

**Activités  
étudiantes**



**2021 - 2022**

Salut,

Dans le présent document, tu découvriras une multitude d'activités d'implication bénévole et communautaire, socioculturelles, sportives et divers comités auxquels nous t'invitons à participer. Ces activités te permettront d'agrémenter ta période du dîner en t'amusant. Par ton implication à la vie étudiante de l'école, tu pourras faire de nouvelles connaissances, partager tes intérêts, ton savoir-faire et développer de nouveaux talents.

Pour participer aux activités, tu dois remplir la fiche d'inscription en cliquant [ICI](#) au plus tard le 30 septembre. De plus, le lien se trouve aussi sur le site de l'école dans le menu **ÉLÈVES, Activités culturelles/sportives, Inscriptions Activités du midi 2021-2022**.

**Pour toute question ou idée de projet, viens me voir au bureau de la vie étudiante, local 301** (en face de l'entrée du bloc sportif)!

**Marie-Josée Vallière**

Technicienne en loisirs

Responsable de la vie étudiante

Courriel: [marie-josée.vallière@csdps.qc.ca](mailto:marie-josée.vallière@csdps.qc.ca)

Tel: (418) 666-4500, poste 0176

S'impliquer à l'école, c'est un bon moyen pour que  
l'année passe plus rapidement!

**Amusez-vous bien et  
bonne année scolaire à tous!**

# IMPLICATION BÉNÉVOLE ET COMMUNAUTAIRE

## PARLEMENT ÉTUDIANT

Le parlement étudiant est formé d'un premier ministre, d'un vice-premier ministre, d'un trésorier, d'un secrétaire et de plusieurs conseillers, dont les représentants de groupe de 1<sup>re</sup> et 2<sup>e</sup> secondaire (nombre illimité).

Tu as le goût de t'impliquer, de donner ton opinion, d'organiser des activités et d'être au premier plan de la vie étudiante de ton école? Tu es la personne qu'il nous faut! Inscris-toi au parlement étudiant!

**1<sup>re</sup> rencontre le mardi 28 septembre**

**Pour qui :** Tous

**Quand :** Les mardis de 12h05 à 13h15

**Endroit :** Salon Samuel (local 1573)

## ÉQUIPE TECHNIQUE

Tu es intéressé(e) à t'impliquer dans la vie étudiante de ton école, mais tu préfères être en arrière scène?

Tu aimerais t'occuper du soutien technique (sonorisation, éclairage, décors, projection de film, etc.) lors de spectacles et activités?

L'équipe technique, c'est pour toi!

Pour te former, tu auras à vivre 10 ateliers qui seront offert les vendredis midi d'octobre à janvier.

**1<sup>re</sup> rencontre le mercredi 6 octobre**

**Pour qui :** Tous

**Quand :** Lors d'évènements le midi et le soir

**Endroit :** Auditorium

## SAM'ÉPARGNE

Tu as le goût de t'impliquer, de gérer et d'administrer la caisse étudiante à ton école?

Le Labfinance Sam'Épargne est une minicaisse Desjardins à l'école qui est gérée par et pour les élèves. Elle offre le service de paiement aux divers activités et événements de l'école. De plus, Sam'Épargne contribue au développement de l'école grâce aux services de prêt d'argent, de dons et de commandites pour les projets étudiants.

Nous sommes à la recherche d'élèves organisés, responsables, autonomes et consciencieux pour relever le défi.

**1<sup>re</sup> rencontre le vendredi 9 octobre**

**Pour qui :** Tous

**Quand :** Rencontre du CA au moins une fois par mois. Ouverture du Labfinance le midi et le soir selon les besoins de l'école.

**Endroit :** Local 448

## SAM'DÉCORE

Tu es un (e) artiste qui voudrait s'impliquer pour embellir l'école?

Au programme cette année: conception des décors pour la comédie musicale et théâtre, création de décorations pour les fêtes (Halloween, Noël, St-Valentin...), restauration des murales, etc.

