

INFORMATIONS GÉNÉRALES

Chers Compagnons,

Nous sommes heureux de vous présenter la programmation des activités parascolaires de votre école. Nous vous invitons à vous inscrire aux activités de votre choix. Cela vous permettra de faire de nouvelles connaissances, de découvrir de nouvelles passions et de vous investir dans votre école secondaire!

Pour plus d'informations, viens nous rencontrer :

Steven Gamache, technicien en loisirs, local D-121

Jérémy Lévesque-Perreault, technicien en loisirs, local D-121

Joannie Petitclerc, agente de développement au sport, local D-120

Marie-Josée Bernier, animatrice de développement personnel et d'engagement communautaire (ADPEC), local D-117

Joey Hutchinson, stagiaire en technique de travail social, local D-117

Modalités d'inscription aux activités parascolaires:

**Les inscriptions se feront sur la plateforme Sport Plus
du jeudi 25 septembre 19h00 au mercredi 1er octobre 19h00.**

Chaque élève qui désire s'inscrire à une activité doit le faire par cette plateforme. Prendre note que les **places pour les activités sont limitées** et c'est premier arrivé, premier servi. Vous pouvez quand même vous mettre en attente dans une activité et si une place se libère ou si un nouveau groupe se crée, vous serez sélectionné et informé. **Votre enfant peut s'inscrire à deux activités**. Vous recevrez un courriel de confirmation pour vous informer de la date de début de l'activité. En ce qui concerne les comités, l'inscription se fera par **google forms**.

Païement : Les activités dans ce document sont gratuites, sauf exception.

Annulation : Il y a annulation de l'activité si l'école ferme ou un animateur ne peut pas se présenter pour diverses raisons.

*** Si vous avez des problèmes avec l'inscription, vous pouvez consulter le document qui vous a été envoyé par courriel (Instructions Sport Plus). Si le problème persiste, vous pouvez écrire à Steven Gamache, responsable des loisirs au Collège : steven.gamache@cssdd.gouv.qc.ca.

Midi-Sciences - Jour 2 ou 4 midi - Local B-218

*****Réservé au 1er cycle et à l'adaptation scolaire.**

Réalisations d'expériences diverses touchant plusieurs concepts de sciences ou de technologie. Viens voir comment la science peut être amusante et intéressante.

Maximum : 20 élèves

Responsables: Kareen Drolet et Christophe Beaufils

Midi Techno-Brico - Jour 6 ou 8 midi - Local F-109

***** Pour tous, mais priorité au 2e cycle.**

Tu es manuel et bricoleur, tu aimerais utiliser les outils électriques pour construire des objets en bois? Cette activité est pour toi! Tu fabriques entre 5 et 6 projets épatants que tu pourras rapporter à la maison !

Maximum: 15 élèves

Responsables: Kareen Drolet et Roxanne Bourdages

Club design débutant - Jour 8 midi - Local B-218

Tu as le goût de t'initier à la conception 3D à l'aide d'un logiciel performant (Onshape) ? Tu pourras concevoir divers objets de ton goût: porte-clés, support ou étui à cellulaire, pièces d'échecs, bracelets, etc. Par la suite, tes objets originaux pourront être fabriqués par impression 3D. Activité offerte à tous les niveaux et destinée en priorité aux nouveaux inscrits. Apporte ton Chromebook ou ton Mac lors des rencontres.

Maximum: 20 élèves

Responsable: Christophe Beaufils

Club design avancé - Jour 6 midi - Local B-218

Cette activité est une continuité de l'activité Club design. Tu as déjà participé à une année d'activité club design et tu souhaites perfectionner l'apprentissage du logiciel Onshape? Tu pourras continuer à travailler sur tes projets personnels et à imprimer en 3D tes créations. **Si tu es nouveau au Club design, tu dois impérativement t'inscrire les jours 8.**

Maximum: 20 élèves

Responsable: Christophe Beaufils

Herboristes en herbe - Jour 4 midi - Local B-215

Les Herboristes en herbe, c'est une nouvelle activité où tu apprendras à identifier, cueillir et transformer des plantes qui se trouvent dans le boisé et sur le terrain de l'école . Tu vas aussi apprendre à fabriquer plusieurs produits cosmétiques avec ces plantes. À bientôt, dans le boisé!

