

**SESSION 1
2020**

**Inscription
28 septembre au 5 octobre**

**ACTIVITÉS
DU MIDI**

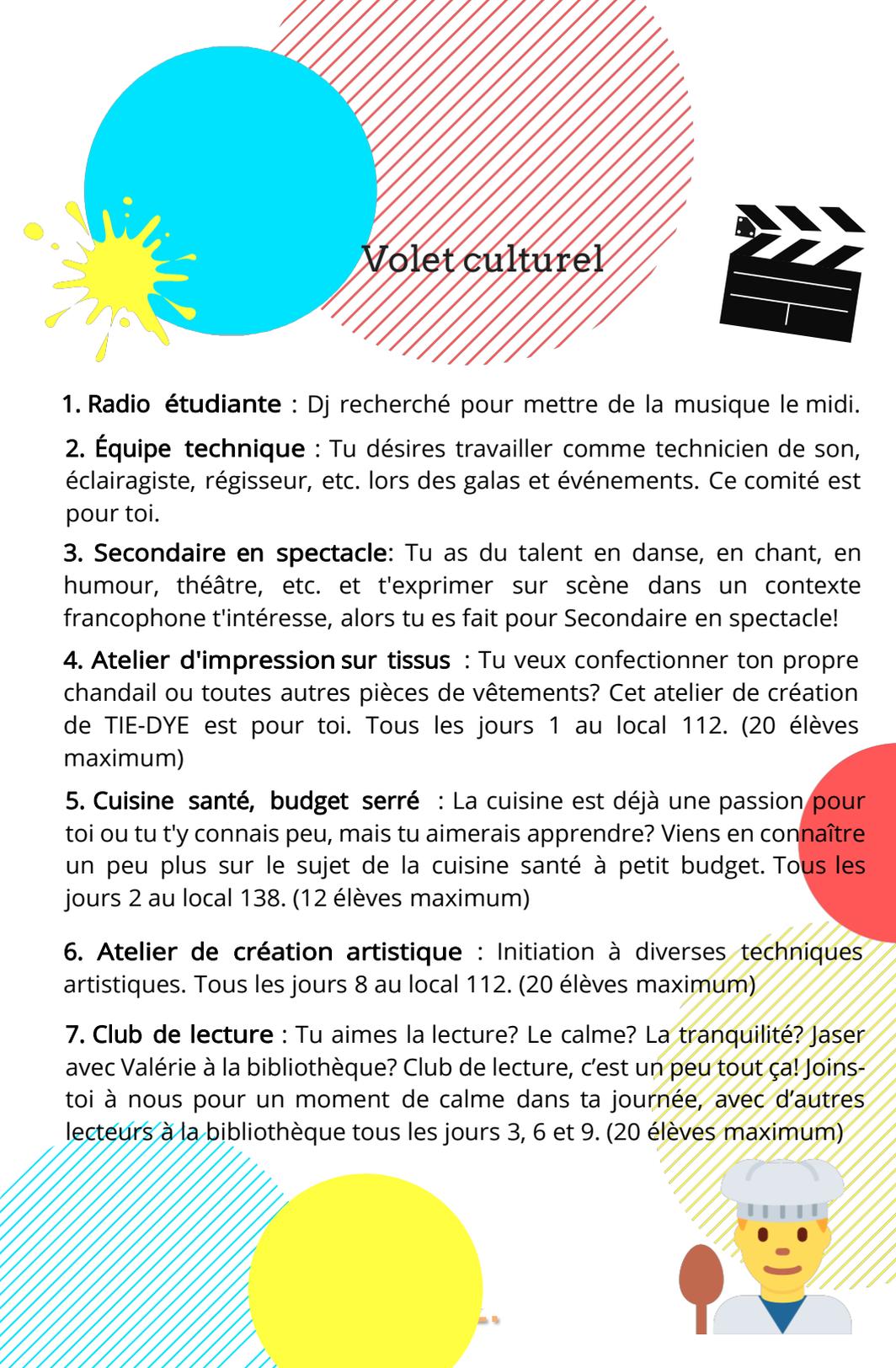


**Volets culturel
et sportif**

Centre de services
scolaire des
Premières-Seigneuries
Québec 



**le
Sommet**



Volet culturel



- 1. Radio étudiante** : Dj recherché pour mettre de la musique le midi.
- 2. Équipe technique** : Tu désires travailler comme technicien de son, éclairagiste, régisseur, etc. lors des galas et événements. Ce comité est pour toi.
- 3. Secondaire en spectacle**: Tu as du talent en danse, en chant, en humour, théâtre, etc. et t'exprimer sur scène dans un contexte francophone t'intéresse, alors tu es fait pour Secondaire en spectacle!
- 4. Atelier d'impression sur tissus** : Tu veux confectionner ton propre chandail ou toutes autres pièces de vêtements? Cet atelier de création de TIE-DYE est pour toi. Tous les jours 1 au local 112. (20 élèves maximum)
- 5. Cuisine santé, budget serré** : La cuisine est déjà une passion pour toi ou tu t'y connais peu, mais tu aimerais apprendre? Viens en connaître un peu plus sur le sujet de la cuisine santé à petit budget. Tous les jours 2 au local 138. (12 élèves maximum)
- 6. Atelier de création artistique** : Initiation à diverses techniques artistiques. Tous les jours 8 au local 112. (20 élèves maximum)
- 7. Club de lecture** : Tu aimes la lecture? Le calme? La tranquillité? Jaser avec Valérie à la bibliothèque? Club de lecture, c'est un peu tout ça! Joins-toi à nous pour un moment de calme dans ta journée, avec d'autres lecteurs à la bibliothèque tous les jours 3, 6 et 9. (20 élèves maximum)





Volet culturel

8. Théâtre\comédie musicale : Tu es une personne à l'aise sur scène et tu aimes t'exprimer devant des gens, cette activité est faite pour toi! Le jour et le local sont à déterminer. (15 élèves maximum)

9. Journal étudiant : Tu as des idées de blagues, de citations encourageantes, des histoires en tête et tu aimes prendre des photos. Le journal étudiant t'attend. Le jour cycle sera déterminé selon les disponibilités du comité. (illimité)

10. Initiation au Hip-Hop : Initiation à plusieurs style de danse hip-hop (waacking, popping, house, locking). Jour cycle et local à déterminer. (15 élèves maximum)

