



INSCRIPTION AUX ACTIVITÉS PARASCOLAIRES

SESSION AUTOMNE 2025

Les activités parascolaires se réalisent en dehors des heures de cours : le matin avant 9h15, le midi de 12h05 à 13h25 et le soir après 16h15. Il y a **deux sessions** d'activités durant l'année scolaire: **la session automne, du 22 septembre au 29 janvier**, et la session printemps, du 2 février au 4 juin.

Nous offrons une programmation d'**activités gratuites** des plus diversifiées et pour tous les goûts. Tu découvriras une multitude d'activités socioculturelles, sportives, bénévoles et communautaires ainsi que divers comités auxquels nous t'invitons à participer et à t'impliquer. Ces activités te permettront d'agrémenter tes périodes libres en t'amusant, de faire de nouvelles connaissances, partager tes intérêts et ton savoir-faire et développer de nouveaux talents. De plus c'est un bon moyen pour que l'année scolaire passe plus rapidement. Il est à noter que les inscriptions pour les comités sont effectives pour l'année scolaire et non seulement pour la session.

Il est à noter que lorsque tu t'inscris à une ou plusieurs activités, tu es automatiquement accepté(e). Il est donc important de **sélectionner seulement les activités pour lesquelles tu pourras respecter ton engagement et te présenter de façon régulière à tous les ateliers.**

Pour participer aux activités, tu dois remplir la **fiche d'inscription en ligne** en **[cliquant ici](#)**. La période d'inscription est prévue **jusqu'au 25 septembre 2025**. Après cette date, les inscriptions se feront directement au bureau de la vie étudiante (local 301), si l'activité est toujours disponible.

N.B: Si une de ces **activités est annulée ou modifiée**, seuls les élèves concernés en seront avisés par courriel.

Pour toute question ou idée de projet, viens nous voir au local 301 (en face de l'entrée du bloc sportif).

Amusez-vous bien et bonne année scolaire à tous!

MARIE-JOSÉE VALLIÈRE
TECHNICIENNE EN LOISIRS
RESPONSABLE DE LA VIE ÉTUDIANTE
marie-josee.valliere@cssps.gouv.qc.ca
TÉL: (418) 666-4500, POSTE 0176

MATHIEU VALLIÈRES
TECHNICIEN EN LOISIRS
RESPONSABLE DES SPORTS
mathieu.vallieres@cssps.gouv.qc.ca
TÉL: (418) 666-4500, POSTE 7162

RÉFÉRENCES



HORAIRE / DATE DE DÉBUT



LOCAL



NOMBRE DE PERSONNES

ACTIVITÉS



Arts créatifs

12 ateliers d'arts créatifs, animés par «Ateliers Bulles en tête», où tu auras la chance d'utiliser diverses techniques, médiums et matériaux. Tu confectionneras entre autres des bombes de bain, du savon, une lanterne, tu pourras expérimenter la peinture sur céramique, etc.



Les vendredis, de 12h15 à 13h15 /
26 septembre



À venir (possibilité de dîner au local)



20 personnes



Band Profs-Élèves

Tu chantes ou tu joues d'un instrument de musique? Alors joins-toi au band profs-élèves! Pour faire partie du groupe tu dois absolument maîtriser ton instrument de musique ou savoir chanter, car ceci n'est pas un cours. Le band fera des spectacles lors de certaines activités thématiques (Noël, St-Valentin, etc.).



Les jours 1, 4, 7 et 9 / 11 septembre



1554



Limité (élèves sélectionnés seulement)



Chant

12 ateliers au cours desquels tu seras en contact avec un(e) chanteur(euse) professionnel(le) qui te fera découvrir le métier de chanteur(euse). Tu verras entre autres des notions sur le timbre de la voix, les harmonies vocales, la présence sur scène... Tu auras même l'occasion de côtoyer et d'échanger avec un invité spécial qui partagera son expérience avec toi.



