



CAHIER DES

# ACTIVITÉS

2024-2025

## PÉRIODE D'INSCRIPTION

9, 10 ET 11 SEPTEMBRE 2024 DE 11 H 45 À 12 H 15  
À LA PLACE PUBLIQUE

**FRAIS D'INSCRIPTION** : PAYABLES AVANT LE VENDREDI 27 SEPTEMBRE

**ACTIVITÉS SPORTIVES INTERÉCOLES (EX. : FOOTBALL ET FUTSAL)** :  
VEUILLEZ PRENDRE ENTENTE AVEC LES RESPONSABLES



Sylvain Véronneau : animateur à la vie étudiante  
Téléphone : 819 849-4825 poste 5024  
Courriel : [sylvain.veronneau@cshc.gouv.qc.ca](mailto:sylvain.veronneau@cshc.gouv.qc.ca)  
Site Web: <http://lafrontaliere.cshc.qc.ca>

 [facebook.com/frontaliere005](https://facebook.com/frontaliere005)

 [lafrontaliere005](https://www.instagram.com/lafrontaliere005)

ACTIVITÉS	HORAIRE ET CLIENTÈLE	DESCRIPTION	COÛT
<b>Badminton interécoles</b>	<u>À déterminer</u> Pour tous	Participation à la ligue scolaire des Cantons-de-l'Est (RSEQ) et possibilité de 1 ou 2 tournois civils. Les élèves seront divisés en 2 groupes. Prévoir 5 tournois de fin de semaine.	150 \$
<b>Bal de fin d'études (Graduation) (Financement)</b>	<u>À déterminer</u> 5 <sup>e</sup> sec.	Ce comité se consacre au financement.	Aucun
<b>Basketball interécoles</b>	<u>À déterminer</u> Pour tous	Participation à la ligue scolaire des Cantons-de-l'Est (RSEQ) et possibilité de 10 à 12 parties.	150 \$
<b>Brigades culinaires</b>	<u>À déterminer</u> 15 h 30 à 17 h 30  Pour tous Maximum de 25 personnes	Viens apprendre à cuisiner et approfondis tes connaissances culinaires et nutritionnelles avec deux chefs qui animent les ateliers et partagent leur passion pour la cuisine. Les Brigades culinaires, ce sont 20 ateliers culinaires pratiques qui comportent 3 défis (combat des Brigades, finales régionale et provinciale). Cette activité est réalisée en partenariat avec la Tablee des chefs.	Aucun
<b>Café Tandem/ Boutique SumMode</b>	<u>Lundi au vendredi :</u> Le matin et le midi  Pour tous	L'équipe du café Tandem est jumelée à celle de la boutique SumMode. Nous sommes à la recherche de jeunes intéressés à vivre l'expérience d'un véritable café qui possède plusieurs vocations. Il s'agit essentiellement de préparer et servir croissants, muffins, biscuits, bagels, smoothies et de vendre les articles de la Boutique SumMode.	Aucun
<b>Carrément gourmand : Pâtisseries en herbe</b>	<u>Mercredi</u> 1 fois/2 semaines entre 15 h 15 et 16 h 30  1 <sup>re</sup> et 2 <sup>e</sup> secondaire	L'activité consiste à comprendre les procédés de la pâtisserie avec la création de simples desserts de toutes sortes. En équipe de deux, les élèves pourront mettre la main à la pâte pour confectionner biscuits, muffins, carrés sucrés, sucre à la crème et bien d'autres.	Aucun
<b>Cheerleading interécoles</b>	<u>Mercredi et jeudi :</u> 15 h 30 à 17 h 30  Pour tous	Ce sport d'équipe intègre un mélange de danse, de gymnastique et de pyramides. Pendant l'année, vous apprendrez une chorégraphie qui sera présentée en compétition. Participation à la ligue scolaire des Cantons-de-l'Est (RSEQ)	150 \$

## ACTIVITÉS

## HORAIRE ET CLIENTÈLE

## DESCRIPTION

## COÛT

### Ciné-club

Après l'école

Objectifs : Le cinéma est un art très présent dans la vie des étudiants et il peut enrichir la culture personnelle s'il bénéficie d'une certaine éducation cinématographique. Notre proposition vise deux objectifs :

- Découvrir des œuvres cinématographiques marquantes de genres différents et provenant de divers pays;
- Développer un sens critique grâce à un cadre d'analyse des principales composantes d'un film

Contenu :

Présenter huit films, à raison d'un par mois (octobre à mai). Les films choisis sont des œuvres remarquables et accessibles ayant obtenu une reconnaissance critique. Nous prévoyons trois films québécois et six films étrangers (américains, européens et d'autres pays).