Maximum : 12 élèves

Responsables: Sarah Garneau et Roxanne Bourdages

Défi génie inventif - Jours 2 ET 7 midi - Local A-220

Le Défi Génie Inventif te propose de concevoir une machine ingénieuse selon un défi précis qui te sera lancé. L'élève s'engage à compléter le projet, rédiger un rapport et participer à la finale régionale du concours.

*** Possibilité de rencontre lors des journées pédagogiques.

Maximum: 40 élèves

Responsables: Heidie Lamarche et Sarah Garneau

Expo-sciences - Jour 8 - Local B-215

Élaboration d'un projet de vulgarisation, d'expérimentation ou de conception scientifique dans le but de participer à la finale régionale de l'Expo-sciences Hydro-Québec.

*Les élèves de 2e sec. lessciences.com n'ont pas besoin de s'inscrire à l'activité du midi puisqu'ils y participeront dans leurs cours de sciences.

Maximum: 40 élèves

Responsables: Catherine Pelletier-Huot et Sarah Garneau

Robotique - Jours 4 et 8 - Local A-220

Tu as envie de concevoir un robot qui fera tes devoirs à ta place et qui ramassera ta chambre? Nous ne te promettons aucun résultat! Mais si tu veux venir t'amuser en t'initiant à la robotique, c'est l'atelier qu'il te faut!

Maximum: 30 élèves

Responsable: Claude Nadeau

Fablab - Jours 2 et 9 - Local F-105

EspaceLab est un espace de création numérique communautaire sans inscription. Dans ce local, vous aurez accès à des appareils technologiques et à des spécialistes qui pourront vous aider. Venez réaliser des projets personnels ou des projets guidés avec les imprimantes 3D ou les découpeuses à vinyle. Vous serez accompagnés par des spécialistes.

Il n'y a pas d'inscription pour cette activité, vous pouvez y aller les jours 2 et 9.

Pour plus d'informations sur l'espace créatif, consultez le site web :<https://espace-lab.org/>

Maximum: illimité

Responsables: Cynthia Prevost, Patrick Labbé et Yvon Sauvageau

Génies en herbe - Jour à déterminer - Local A-10A

Histoire, géographie, français, sports, musique... Serez-vous capables de répondre correctement? Testez vos connaissances et votre culture générale dans des jeux questionnaires interactifs et dynamiques. Dans ce duel à finir, vous mettrez à l'épreuve vos acquis tout en apprenant de nouvelles notions. La collaboration et l'envie de rafler tous les points en appuyant rapidement sur un bouton-réponse ne laissent personne indifférent. Serez-vous le vainqueur?

Maximum: 12 élèves

Responsable: Alexandre Viel

Magic the Gathering - Jour 8 - Local D-204

Magic The Gathering est un jeu de cartes à collectionner. Deux ou plusieurs joueurs s'affrontent et doivent remporter la partie en éliminant ton/tes adversaires. Le "Midi Magic" est un espace pour affronter d'autres joueurs, novices ou initiés. Apporte ton paquet ou viens essayer des paquets préconstruits! Plusieurs formats sont acceptés.

Maximum : 16 élèves
Responsable: Julien Careau

Donjon et Dragon (Midi) - Jours 4 et 8 - D-104

Soif d'aventures? Viens incarner un héros dans une histoire où toi et tes amis êtes les personnages principaux; une aventure remplie de magie, de quêtes et de mystères! Donjons & Dragons est un jeu immersif dans lequel toi et cinq autres élèves évoluerez dans un monde fantastique mené par un maître de jeu. Viens être de la partie!

Maximum: 6 élèves par groupe
Responsable: Loïc Paradis

Donjon et Dragon (Midi) - Jeudi - Locaux variables selon le groupe

Soif d'aventures? Viens incarner un héros dans une histoire où toi et tes amis êtes les personnages principaux; une aventure remplie de magie, de quêtes et de mystères! Donjons & Dragons est un jeu immersif dans lequel toi et cinq autres élèves évoluerez dans un monde fantastique mené par un maître de jeu. Viens être de la partie!