Les mardis, de 12h15 à 13h15 /
30 septembre



1546-Auditorium (tu dois avoir dîné avant
de te présenter à l'activité)



20 personnes



Club d'animé

Le club invite tous les amateurs de mangas japonais et d'animés à venir visionner en continu deux séries japonaises par midi (1 midi par semaine) et à discuter brièvement du déroulement des animés. Tu peux arriver dès le début de l'heure du midi (12h05) et apporter ton lunch.



Les jours 3 et 8 de 12h05 à 13h15 /
23 septembre



1417 (possibilité de dîner au local)



30 personnes / midi

Crochet & jasette



16 midis où tu apprendras les points de base du crochet. Tu pourras ainsi te fabriquer un foulard, une tuque, un toutou, des pantoufles, bref ce que tu veux!!

Tu sais déjà crocheter ! C'est parfait. Il me fera plaisir de crocheter avec toi et de te montrer, si tu ne sais déjà pas tout!

Différents sujets seront abordés pendant nos midis.



Les lundis



Local vitré à la bibliothèque (tu dois avoir dîné avant de te présenter à l'activité)



20 personnes / midi



Atelier culinaire

8 ateliers culinaires, animés par «Les mains à la pâte - Créateurs d'ateliers», qui ont pour objectif de te donner le goût de cuisiner tout en découvrant de nouveaux aliments. Sachant que le goût se développe avec l'expérience, nous tentons de créer des expériences sensorielles qui éveilleront ta curiosité afin que tu développes le plaisir de manger sainement.



Groupe 1 : Un mardi sur 2, de 12h10 à 13h20 / 30 septembre

Groupe 2 : Un mercredi sur 2, de 12h10 à 13h20 / 1er octobre



1508 (possibilité de dîner au local)



12 personnes / jour (24 total)



Danse country pop

Cours de danse country pour tous les niveaux offert par Danse country Québec Manon Dubé. Tu apprendras des chorégraphies de danse en ligne sur des musiques country pop. Le tout dans une ambiance chaleureuse et festive. Rires et plaisirs assurés!



Les mercredis, de 12h15 à 13h15 / 1er octobre



603 (tu dois avoir dîné avant de te présenter à l'activité)



Minimum 15 personnes



Dessin

10 ateliers animés par Martin Bouchard, bachelier en arts visuels et spécialisé dans le domaine du dessin. Tu apprendras à maîtriser les différentes facettes du dessin artistique telles que les dégradés, les proportions, le jeu des ombres et des lumières et les tonalités. Tu expérimenteras également l'application progressive par la hachure et la résistance de l'outil (le crayon). Tu auras une meilleure compréhension de l'effet-volume et tu approfondiras certaines techniques en dessin.



Les jeudis, de 12h15 à 13h15 / 2 octobre



1508 (possibilité de dîner au local)



20 personnes



Dessin de manga

10 ateliers qui te feront découvrir tous les secrets d'un manga bien réussi. Viens créer ton propre personnage de bande dessinée Manga. À chaque atelier tu travailleras différents aspects de ton personnage tels que : la tête, les éléments du visage, les expressions, le corps et le décor.



Les mercredis, de 12h15 à 13h15 / 8 octobre



À venir (possibilité de dîner au local)



20 personnes



Donjons et dragons / Vampire: La mascarade

Entre 12 à 17 ateliers, selon le jour de la semaine. C'est un jeu de rôle sur table, qui se joue en petit groupe, où les destins des joueurs se filent et se défilent au rythme des jets de dés, de l'imagination du maître de jeu, des actions et des décisions des joueurs. Cette activité est à la fois une façon ludique, imaginative et créative d'apprendre, de se faire des amis et de se découvrir. Vampire: La mascarade est offert seulement le mardi soir.



Tous les jours, le midi de 12h15 à 13h
et après l'école de 16h30 à 18h30 (un
groupe différent à chaque plage horaire) /
29 septembre



403 (possibilité de dîner au local)



7 personnes /groupe

Écriture musicale



10 ateliers où nous te proposons des cours spécialisés en écriture de chansons, théorie musicale et enregistrement, adaptés à tous niveaux. Tu souhaites composer tes propres morceaux, approfondir ta compréhension de la musique ou apprendre à enregistrer et produire ton son, notre formatrice Élisabeth Bouchard, artiste multidisciplinaire, sera là pour te guider à chaque étape. Les ateliers t'aideront à développer les compétences pour créer des chansons originales - de l'écriture des paroles et jusqu'à un certain point la création de mélodies, d'harmonies et de structures musicales.



