local, lors des pauses ainsi que pendant l'heure du dîner, afin de participer à des ateliers de méditation. Bénéficiant d'une popularité grandissante, plusieurs élèves s'intéressent désormais à la méditation.



Les instigateurs de ce local, William Collin, Angélie Plante et Frédérick Tremblay connaissent un beau succès, ce qui augmente leur estime personnelle. De plus, ce projet innovateur offre maintenant la possibilité de méditer à l'école afin de calmer les différentes sources de stress que traversent les jeunes de Natagan.

- 30 -

Renseignements  
Grignon, Jonathan, TTS  
819 732-6577 poste 6005  
[Jonatha.grignon@csharricana.qc.ca](mailto:Jonatha.grignon@csharricana.qc.ca)

Source  
Nathalie Bilodeau, secrétaire de gestion