**Ce comité est pour toi!**

**Pour qui :** Tous

**Quand :** Les jour 3 et 8 à 12h30

**Endroit :** Local 1524

## 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.

**1<sup>re</sup> rencontre le 30 septembre à 12h30 au local 438**

**Pour qui :** Tous

**Quand :** De 12h20 à 13h20 (selon un horaire préétabli)

**Endroit :** Local 403A

## WEB RADIO

La diffusion en ligne, communément appelée « podcasting », t'intéresse?

Que tu rêves de devenir streamer ou journaliste, la communication digitale est à ta portée!

**1<sup>re</sup> rencontre le 30 septembre à 12h30 au local 438**

**Pour qui :** Tous

**Quand :** À déterminer

## BÉNÉVOLES À LA BIBLIO

Tu as le goût de t'impliquer dans un projet à la bibliothèque?

Tu veux passer du temps tout en étant efficace et engagé(e) sur l'heure du midi ou durant de tes pauses?

Voici les tâches que tu pourrais faire avec M<sup>me</sup> Caroline:

- Retours ET prêts;
- classement des livres (formation à venir);
- décoration de la bibliothèque selon les saisons;
- préparation matérielle (couper plastique, coller étiquettes, recouvrement);
- aide à la préparation d'exposition de livres de la biblio sur des thèmes.

## FRIPERIE SAM'HABILLE

Lorsque tu es responsable de la friperie, tu es jumelé(e) avec une autre personne. Voici ce qu'on attend de toi:

- Accueillir les élèves avec gentillesse pour expliquer et informer de la marche à suivre.
- S'assurer que les vêtements et les objets que nous donnons sont à leur place.

## PHOTOGRAPHE

Tu aimerais être un(e) de nos photographes officiels?

On prend tout le monde!

Tu seras grandement apprécié(e) lors des différentes activités organisées par la vie étudiante et les autres comités.

Tu pourrais aussi prendre en photo des situations imprévues...

Tes photos pourraient se retrouver sur les télévisions, la page Facebook de l'école ou dans l'album des finissants.

## AIDE POUR JOUER AU BINGO

À CONFIRMER

Assister les résidents de la maison Yvonne-Sylvain pour jouer au bingo. Selon le nombre d'élèves inscrits, le nombre de fois où tu pourras vivre cette expérience en dépendra. Cette activité se déroule les mardis après-midi et tu devras avoir l'autorisation de tes parents et des enseignants concernés.

## COMITÉS DES FINISSANTS

Tu es finissant(e) et tu désires t'impliquer?

Plusieurs comités s'adressant uniquement aux élèves de 5<sup>e</sup> 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).

Chaque comité sera constitué d'environ 10 élèves. Afin d'impliquer le plus d'élèves possible et de s'assurer de votre disponibilité, nous vous demandons de vous inscrire à un seul de ces comités.

**Pour qui** : Élèves de 5<sup>e</sup> secondaire seulement

**Quand** : La 1<sup>re</sup> rencontre pour chaque comité vous sera annoncée lors des messages au télévoix

**Endroit** : À déterminer

## DÉFILÉ DE MODE

Le défilé de mode est une activité de financement pour le bal des finissants organisée par un comité d'élèves de 5<sup>e</sup> secondaire.

Afin de présenter un défilé haut en couleur, nous avons besoin d'un comité organisateur composé d'élèves disponibles, dynamiques et responsables. Le plus grand mandat du comité sera de trouver les boutiques qui participeront à notre défilé de mode.

**Pour qui** : Élèves de 5<sup>e</sup> secondaire seulement

**Quand** : Jour 4

**Endroit** : À déterminer

## SAM'AIGUILLE

Il s'agit d'une activité de couture avec machine à coudre ou à l'aiguille. Nous confectionnons différents articles qui sont ensuite donnés aux élèves d'écoles primaires (exemples: petits matelas pour la sieste, des projets personnels, etc.)

**Pour qui :** Tous

**Quand :** Les mercredis de 12h30 à 13h15

**Endroit :** Local 542

## NETTOYAGE DES TERRAINS

Nos terrains ont besoin d'amour...