11. Band Rock : Tu joues déjà d'un instrument et tu aimerais passer tes heures du dîner à jouer de la musique avec des gens passionnés de rock? Nous t'attendons! Tous les jours 6 au local 127. (15 élèves maximum)

12. Harmonie du midi : Tu joues d'un instrument de musique et tu as envie de te produire en groupe? Viens rejoindre l'Harmonie du midi tous les jours 2 au local 127. (30 élèves maximum)

13. Les bases de la photographie : Pas besoin d'être un pro pour faire des belles photos, ni même d'avoir un appareil photo dispendieux. Avec ton téléphone intelligent ou ton iPad, vous apprendrez les bases de la photographie pour aller au-delà du selfie. Tous les jours 3, local à déterminer. (16 personnes maximum)

14. Midi MDJ: Tous les jours à la maison des jeunes La Marginale de 12h à 13h20.

Volet culturel



15. Espagnol de base : Viens apprendre comment te débrouiller en espagnol! (Prononciation, chiffres, dire la date et l'heure, etc.) Tous les jours 5 au local vitré de la bibliothèque. (15 élèves maximum)

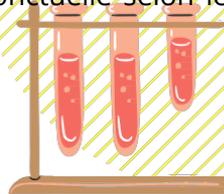
16. Espagnol avancé : Pour les élèves EESL de 4e et 5e secondaire intéressés à aller plus loin dans leur apprentissage de l'espagnol. Tous les jours 9, local à déterminer. (illimité)

17. Cours de chant : Le chant est pour toi une passion et tu aimerais développer cet instrument, alors il est évident que tu aimeras ces cours de chant. Local et jour à déterminer.

18. Midi-sciences : Réalisation d'expériences diverses touchant plusieurs concepts de sciences. Expériences explosives, salissantes ou rebondissantes, on s'amuse avec la science. Tous les jours 8 au local 225. (16 élèves maximum)

19. Génies en herbe : Jeu-questionnaire où deux équipes de 4 joueurs s'affrontent. Il faut répondre adéquatement (et le plus rapidement possible parfois!). Viens mettre tes connaissances générales à l'épreuve! Pour les élèves de secondaire 1 (illimité) tous les jours 2 au local vitré de la bibliothèque. Pour les élèves de secondaires 2 (12 élèves maximum, priorité aux anciens) tous les jours 3 au local vitré de la bibliothèque.