Maximum: 6 élèves par groupe
Responsables: Philippe Racine, André Ménard, Philippe Moisan

Donjon et Dragon (Soir) - Mercredi ou jeudi - Locaux variables

Coût : 152\$

Heure : 16h30 à 18h30

Soif d'aventures? Viens incarner un héros dans une histoire où toi et tes amis êtes les personnages principaux; une aventure remplie de magie, de quêtes et de mystères! Donjons & Dragons est un jeu immersif dans lequel toi et cinq autres élèves évoluerez dans un monde fantastique mené par un maître de jeu. Viens être de la partie!

Maximum: 6 élèves par groupe
Responsables: Philippe Racine, André Ménard, Jérémy Levesques Perreault

Loup-Garou - Jour 1 ou 5 - Carrefour

Plongez-vous dans l'ambiance mystérieuse et immersive du jeu des Loups-Garous de Thiercelieux. Participez à diverses sortes de parties dans une ambiance chaleureuse et conviviale!

Maximum : 10 élèves par groupe
Responsables: Angely Paradis et Maria Camila Espindola

Échecs - Lundi - À la bibliothèque

Viens prouver tes compétences dans l'un des plus vieux jeux de stratégies. Accompagné par un entraîneur, tu deviendras meilleur que jamais!

Maximum: 20 élèves
Responsable: Louis-Charles Cantin

Jeux de société - Mardi - À la bibliothèque

Aventure fantastique et narration collaborative. Venez incarner le héros de votre histoire et tisser des liens avec les autres joueurs.

Maximum: 24 élèves
Responsable: Sabrina Cloutier

Jeux vidéos communautaires - Jour 3 - Au Carrefour

Mario-Kart, Super-Smash et d'autres jeux compétitifs dans un contexte social et une ambiance conviviale (Consoles Nintendo Switch). Viens jouer avec nous !

Maximum: 24 élèves
Responsables: Angely Paradis et Maria Camila Espindola

Initiation à un instrument - Jour 6 - Local B-125

Tu rêves d'apprendre la musique ? Pour jouer seul ou encore pour faire partie d'un band ? Le cours d'initiation te permettra d'apprendre les bases de la guitare, de la basse électrique, ou encore de la batterie !

Maximum : 30 élèves
Responsable: Sophie Roy

Midi musique - Jours 2 et 7 - Local B-125

Ouvert à tous, que ce soit pour monter un projet avec des amis ou pour avancer ta pratique personnelle. Aucun cours d'instrument n'est donné, il faut déjà savoir jouer d'un instrument.

Activité libre
Responsable: Sophie Roy

Initiation à l'écriture musicale - Jour 2 - Local F-223

Cet atelier est conçu pour initier les participants à l'écriture de chansons, en leur fournissant les bases essentielles afin d'être en mesure de donner vie à leur création. À travers une série d'exercices pratiques et d'analyses d'exemples, les participants apprendront les fondamentaux du genre, tels que le flow, les rimes, la structure des vers, et l'utilisation des métaphores et des jeux de mots.

Maximum: 15 élèves
Responsable: Dominic Paquet

Relax'art - Jour 8 - Local D-113

Atelier libre pour la création de projets artistiques variés dans une ambiance tamisée et au son d'une musique douce.

Maximum: 15 élèves

Responsable: Julie Bélanger-Bonnely

Atelier de crochet débutant - Jour 2 - D-203

Dans cet atelier, tu apprendras les différentes techniques de crochet afin de confectionner des « amigurumis » (toutou fait au crochet).

Maximum: 20 élèves

Responsable: Molly Vézina

Atelier de crochet avancé - Jour 8 - D-203

Atelier pour faire du crochet tout en socialisant avec des gens qui partagent le même intérêt. Les élèves qui s'inscrivent à cet atelier doivent être à l'aise avec les techniques de base.

Maximum: 30 élèves

Responsable: Molly Vézina

Midi créatif - Jour 5 - Local D-113

Un lieu pour libérer ta créativité ! Dessin, peinture, journal personnel, tricot, fabrication de bijoux, etc. Lance-toi dans des projets personnels ou collectifs. Du matériel est fourni et des concours ou des thématiques seront proposés au fil de l'année pour t'inspirer.