Tu aimerais participer au nettoyage?

On a besoin de vous dès la semaine prochaine ainsi qu'au printemps!

# ACTIVITÉS SOCIO-CULTURELLES

## IMPROVISATION

L'improvisation est une technique théâtrale 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(ne) 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.

**Débute le mercredi 6 octobre**

**Pour qui :** Tous

**Quand :** Les mercredis de 12h30 à 13h15

**Endroit :** Auditorium

## ATELIER BULLES EN TÊTE

Atelier de loisirs créatifs où tu auras la chance d'utiliser diverses techniques, médiums et matériaux. Tu confectionneras entre autre des bombes de bain, du savon, un journal mix média, des mandalas sur verre, etc.

**Débute le jeudi 7 octobre**

**Pour qui :** Tous (groupe de 8 à 12 élèves)

**Quand :** Les jeudis de 12h15 à 13h15

**Endroit :** Local 542

## GÉNIES EN HERBE

C'est un jeu questionnaire mettant en compétition des équipes devant répondre le plus rapidement possible à diverses questions de culture générale (sport, musique, science, histoire, géographie, langue française, télévision, cinéma, etc.).

Cette activité t'offre 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. Pour plus d'informations, voir M. Jean-Philippe Paré le midi.

**Pour qui :** Tous

**Quand :** De 12h30 à 13h15 selon un horaire préétabli

**Endroit :** Local 413

## SAM'DÉTEND : ATELIER DE PLEINE CONSCIENCE

La pleine conscience est une pratique accessible à tous qui s'apprend à travers la méditation et les activités du quotidien. Elle entraîne à être plus attentif au moment présent (pensées, émotions, sensations physiques, environnement, relations), sans jugement.

Elle permet d'apprendre à être attentif à tes besoins du moment pour t'y ajuster, d'améliorer ton calme intérieur, d'augmenter ta clarté d'esprit et de développer ta bienveillance.

Tu as envie de t'offrir des moments pour prendre soin de toi, pour apprendre à mieux te connaître et à gérer plus facilement tes émotions? Si oui, on t'invite à participer aux 8 ateliers de pleine conscience Sam'Détend cet automne .

**Débute le lundi 18 octobre**

**Pour qui :** 2<sup>e</sup> cycle (groupe de 8 à 15 élèves)

**Quand :** Les lundis de 12h30 à 13h

**Endroit :** Auditorium

## SCIENCES EN FOLIE

Six ateliers scientifiques où il y aura des manipulations, démonstrations et expérimentations captivantes et stimulantes sur plusieurs thèmes, allant de la robotique à la physique en passant par la chimie et plus encore!

**Débute le lundi 4 octobre**

**Pour qui :** 1<sup>er</sup> cycle

**Quand :** Les lundis de 12h15 à 13h15

**Endroit :** Local 542

## ATELIERS SCIENTIFIQUES

Les ateliers scientifiques te donneront l'opportunité d'en apprendre plus sur le vaste monde des sciences et de la Technologie. Les activités et thèmes abordés seront adaptés aux intérêts des participants. Que ce soit des démonstrations thématiques (Halloween, Noël...), des laboratoires qui permettront de mieux comprendre un concept abordé en classe, une capsule avec démo qui est basée sur l'actualité, de la cuisine moléculaire ou des projets en atelier, l'éventail de possibilités est très grand!

**Première rencontre le jeudi 30 septembre**

**Pour qui :** 2<sup>e</sup> cycle

**Quand :** Dès 12h45

**Endroit :** Local 1417

## LES MAINS À LA PÂTE

Ateliers culinaires 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.

**Débute le jeudi 7 octobre**

**Pour qui :** Tous (groupe de 8 à 12 élèves)

**Quand :** Les jours 2 et 7 de 12h10 à 13h20

**Endroit :** Local 1508

## JEUX EN RÉSEAU

Tu aimes les jeux en réseau tel que Rocket league, Overwatch, etc.? Voilà sans aucun doute la chance de pratiquer cette activité, et ce, dans un environnement sain, encadré et stimulant dans lequel tu pourras apprendre et développer tes habiletés.