Déroulement :

- Projection du film;
- Discussion animée par personne-ressource portant sur les aspects suivants :
  - o L'impression générale;
  - o L'intérêt du sujet, de l'histoire racontée
  - o Le scénario;
  - o Le jeu des comédiens;
  - o La cinématographie.
  - o La direction artistique;
  - o La musique;
  - o L'évaluation personnelle du film (note de 1 à 5)

Aucun

Bénéfice marginal offert aux participants :

Le cinéma offrira aux étudiants présents aux projections un laissez-passer pour voir un film sans frais au cinéma Coaticook. Ce faisant, nous encourageons les membres du Ciné-club à développer leur culture cinématographique. Au total, chacun des participants aura droit à un potentiel de huit entrées gratuites au cinéma.

### Club de course

Mardi et jeudi :  
15 h 30 à 16 h 30

Pour tous

Débutant ou coureur expérimenté, notre club est fait pour toi! Participe à nos sorties de course, ouvertes à tous les niveaux. Que tu souhaites améliorer ta forme, te préparer pour une compétition ou simplement courir pour le plaisir, tu trouveras un groupe chaleureux et motivant.

Pour plus d'information, rends-toi au local 3019 pour rencontrer Johanne.

On a hâte de courir avec toi!

Aucun

ACTIVITÉS	HORAIRE ET CLIENTÈLE	DESCRIPTION	COÛT
<b>Club de natation interécoles</b>	<u>Lundi et mercredi</u> 15 h 20 à 16 h 30 + Jour 9 de 11 h 40 à 12 h 10  Pour tous	Participation à la ligue scolaire des Cantons-de-l'Est (RSEQ) dans le but de faire des compétitions avec d'autres jeunes de différentes écoles. Tu aimes la natation et tu souhaites développer tes habilités dans cette discipline? Cette activité est faite pour toi.	150 \$
<b>Comité Inclusion</b>	<u>À déterminer</u> 1 rencontre/2 semaines  Pour tous	Tu as envie de t'impliquer dans un comité qui te fera voyager à travers différentes cultures et langues? Tu aimes prévoir et organiser des activités à l'école qui sortent de l'ordinaire? Tu as une grande curiosité et une soif d'en apprendre sur le monde? Rejoins le Comité interculturel pour faire une différence. Les activités que tu pourras organiser sont nombreuses et variées. Par exemple, la planification de tournois sportifs internationaux, de dégustations de plats d'ailleurs, de cours de danses africaines ou latines sont des idées d'activités possibles. L'acceptation de l'autre et l'inclusion te tiennent à cœur, le comité t'attend!	Aucun
<b>Cours de danse</b>	<u>Jeudi</u> 15 h 30 à 16 h 30  Pour tous	Apprentissage d'une chorégraphie de Hip-Hop pour la Soirée artistique.	Aucun
<b>Danse Country</b>	<u>Mercredi</u> 15 h 30 à 16 h 30  Pour tous	Cours d'initiation à la danse country. Élaboration d'une chorégraphie présentée à la Soirée Artistique.	50 \$
<b>Défi des filles</b>	<u>Journées pédagogiques</u>  Filles Maximum de 10 filles	Viens participer à des activités uniques qui te permettront d'essayer des activités que tu n'as peut-être pas l'occasion de faire avec ta famille. Ici, c'est le rassemblement au féminin pour avoir du plaisir et apprécier le plein air.	Aucun
<b>Équipe technique</b>	<u>Jeudi</u> 15 h 15 à 16 h 30 et selon les événements  Pour tous	Cette équipe s'occupe de la régie du son, de l'éclairage et des accessoires durant les différents événements.	Aucun
<b>Football Cadet interécoles</b>	<u>Printemps 2025</u> 1 <sup>re</sup> à 3 <sup>e</sup> secondaire	Participation à la ligue scolaire des Cantons-de-l'Est (RSEQ). Première rencontre au mois de décembre 2024.	250 \$