Les lundis, de 12h15 à 13h15 /
6 octobre



1546-Auditorium (tu dois avoir dîné avant
de te présenter à l'activité)



20 personnes

FILLACTIVE



C'est un programme d'activités physiques, sans compétition et uniquement pour le plaisir de bouger, conçu spécialement pour les filles allant de sports d'équipe, à de l'entraînement plus individuel. Exemples d'activités possibles : volleyball, soccer, randonnée, yoga, zumba, entraînement en intervalles, crossfit, sortie hivernale et estivale, etc. **Pour t'inscrire**, rejoins le groupe **classroom de Fillactive** avec le code suivant : **4dfrwa3**



Un fois par mois, de 12h15 à 13h15
/ 25 septembre



Gymnase (tu dois avoir dîné
avant de te présenter à l'activité)



30 personnes / midi

Génies en herbe



Jeu questionnaire mettant en compétition des équipes devant répondre le plus rapidement possible à diverses questions de culture générale (sport, cinéma, histoire, etc.). Par cette activité tu as la possibilité d'acquérir de nouvelles connaissances, d'aiguiser ta capacité à travailler en équipe, de mettre à profit ta curiosité intellectuelle tout en faisant appel à ta vitesse d'esprit.



Tous les jours, de 12h15 à 13h15 /
22 septembre



413 (possibilité de dîner au local)



Illimité



Initiation au théâtre

17 ateliers d'initiation au théâtre ayant pour objectif de préparer un spectacle. À partir de jeux pour travailler le corps et la voix du comédien les élèves seront invités à créer une histoire.



Les jeudis, de 12h15 à 13h15 /
25 septembre



1546 - Auditorium (tu dois avoir dîné
avant de te présenter à l'activité)



Illimité

Improvisation



17 ateliers qui te feront expérimenter une technique théâtrale te permettant de développer la créativité, l'écoute et l'échange. L'acteur joue sans texte prédéfini, sans mise en scène préalable et selon son inspiration. C'est un moyen de s'extérioriser, de développer sa confiance en soi, de créer des liens, de travailler l'imaginaire, de mettre ses talents de comédien au profit des autres, et surtout, une façon de s'amuser en se dépassant.

***Possibilité de s'inscrire dans la ligue et de participer à des tournois. Si nous avons assez d'inscription pour former une équipe junior ou sénior, des frais seront alors attribués.



Les mercredis de 12h05 à 13h15 /
1er octobre



1546 - Auditorium (tu dois avoir dîné avant
de te présenter à l'activité)



20 personnes

Jiu Jitsu brésilien



L'académie Royal Jiu Jitsu te propose une activité sportive originale et dynamique: 7 cours d'initiation au Jiu Jitsu brésilien, un art martial stratégique qui développe à la fois la condition physique, la confiance en soi et le respect des autres. Le Jiu Jitsu brésilien est un art martial axé sur la maîtrise, le contrôle et les techniques de défense au sol. Il permet de neutraliser un adversaire sans coups ni frappes, favorisant ainsi une approche sécuritaire et respectueuse. C'est une discipline idéale pour développer la confiance en soi, gérer le stress et acquérir des bases en autodéfense, dans un cadre structuré et bienveillant.

N.B: Le port de vêtements d'éducation physique est obligatoire.



Les vendredis au 2 semaines, de
12h15 à 13h15 / 3 octobre



603 (tu dois avoir dîné avant
de te présenter à l'activité)



25 personnes

Katag



Grand jeu de «TAG» où deux équipes s'affrontent à l'aide d'épées en mousse. Pour marquer un point il faut mettre hors-jeu tous les joueurs de l'autre équipe en les touchant avec son épée mousse. À ce système de base, s'ajoutent personnages, variantes et scénarios qui permettent de faire évoluer les parties. Les équipes sont formées avec les élèves présents.