**Débute le jeudi 7 octobre**

**Pour qui :** Tous (groupe de 15 élèves)

**Quand :** Les jeudis de 12h15 à 13h15

**Endroit :** Local 504

## PROJET THÉÂTRALE

Nous montons un projet théâtral de A à Z. Nous sommes à la recherche d'élèves intéressés à s'impliquer dans ce projet tant sur scène qu'à l'arrière scène (acteur, concepteur d'éclairage, concepteur de décors, publicités, costumes, vente de billets, etc.) .

**Pour qui :** Tous

**Quand :** Le jour 5 de 12h15 à 13h15

**Endroit :** Local 421

## ÉCRITURE LIBRE

L'écriture est une forme d'expression, de création et d'exutoire que nous devons mettre en valeur en nos murs.

Nous te proposons tout simplement des ateliers où tu pourras écrire ce que tu veux, et ce, dans un cadre structuré gravitant autour de l'univers du roman et de la nouvelle. Création d'une trame narrative, création et caractérisation des personnages, des lieux et du temps et ce, peu importe le style, seront les prémisses de cette aventure. Tu seras accompagné(e) dans l'établissement de ces bases et ensuite dirigé(e) vers la rédaction d'un manuscrit qui prendra la forme que tu voudras bien lui donner.

**Pour qui :** Tous

**Quand :** Les jours 1 et 8 de 12h30 à 13h15

**Endroit :** Local 1426

## 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.)

**Pour qui :** Tous

**Quand :** Les jours 3 et 7 de 12h30 à 13h20

**Endroit :** Local 403 ou 1426

# ACTIVITÉS SPORTIVES

## CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

Deviens membre de la salle de conditionnement physique et profite de nos nombreux services dans un cadre sécuritaire, accueillant et professionnel. Tu y retrouveras une équipe dynamique créant une atmosphère des plus appréciées. Viens le constater par toi-même!

La salle de conditionnement physique t'offre un milieu agréable et convivial pour t'entraîner.

La salle est dotée de plusieurs stations d'entraînement diversifiées et de qualité (appareils cardiovasculaires, appareils de musculation et poids libres) pouvant accueillir vingt personnes à la fois.

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

\*\*\* Passeport vaccinal requis pour les 13 ans et plus\*\*\*

**Pour qui :** Tous

**Quand :** Tous les jours de 12h15 à 13h15

**Endroit :** Local 131A

## LIGUE DE BASKETBALL (1<sup>ER</sup> CYCLE)

Formation de plusieurs équipes qui compétitionnent entre elles afin d'établir un classement pour la tenue de parties éliminatoires et ensuite déterminer l'équipe vainqueur lors d'un championnat.

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

\*\*\*Passeport vaccinal requis pour les 13 ans et plus\*\*\*

**Débute le vendredi 8 octobre (formation des équipes)**

**Pour qui :** 1<sup>er</sup> cycle

**Quand :** Le jour 9 de 12h15 à 13h15 selon le calendrier des parties

**Endroit :** Gymnases

## BASKETBALL

Tu veux jouer au basket et t'amuser entre amis? Alors, c'est pour toi!  
Les équipes sont formées à 12h25 avec les élèves présents.

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

\*\*\*Passeport vaccinal requis pour les 13 ans et plus\*\*\*

**Pour qui :** Tous

**Quand :** Le jour 3 de 12 h 15 à 13 h 15

**Endroit :** Gymnase Nord

## LIGUE DE DECK HOCKEY (1<sup>ER</sup> CYCLE)

Formation de plusieurs équipes qui compétitionnent entre elles afin d'établir un classement pour la tenue de parties éliminatoires et ensuite déterminer l'équipe vainqueur lors d'un championnat!