20. Activités d'engagement communautaire : Bénévolat, formation et autres. Le comité se rencontrera de manière ponctuelle selon les projets. (12 élèves maximum, secondaire 3, 4 et 5)



5.



Volet sportif



1. Volleyball : Tous les jours 1, 3 et 5 dans le gymnase 05. (50 élèves maximum)

2. Basketball : Tous les jours 2 et 4 dans le gymnase 05. (40 élèves maximum)

3. Soccer intérieur : Tous les jours 7 dans le gymnase 05. (20 élèves maximum)

4. Badminton, mini tennis et ping-pong : Tous les jours 6 dans le gymnase 05. (30 élèves maximum)

5. Musculation (4 groupes de 20 élèves maximum):

1er cycle Groupe 1: jours 2 et 6.

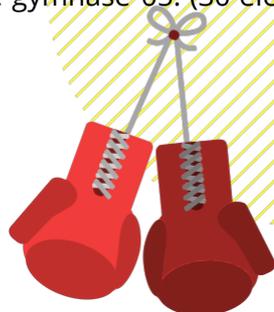
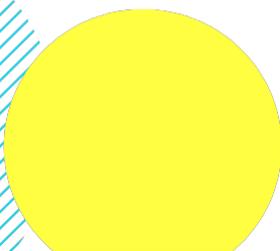
1er cycle Groupe 2: jours 4 et 8.

2e cycle Groupe 1: jours 1, 5 et 9.

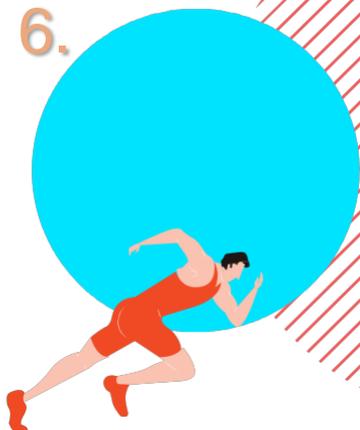
2e cycle Groupe 2: jours 3 et 7.

6. Boxe : Initiation à la boxe et aux différentes techniques de combat avec un entraîneur d'expérience. Dans le gymnase 029, jour à déterminer. (20 élèves maximum)

7. Ultimate Frisbee : Tous les jours 8 dans le gymnase 05. (30 élèves maximum)



6.



Volet sportif

8. Fillactive : Entraînement qui s'adresse à toutes les filles, peu importe ton niveau de forme physique. Viens te dépasser entre filles dans le plaisir et le respect. Tous les jours 3 au gymnase 029. (illimité)

9. Parcours du ninja : Le parcours ninja est une activité pour les gens courageux et qui n'ont pas peur de sauter par dessus des obstacles. Dans le gymnase 029, jour 9. (16 élèves maximum)

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

La programmation des activités du midi débutera dans la semaine du 5 octobre et se terminera dans la semaine du 14 décembre. Les activités sont offertes de 12h15 à 13h15.

Toutes les activités sont gratuites pour cette année. Il ne suffit que de s'inscrire selon le principe du premier arrivé premier servi. **L'inscription est toutefois obligatoire pour participer aux activités. Seulement une ou deux activités maximum peuvent être sélectionnées par l'élève. Considérant que chaque élève peut être dans 3 bulles maximum incluant son groupe classe .**

7.

FORMULAIRE D'INSCRIPTION

Nom de l'élève: _____

Groupe et niveau: _____

Numéro + nom d'activité culturelle: # _____

Numéro + nom d'activité sportive: # _____

Signature des parents: _____

Pour toute information supplémentaire,
veuillez communiquer avec les techniciens en loisirs
au numéro de téléphone suivant: 418-634-5501

- Dany Provencher: poste 3546
- Élise Pouliot: poste 3547

Veuillez découper le formulaire d'inscription et le
remettre à la vie étudiante au local A-139.