Maximum: 20 élèves

Responsables: Marie-Josée Bernier et Joey Hutchison

Midi poterie - Jour 3 - Local B-102

Venez explorer les diverses techniques associées à la poterie dans des ateliers libres et dirigés. Vous pourrez repartir avec toutes vos créations. Pour cette année, vous aurez à faire un projet d'une pièce de votre choix.

Réservé au secondaire 3, 4 et 5

Maximum : 15 élèves

Responsable: Marie Porter-Houde

Midi poterie - Jour 9 - Local B-12A

Réservé au secondaire 1 et 2

Venez explorer les diverses techniques associées à la poterie dans des ateliers libres et dirigés. Vous pourrez repartir avec toutes vos créations. Pour cette année, vous aurez à faire un projet d'une pièce de votre choix.

Maximum : 15 élèves

Responsable: Marie-Pier Poirier

Ateliers libres d'arts

Durant ces midis/cycle, vous êtes invités à venir créer librement vos propres projets personnels, où nous pourrions vous appuyer selon vos besoins. Juste besoin de vous présenter aux journées proposées ! Chaque enseignante proposera aussi des ateliers thématiques courts, auxquels vous pourrez participer selon votre intérêt. **Nous vous invitons à vous inscrire au Classroom Ateliers Libres, où se trouveront tous les détails des différents ateliers proposés et la façon de vous y inscrire.**

Jours d'activités :

Jours 2 et 4 avec Rachelle Cloutier au local B103.

Jours 3 et 8 avec Dominic Lafrance au local B106.

Jours à déterminer avec Marie-Pier Poirier au local B12A.

Code Classroom pour être informé des activités spéciales: ruhvrize

Brigade culinaire - Mercredi ou jeudi - Local de cuisine

La cuisine t'intéresse? Les Brigades culinaires sont 20 ateliers de cuisine pratique, 3 défis et 1 grand combat des Brigades.

Coût: 50\$

Maximum: 20 élèves par groupe

Responsables: Marie Lafortune, Pénélope Chartrand, Joëlle St-Yves et Marie-Pier Gaudère

Midi Spikeball - Jour 9 - Terrain de soccer

Le Spikeball est un sport d'équipe où deux équipes s'affrontent autour d'un trampoline circulaire. Les équipes de deux peuvent se faire sur place, selon le nombre de participants. L'activité se déroule à l'extérieur et sera remise en cas de mauvais temps. Viens bouger et lâcher ton fou au Midi Spikeball!

Maximum: 20 élèves

Responsable: Julien Careau

Cercle de lecture - Jour 8 - F-223

Chaque début de mois, un élève propose une lecture à faire. Les buts de cette activité seront de développer tes goûts de la lecture en te faisant lire des œuvres auxquelles tu n'aurais pas pensé auparavant. Cela te permettra aussi de plonger dans des thèmes que tu veux lire et d'en parler d'une façon ouverte et franche avec des amoureux de la lecture. Ce club te permettra aussi de faire partie d'une communauté, d'un groupe où tu peux t'exprimer sur les sujets qui te passionnent.

Maximum: 20 élèves

Responsable: Pascale Chabot

Club plein air

- Un groupe de jeunes comme toi!
- Une aventure qui pourrait changer ta vie!
- Une chance de vivre quelque chose de trippant!
- Que tu sois un randonneur averti ou un débutant curieux, participe à une ou plusieurs de nos sorties!



Lien pour recevoir des informations:

<https://docs.google.com/forms/de/1FAIpQLSfjT1K4u5lnFaF-SFhUPwQKVI-3UUZemU24EhMXGIjPs0f0Yw/viewform>

Ligue d'improvisation du midi (LIM) - Jours 4 et 8 - À l'Auditorium

La ligue d'improvisation du Collège est récréative et ouverte aux élèves qui veulent développer leur talent pour cet art de la scène. Pratiques à l'automne puis formation des équipes et matchs en alternance à l'hiver.

Maximum : 20 élèves

Responsables: Marie-Josée Bernier, Joey Hutchison et Dominic Paquet

Équipe d'improvisation compétitive Junior - Lundi - Carrefour

Les équipes participeront à des tournois pendant l'année qui ont lieu la fin de semaine dans les écoles de la région de Québec. Les pratiques seront après l'école à 17h00.