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

\*\*\*Passeport vaccinal requis pour les 13 ans et plus\*\*\*

**Débute le lundi 4 octobre**

**Pour qui :** 1<sup>er</sup> cycle

**Quand :** Le jour 5 de 12h15 à 13h15 selon le calendrier des parties

**Endroit :** Gymnases

## DECK HOCKEY

Tu as besoin de bouger? Tu aimes jouer au deck hockey et t'amuser entre amis? Alors, c'est pour toi!

Les équipes sont formées à 12h25 avec les élèves présents.

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

\*\*\*Passeport vaccinal requis pour les 13 ans et plus\*\*\*

**Pour qui :** Tous

**Quand :** Le jour 6 de 12h15 à 13h15

**Endroit :** Gymnase Sud

## BADMINTON

Tu aimes jouer au badminton et t'amuser entre amis? Alors, c'est pour toi!

Les équipes sont formées à 12h25 avec les élèves présents.

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

\*\*\*Passeport vaccinal requis pour les 13 ans et plus\*\*\*

**Pour qui :** Tous

**Quand :** Les jours 2 et 8 de 12h15 à 13h15

**Endroit :** Gymnase Sud

## VOLLEYBALL

Tu aimes jouer au volleyball et t'amuser entre amis? Alors, c'est pour toi!

Les équipes sont formées à 12h25 avec les élèves présents.

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

\*\*\*Passeport vaccinal requis pour les 13 ans et plus\*\*\*

**Pour qui :** Tous

**Quand :** Le jour 4 de 12h15 à 13h15

**Endroit :** Gymnase Nord

## FUTSAL

Tu aimes jouer au futsal et t'amuser entre amis? Alors, c'est pour toi!

Les équipes sont formées à 12h25 avec les élèves présents.

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

\*\*\*Passeport vaccinal requis pour les 13 ans et plus\*\*\*

**Pour qui :** Tous

**Quand :** Le jour 8 de 12h15 à 13h15

**Endroit :** Gymnase Nord

## DANSE HIP HOP

Le hip hop est une danse très populaire qui a été commercialisée par plusieurs artistes, films et émissions télévisées. Il se caractérise par une combinaison de mouvements précis et isolés souvent enseignés en studio de Danse. Ce style exploite la musique généralement commerciale et inclut des mouvements de base provenant du Old School, Popping, Locking, House, Waacking et New Style .

Apprentissage de deux chorégraphies et participation au Spectacle de fin d'année avec les élèves la Concentration Danse.

\*\*\*Passeport vaccinal requis pour les 13 ans et plus\*\*\*

**Pour qui :** Tous

**Quand :** Les jour 1 et 3 de 12h15 à 13h15

**Endroit :** Local 1528 ou Salon Samuel (1573)

## FREESTYLE

Tu aimerais danser? Alors participe à cet atelier de danse où tu seras invité(e) à t'exprimer et exécuter une série de mouvements dans un cercle (cypher) avec l'inspiration du moment. Partages et interactions avec les autres participants sans préparation nécessaire d'où le terme style libre (improvisation). Des mouvements de base seront aussi enseignés (au besoin) afin de t'aider à explorer et trouver ton style .

\*\*\*Passeport vaccinal requis pour les 13 ans et plus\*\*\*

**Pour qui :** Tous

**Quand :** Le jour 2 de 12h15 à 13h15

**Endroit :** Local 1528 ou Salon Samuel (1573)

## SKATEBOARD

Tu aimerais faire du skate? C'est ta chance!

Qc.SkateboardCamp, une école spécialisée en skateboard viendra enseigner les bases du skateboard de manière professionnelle, sécuritaire et amicale.

N.B: Le port d'un casque de protection est obligatoire.

\*\*\*Passeport vaccinal requis pour les 13 ans et plus\*\*\*

**Pour qui :** Tous

**Quand :** Les lundis de 12h15 à 13h15

**Endroit :** Palestre

## 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 à 12h25 avec les élèves présents.

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

\*\*\*Passeport vaccinal requis pour les 13 ans et plus\*\*\*

**Pour qui :** 1<sup>er</sup> cycle

**Quand :** Les vendredis de 12h15 à 13h15

**Endroit :** Palestre