N.B: Le port de vêtements d'éducation physique est obligatoire.



Les jeudis, de 12h15 à 13h15 /
2 octobre



Palestre (tu dois avoir dîné avant de
te présenter à l'activité)



24 personnes / midi

Magie



10 ateliers qui feront développer ta curiosité et ta créativité lors d'ateliers de magie! Ces ateliers sont offerts aux personnes qui désirent s'initier à cet art qui fascine autant les plus jeunes que les plus vieux. Ils seront donnés par le magicien Jules Caron, qui se spécialise dans la magie de scène et la micro-magie.



Les vendredis de 12h15 à 13h15 /
10 octobre



À venir (possibilité de dîner au local)



20 personnes



Mandala

Viens dessiner en mode "zen" des mandalas , telques des fleurs de lotus, des animaux colorés avec des motifs variés.



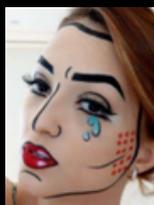
Les jours 5 et 9, de 12h15 à 13h15 / 11 septembre



1426 (possibilité de dîner au local)



30 personnes / midi



Maquillage artistique

12 ateliers animés par Valérie Marois, diplômée en maquillage artistique. Tu apprendras à maîtriser l'art du maquillage artistique, de cirque et de fantaisie de tout genre. Chaque cours comprend une portion théorique, une portion pratique étape-par-étape en auto-maquillage et du temps pour te démaquiller.



Les mercredi de 12h05 à 13h15 / 1er octobre



À venir (possibilité de dîner au local)



20 personnes



Poterie

16 ateliers animés par un professionnel et passionné, Denis Pradet. Viens découvrir le plaisir de créer de tes mains des pièces en argile. Différentes techniques seront enseignées (modelage, façonnage, colombin, traitement de la surface, etc.). L'atelier se termine avec l'application de couleur pour l'embellissement des pièces. Bonne création !



Les mardi de 12h05 à 13h15 / 30 septembre



À venir (possibilité de dîner au local)



20 personnes / midi

Secondaire en spectacle

C'est un concours mettant en lumière les arts de la scène et axé sur des prestations francophones.

Il s'adresse aux jeunes artistes qui ont du talent en musique, danse, cirque, humour, expression dramatique ou variété.

Ce concours se vit en trois grandes étapes: les finales locales en février, les finales régionales en mars-avril et le rendez-vous panquébécois (RVPQ) en mai. Les finales locales et régionales se veulent des événements compétitifs pour sélectionner les meilleurs talents de chaque région, tandis que le RVPQ est un événement festif auquel tous les jeunes peuvent participer, mais seuls les gagnants se produisent sur scène.

Secondaire en spectacle rejoint également les jeunes qui aiment graviter autour de la scène en tant qu'animateur, maître de cérémonie, organisateur, technicien, journaliste ou comme bénévole.

Tu es talentueux, passionnés et audacieux inscris-toi au concours. Pour plus d'information ou pour y participer, présentez-vous à la rencontre d'information obligatoire.



Le jeudi 9 octobre, de 12h30 à 13h15 (Rencontre obligatoire)



1573 - Salon Samuel (possibilité de dîner au local)



Illimité

Trollball



9 midis d'activité où tu découvriras une discipline sportive et ludique pratiquée dans le milieu médiéval-fantastique du jeu de rôle grandeur nature. Ce jeu oppose deux équipes et le but est de placer une tête de troll dans le puits défendu par l'équipe adverse, tout en se débarrassant de ses adversaires par une touche à l'aide d'une arme en mousse et latex. Chaque joueur a une position et un rôle bien défini au sein de son équipe (trolleur, guérisseur, abatteur ou réserve). Plusieurs consignes encadrent ce jeu, entre autres : l'interdiction de tout contact physique et de porter un coup à la tête, le respect du franc-jeu, la retenue des coups...

N.B: Aucune arme personnelle n'est acceptée et le port de vêtements d'éducation physique est obligatoire.