Coût: 250\$

Maximum: 12 élèves

Coach: Charles Plamondon Responsable : Jeremy Perreault

Équipe d'improvisation compétitive Senior - Jeudi - Carrefour

Les équipes participeront à des tournois pendant l'année qui ont lieu la fin de semaine dans les écoles de la région de Québec. Les pratiques seront après l'école à 17h00.

Coût: 310\$

Maximum: 12 élèves

Responsables: Maude Lauzière et Raphaëlle Michaud Responsable : Jeremy Perreault

Modalité d'inscription pour cette section:

Les inscriptions pour les comités de vie étudiante se font à partir d'un Google formulaire en suivant ce lien: <https://forms.gle/dTrY6zS5WVYo8DTw6>

* Tu peux t'inscrire dans autant de comités que tu veux!

Comité Culturel des Compagnons (3C) - Jour 1 - Local D-113

Les élèves du comité réalisent des projets et organisent des événements pour mettre en valeur la diversité culturelle au Collège. Les rencontres sont des moments pour socialiser et développer sa créativité.

Code du Classroom du Comité culturel pour être au courant des activités: lpduuie



Responsables: Neda Marincic, Marie-Josée Bernier, Joey Hutchison

AGEC - Association Générale des élèves des Compagnons - Jour 2 (1er jour 2 de chaque mois au Carrefour, 2e jour 2 du mois au local D-113)

Tu as le goût de représenter les élèves du Collège? On a besoin de toi pour réaliser des projets en lien avec leurs besoins, tout en collaborant avec la direction. Donne ton nom pour être représentant de classe ou un électron libre 😊. Une belle occasion de rendre ton milieu dynamique!



Responsables: Marie-Josée Bernier, Steven Gamache, Jérémy Lévesque-Perreault et Joey Hutchison

Groupe de prévention et de sensibilisation (GPS) - Jour 3 - Local D-120

Le GPS organise des activités qui favorisent le bien-être des élèves du Collège, dont une exposition sensorielle à la manière du Musée de la Civilisation. Des concours de création d'œuvres d'arts, de photographie et d'écriture sont lancés en parallèle.

Responsables: Marie-Josée Bernier et Joey Hutchison

Brigade Verte - Jour 4 midi - Local B-223

La Brigade Verte est un comité composé d'élèves qui veulent s'impliquer à rendre notre école plus verte! Le Collège et la planète ont besoin de toi!



Responsable: Alain Laroche

L'Équipe des fêtes - Jour 7 - Local D-113

Tu aimes organiser et animer ? Ce comité est fait pour toi ! L'équipe organise les midis de fête à l'école. (Halloween, Noël, fête de fin d'année, etc.)



Responsables: Steven Gamache et Jérémy Lévesque-Perreault

Le Comité des Compagnons Engagés - Jour 7 - Local D-113

Les Compagnons engagés organisent des projets d'engagement communautaire où les élèves peuvent s'impliquer bénévolement pour une cause qu'ils ont à cœur.



Responsables: Marie-Josée Bernier et Joey Hutchison

Comité Reconnaissance LGBTQ+ (CR+) - Jour 9 - Local D-113

Les élèves du CR+ créent des projets de sensibilisation et organisent des journées thématiques pour favoriser le respect et l'inclusion.



Responsables: Marie-Josée Bernier, Joey Hutchison et Marie-Christine Dutil

Midi projets - Jour 6 - Local D-113

Les élèves peuvent y développer leurs idées pour bonifier la vie étudiante des Compagnons! Projet personnel ou d'équipe, entrepreneuriat, organisation d'activités diverses, etc. Ce midi peut servir aux comités et à l'AGEK pour travailler leurs projets. Pars ton projet!

Responsables: Marie-Josée Bernier, Steven Gamache, Jérémy Lévesque-Perreault, Joey Hutchison et Nicolas Renaud

Comité bal des finissants - Jour 8 - Local D-205

Réservé au secondaire 5

Le comité aura à participer à la planification, à l'organisation de l'événement dans son ensemble et ainsi faire en sorte que cet événement soit inoubliable.