ACTIVITÉS	HORAIRE ET CLIENTÈLE	DESCRIPTION	Coût
<b>Futsal (soccer intérieur) Interécoles</b>	<u>Printemps 2025</u>  Pour tous	Participation à la ligue scolaire des Cantons-de-l'Est (RSEQ) en D3 ou D4 : environ douze parties en saison régulière, laquelle débute au retour de la semaine de relâche.	125 \$
<b>Gala Méritas</b>	<u>À déterminer</u> Sur l'heure du midi  Pour tous Maximum de 6 élèves	Le Gala Méritas récompense les résultats scolaires, l'effort et la persévérance des élèves. Pour en faire un moment inoubliable, nous avons besoin de jeunes créatifs qui désirent participer à l'animation de cet événement. Voici les tâches que cela implique : écrire les textes pour la présentation des matières, participer à la réalisation des capsules vidéo, trouver les accessoires et les costumes nécessaires pour les capsules et animer le gala.	Aucun
<b>Golf Interécoles</b>	<u>À déterminer</u>  Pour tous	Apprentissage des techniques et des règles du golf, que vous soyez débutant ou intermédiaire. Pratiques intérieures et extérieures. Participation à la ligue des Cantons-de-l'Est (RSEQ): 3 ou 4 tournois au printemps 2025	125 \$
<b>Hockey balle Interécoles</b>	<u>Printemps 2025</u>  Pour tous	Participation à la ligue des Cantons-de-l'Est (RSEQ). Une saison de 6 à 8 parties sur trois Jamboree	125 \$
<b>Improvisation</b>	<u>Après l'école</u>  Pour tous	Initiation au monde de l'improvisation. Possibilité de participer à la ligue d'improvisation après les Fêtes. La première soirée sera réservée pour le camp de sélection. Entre 7 et 10 jeunes seront sélectionnés pour former l'équipe.	Aucun
<b>Ingénieurs en herbe</b>	Jour 3 et 8  Pour tous	Cet atelier te permettra d'apprendre les techniques de soudure à l'étain. Tu apprendras également à travailler avec une plaque de montage pour réaliser des circuits et valider son fonctionnement avant de construire ton propre modèle. Tu pourras par la suite réaliser un circuit de DEL en série et/ou en parallèle, une mini-lampe de poche, un jeu d'adresse et un robot miniature.  À ton rythme, tu pourras réaliser différents projets parmi les 13 qui te seront proposés, dont une lampe de poche « Iron Man » et un jeu de Tic-Tac-Toe. Tu pourras aussi fabriquer des circuits imprimés et ainsi construire le cavalier des vagues, un détecteur d'énergie, un détecteur de mensonges, des lumières clignotantes et un piano électronique. Si tu es un « ancien ingénieur », tu pourrais également servir de mentor aux ingénieurs débutants.	Aucun

ACTIVITÉS	HORAIRE ET CLIENTÈLE	DESCRIPTION	COÛT
<b>Jeux de société</b>	<p><u>Jour 2 et 8</u> De 11 h 40 à 12 h 15</p> <p><u>Pour tous</u></p>	<p>Rejoignez-nous pour des moments de détente et de compétitions amicales autour de vos jeux de société préférés! Que vous soyez un stratège chevronné ou un amateur de jeux « casual », il y en aura pour tous les goûts. Cette activité est une excellente occasion de socialiser, de développer vos compétences en réflexion critique, en communication et en travail d'équipe, tout en vous amusant.</p> <p>Au programme : des jeux classiques intemporels, des jeux de stratégies et des jeux plus rapides. Vous pouvez aussi apporter vos propres jeux pour les faire découvrir aux autres participants.</p> <p>Venez-vous familiariser avec différents jeux de société, jeux de cartes et jeux de rôles.</p>	Aucun
<b>Motocross-Passion</b>	<p><u>Un midi par cycle de 9 jours</u> et en soirée à l'occasion</p> <p><u>Pour tous</u></p>	<p>Ce groupe de passionnés est un rassemblement où tu pourras échanger afin de découvrir plusieurs aspects en lien avec l'univers et la pratique du motocross.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Apprentissage des bons termes et maîtrise d'utilisation des outils</li> <li>✓ Mécanique et entretien de base</li> <li>✓ Importance et compréhension d'une suspension bien ajustée</li> <li>✓ Différence entre le MX et l'Enduro</li> <li>✓ Découverte des pistes MX au Québec</li> <li>✓ Rencontre de pilotes d'expérience</li> <li>✓ Magasinage de ses pièces de remplacement en utilisant des manuels de réparations</li> </ul> <p>Bref, si tu es un/une passionné(e) et que tu souhaites te pousser à un niveau supérieur, c'est pour toi!</p>	Aucun
<b>Musculation</b>	<p><u>Le midi :</u></p> <p><u>Pour tous</u></p>	La carte d'identité de l'élève est obligatoire.	Aucun
<b>Production vidéo</b>	<p><u>Mardi</u> 15 h 15 à 17 h et selon les projets à réaliser</p> <p><u>Pour tous</u> Maximum de 6 élèves</p>	De la scénarisation jusqu'au montage vidéo en passant par les différents aspects d'un tournage, tu découvriras un monde impressionnant caché derrière la caméra.	Aucun