Les vendredis, de 12h15 à 13h15 /
3 octobre



Paestres (tu dois avoir dîné avant de te présenter à l'activité)



24 personnes / midi

COMITÉS



Comité environnement

Le comité vise à mettre les élèves de l'école au premier plan vers une école plus verte.

Si tu as des idées qui auront un impact positif sur l'école, ce comité est pour toi.

Nous discuterons de vos idées et de comment nous pourrions les mettre en place pour faire de notre école un milieu plus écoresponsable



Les jours 3 et 9 de 12h30 à 13h15 /
24 septembre



1411 (possibilité de dîner au local)



20 personnes



Équipe technique

Tu aimerais t'occuper du soutien technique (sonorisation, éclairage, décors, projection de film, etc.) lors de spectacles et d'activités de l'école? L'équipe technique, c'est pour toi!

8 à 10 ateliers de formation seront offerts le midi.



À venir



1546-Auditorium (tu dois avoir dîné avant de te présenter à l'activité)



20 personnes



Prêt de jeux et de ballons

Le comité s'assure que les jeux sont complets et en bonne condition. Il est responsable des prêts de jeux et de ballons aux élèves durant la période du midi, selon un horaire pré-établi.



Tous les jours, de 12h15 à 13h15 /
22 septembre



403 (possibilité de dîner au local)



20 personnes

Comités des finissants



Plusieurs comités s'adressant uniquement aux élèves de 5e secondaire sont mis sur pied afin de clôturer votre passage à Samuel-De Champlain.

Voici les comités :

- Bal
- Album
- Fête de la reconnaissance (journée d'activités et remise des diplômes)

Afin d'impliquer le plus d'élèves possible et de s'assurer de ta disponibilité, nous te demandons de t'inscrire à un seul de ces comités.



Album : Les jours 1 et 5 / 11 septembre
Bal : Le jour 8 / 12 septembre
Reconnaissance: Les jours 1 et 5 / Février 2026



Album : 1603
Bal : 1607
Reconnaissance: 1603



15 personnes / Comité

Parlement étudiant (représentant de niveau)

Tu as le goût de t'impliquer, de donner ton opinion, d'organiser des activités (journées thématiques et fêtes), d'améliorer et maintenir une qualité de vie et d'être au premier plan de la vie étudiante de ton école? Tu es la personne qu'il nous faut!

Le Parlement étudiant est formé d'un premier ministre, d'un vice-premier ministre, d'un trésorier, d'un secrétaire et des représentants de niveau.

Les membres du Parlement étudiant doivent être investis, à l'écoute, de confiance, présents et motivés. C'est un long mandat, à ne pas prendre à la légère.

En t'impliquant au sein du Parlement étudiant tu auras des rencontres deux midis par cycle. Tu devras respecter tes engagements dans les différents dossiers, sonder les élèves de ton niveau et autres tâches.

Tu es intéressé(e) à relever le défi? Présente-toi comme représentant(e) de niveau ou inscris-toi via la fiche d'inscription des activités parascolaires et comités.

Pour plus d'information voir Jean-Philippe Bergeron, Vincent Latour, Sarah Vigneau, Lyne Vaillancourt ou Marie-Josée Vallière.



les jours 3 et 8 de 12h15 à 13h15 /
6 octobre



1573 - Salon Samuel (possibilité de
dîner au local)



20 personnes

Radio étudiante

La musique te coule dans les veines et tu as le goût de partager cet art? Alors, nous comptons sur toi pour faire vibrer le salon étudiant, le midi, au rythme d'une musique riche et diversifiée.

Présentes-toi à la rencontre obligatoire pour la formation des équipes et de l'horaire, le mercredi 1er octobre.



Tous les jours de 12h30 à 13h15
(selon un horaire préétabli) /
1er octobre



403A



2 personnes /midi

VOICI LE LIEN POUR T'INSCRIRE AUX ACTIVITÉS PARASCOLAIRES OFFERTES GRATUITEMENT POUR LA SESSION AUTOMNE 2025 :

[HTTPS://FORMS.GLE/L8SCYDQHRZC2QCJ79](https://forms.gle/L8SCYDQHRZC2QCJ79)