Responsable: Steven Gamache

Comité de l'album des finissants - Jour 4 - Local D-205

Réservé au secondaire 5

Le comité a pour but de créer l'album des finissants. L'album se fait avec le logiciel Boogie. Vous aurez à apprendre à travailler avec lui et à récolter les textes et souvenirs des finissants.

Responsable: Steven Gamache

Comité des activités de finissants - Jour 9 - Local D-120

Réservé au secondaire 5

Ce nouveau comité a pour but de tisser des liens entre les finissants au travers de différentes activités. Tags format géant, journée thématique, sortie à la cabane à sucre, etc. Tout est possible!

Responsable: Steven Gamache

Radio étudiante

Tu aimerais ambiancer l'école ? Tu veux faire découvrir la musique à d'autres élèves ? La radio étudiante est faite pour toi ! Inscris-toi en solo, en duo ou en trio. La radio doit être occupée chaque midi. L'horaire sera réalisé en fonction de vos disponibilités.

Responsable: Steven Gamache

Club photo

Tu es responsable de prendre les photos des principales activités du Collège. Spectacles, midis thématiques, etc. Au besoin, des rencontres auront lieu certains midis au besoin.

Responsable: Claude Nadeau

Équipe technique - Réservée aux élèves de 2e cycle

Nous recherchons des élèves pour assurer le soutien technique à l'Auditorium (sonorisation et éclairage) lors des spectacles et événements qui ont lieu au Collège. (Formations à venir)

Responsables: Barbara Pouret et Dominic Paquet

Le salon étudiant

Le salon étudiant est un lieu accessible aux élèves de 2e cycle qui contient des tables de billard, des tables pour jouer à des jeux de société et des fauteuils pour relaxer.

La Zone

La Zone est un local pour les élèves des secondaires 1 et 2. Il y a une table de Ping-Pong, une table de babyfoot, une table de Mississippi et plus encore.

La bibliothèque

La bibliothèque est une zone tranquille le midi, tu peux aller effectuer tes travaux à cet endroit ou simplement aller emprunter un livre et lire.

La salle d'entraînement - Local F-111

La salle d'entraînement des Compagnons est bien équipée si tu désires d'entraîner sur l'heure du midi.

Prêt de ballons - Local D-120

Dans la vie étudiante, nous avons une variété de ballons à vous prêter. Vous avez seulement besoin de nous laisser votre carte étudiante.

Bain libre - Piscine Jacques-Amiot

Il y a des bains libres à la piscine des Compagnons, mais tu dois consulter l'horaire sur le site de la ville de Québec.

Table de Ping-Pong et Babyfoot

Il y a des tables disponibles autour du dégagé.

Natation

Pour des informations sur l'activité de natation, allez voir Isabelle Bureau.

MIDIS SPORTIFS 2025-2026

Dès 11h45 jusqu'à 12h45 - Sans inscription

Tu es sportif et tu veux bouger le midi ? Ici, c'est pour toi !

Vêtements et espadrilles d'éducation physique **OBLIGATOIRES.**

	Palestre 133	Gym A	Gym B	Palestre 135
1	Volley-Ball 1 ^e cycle	Basket	Soccer 2 ^e cycle	Volley-Ball
2	Badminton	Soccer 1 ^e cycle	Basket	Volley-Ball
3	Soccer 2 ^e cycle	Basket	Badminton	Volley-Ball
4	Volley-Ball 1 ^e cycle	Soccer 1 ^e cycle	Basket	Volley-Ball
5	Volley-Ball 1 ^e cycle	Basket	Hockey	Volley-Ball
6	Soccer 1 ^e cycle	Badminton	Basket	Volley-Ball
7	Volley-Ball 1 ^e cycle	Basket	Soccer 2 ^e cycle	Volley-Ball
8	Soccer 1 ^e cycle	Badminton	Basket	Volley-Ball
9	Volley Ball 1 ^e cycle	Basket	Soccer 2 ^e cycle	Volley-Ball

Médias Sociaux

Pour nous suivre ! :

Classroom de la vie étudiante :

<https://classroom.google.com/c/NzE0MzUyNzQxNDEx?cjc=ssg374g>

Code : [ssg374g](#)

Instagram du Collège des compagnons :

<https://www.instagram.com/collegedescompagnons/>

Facebook du Collège des Compagnons :

[Facebook](#)