ACTIVITÉS	HORAIRE ET CLIENTÈLE	DESCRIPTION	COÛT
<b>Radio étudiante</b>	À déterminer  Pour tous	La radio étudiante recherche des personnes pour animer, faire la sélection musicale et créer des publicités. Tu n'es pas gêné et désires parler de ce qui t'intéresse, la radio Summum est pour toi. (5 équipes de 2 ou 3 personnes du lundi au vendredi).	Aucun
<b>Ski/planche à neige</b>	<b><u>Forfait de BASE*</u></b> <u>3 sorties</u>  Pour tous (aucun débutant en planche à neige)	3 sorties sont prévues : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vendredi 20 décembre (jour 5) : Orford</li> <li>• Vendredi 7 février (journée pédagogique) : Owl'S Head</li> <li>• Jeudi 13 mars (journée pédagogique), 5 périodes + soirée : Bromont</li> </ul> Inclut le transport aller-retour et les billets de remontée mécanique N.B. : Aucun remboursement sans billet médical. Aucun rabais pour détenteur de billet de saison	125 \$ + Location d'équipement (100 \$ payable à l'inscription)
<b>*Un minimum de 35 inscriptions est requis pour assurer ce forfait Les organisateurs se réservent le droit de refuser une inscription</b>			
<b>Ski/planche à neige</b>	<b><u>Forfait AUGMENTÉ*</u></b> <u>4 sorties</u>  Pour tous (aucun débutant en planche à neige)	4 sorties sont prévues : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vendredi 20 décembre (jour 5) : Orford</li> <li>• Lundi 6 janvier (pédagogique) : Sutton</li> <li>• Vendredi 7 février (pédagogique) Owl's Head</li> <li>• Jeudi 13 mars (jour 8, 5 périodes + soirée) : Bromont</li> </ul> Inclut le transport aller-retour et les billets de remontée mécanique N.B. : Aucun remboursement sans billet médical. Aucun rabais pour détenteur de billet de saison	150 \$ + Location d'équipement (125 \$ payable à l'inscription)
<b>*Un minimum de 35 inscriptions est requis pour assurer ce forfait Les organisateurs se réservent le droit de refuser une inscription</b>			
<b>Ski/planche à neige</b>	<b><u>Forfait PLUS**</u></b> <u>6 sorties</u>  3 <sup>e</sup> à 5 <sup>e</sup> sec. (aucun débutant en ski ou en planche à neige)	6 sorties sont prévues : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vendredi 20 décembre (jour 5) : Orford</li> <li>• Lundi 6 janvier (pédagogique) : Sutton</li> <li>• Du jeudi 23 janvier (Jour 9) au vendredi 24 janvier (pédagogique ou reprise) : Killigton (États-Unis)                ** Aucune location possible pour ce séjour.</li> <li>• Vendredi 7 février (pédagogique) : Owl's Head</li> <li>• Jeudi 13 mars (jour 8) 5 périodes + soirée : Bromont</li> </ul> Inclut le transport aller-retour et les billets de remontée mécanique et l'hébergement du 23 janvier. N.B. : Aucun remboursement sans billet médical. Aucun rabais pour détenteur de billet de saison	650 \$ (dépôt 325\$ à l'inscription) + Location d'équipement (150 \$ payable à l'inscription)
<b>**Un minimum de 36 inscriptions est requis pour assurer ce forfait/maximum 48 (si plus de 48, une sélection sera faite) Les organisateurs se réservent le droit de refuser une inscription</b>			

ACTIVITÉS	HORAIRE ET CLIENTÈLE	DESCRIPTION	COÛT
<b>Volleyball interécoles</b>	À déterminer 2 fois/ semaine  Pour tous	Participation à la ligue scolaire des Cantons-de-l'Est (RSEQ) : 5 tournois minimum (division 3 ou 4).	150 \$

## Catégories d'âges du RSEQ pour les sports interécoles :

<b>BADMINTON, FUTSAL, NATATION, HOCKEY BALLE, GOLF:</b>	
<b>Benjamin</b>	Du 1 <sup>er</sup> octobre 2010 au 30 septembre 2012
<b>Cadet</b>	Du 1 <sup>er</sup> octobre 2008 au 30 septembre 2010
<b>Juvenile</b>	Du 1 <sup>er</sup> juillet 2006 au 30 septembre 2008

<b>FLAG FOOTBALL, FOOTBALL :</b>	
<b>Cadet</b>	Du 1 <sup>er</sup> octobre 2009 au 30 septembre 2012

<b>VOLLEYBALL :</b>	
<b>Benjamin</b>	Du 1 <sup>er</sup> octobre 2010 au 30 septembre 2011
<b>Cadet</b>	Du 1 <sup>er</sup> octobre 2008 au 30 septembre 2010
<b>Juvenile</b>	Du 1 <sup>er</sup> juillet 2006 au 30 septembre 2008

<b>BASKETBALL:</b>	
<b>Benjamin</b>	Du 1 <sup>er</sup> octobre 2010 au 30 septembre 2011
<b>Cadet</b>	Du 1 <sup>er</sup> octobre 2009 au 30 septembre 2010
<b>Juvenile</b>	Du 1 <sup>er</sup> juillet 2006 au 30 septembre 2009

En collaboration avec le CRIFA  Centre de formation professionnelle de Coaticook - CRIFA