

# PROGRAMMATION HIVER 2019

Une des principales caractéristiques de l'école secondaire De Rochebelle est sans aucun doute la qualité de la vie étudiante qui offre un choix varié d'activités parascolaires.

Dans le présent document, tu découvriras une multitude d'activités socioculturelles, sportives et musicales auxquelles nous t'invitons à participer. 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.

## INSCRIPTIONS :

- Le mercredi 16 janvier (1<sup>re</sup> - 2<sup>e</sup> sec.)
- Le jeudi 17 janvier (3<sup>e</sup> - 4<sup>e</sup> - 5<sup>e</sup> sec.)
- Le vendredi 18 janvier (1<sup>re</sup> à 5<sup>e</sup> sec.)

*De 12 h à 13 h  
Au gymnase du  
Pavillon  
Claire-Bonenfant*

Début des activités :  
le lundi 21 janvier 2018 (jour 6)



**Modalité d'inscription** : Les inscriptions se feront en personne les 16, 17 et 18 janvier 2019. Après ces dates, il sera possible de s'inscrire auprès des responsables, si des places sont toujours disponibles. **Un nombre minimum** et maximum de participants est requis afin qu'une activité puisse être présentée. S'il y avait plus d'inscriptions que le nombre de places disponibles, un tirage au sort sera effectué.

**Annulation** : Il y a annulation des activités lorsque l'école ferme ses portes à cause de mauvaise température et lors des congés scolaires. En période d'examens, les responsables peuvent décider d'annuler les activités.

**Paiement** : Le paiement doit être **effectué en totalité lors de l'inscription**. Le paiement doit être fait par **chèque seulement**, à l'ordre de l'école secondaire De Rochebelle (**1 chèque par activité**).

**Remboursement** : Des remboursements peuvent être effectués dans les cas suivants :

1. Annulation de l'activité par les responsables de l'école (remboursement automatique à 100 %)
- 2.\* Pour des raisons médicales du participant. Dans ce cas, un billet du médecin sera exigé et la demande devra être reçue avant la fin de la session des cours.
- 3.\* Avant le lundi 18 février 2019, pour diverses raisons (exemple : conflits d'horaire)

\*\*\* Pour les points 2 et 3, dans le cas où un remboursement serait accepté, nous soustrairons un montant d'argent selon le nombre de cours que le participant aura suivi.

**Aucun remboursement ne sera effectué une fois que l'activité sera débutée, à l'exception des points mentionnés ci-dessus.**

**Pour plus d'informations, viens rencontrer les responsables :**

Caroline Bouchard, activités socioculturelles (PFL-6126)

Marie Thibault, activités sportives du midi (PCB- département d'éducation physique)

# ACTIVITÉS SOCIOCULTURELLES

EXPLICATIONS AU VERSO

ACTIVITÉS	CLIENTÈLE	JOUR	LOCAL	COÛT
Création de bijoux	1 <sup>re</sup> à 3 <sup>e</sup> sec.	3	PFL - 6217	65\$
Donjon & Dragon	1 <sup>re</sup> à 2 <sup>e</sup> sec.	3 et 9	PFL - 6216	20\$
Ligue d'improvisation De Rochebelle (LIR)	1 <sup>re</sup> à 5 <sup>e</sup> sec.	5 et 9	PFL - 6215	10\$
Club d'échecs	1 <sup>re</sup> à 5 <sup>e</sup> sec.	5	CS - 5119	5\$
Midi-sciences	1 <sup>re</sup> à 2 <sup>e</sup> sec.	1	PMV - 4223	35\$
Robotique	1 <sup>re</sup> à 5 <sup>e</sup> sec.	3 et/ou 5 et/ou 8	PMV - 4029	35\$
Atelier de dessin & création	1 <sup>re</sup> à 5 <sup>e</sup> sec.	1	PMV- 4208	30\$
Atelier de dessin & création	1 <sup>re</sup> à 5 <sup>e</sup> sec.	4	PMV- 4208	30\$
Couture, création et transformation de vêtements	1 <sup>re</sup> à 5 <sup>e</sup> sec.	1	PMV- 4014	67\$
Couture, création et transformation de vêtements	1 <sup>re</sup> à 5 <sup>e</sup> sec.	8	PMV - 4014	67\$
Relaxation et méditation	1 <sup>re</sup> à 5 <sup>e</sup> sec.	3	CS - Salle polyvalente	25\$

# ACTIVITÉS EN SOIRÉE

Cours de Japonais (débutant)	1 <sup>re</sup> à 5 <sup>e</sup> sec.	Mardi 16h30 à 17h30	CS - 5119	70\$ (10 cours)
Cours de Japonais (intermédiaire)	1 <sup>re</sup> à 5 <sup>e</sup> sec.	Mercredi 16h30 à 17h30	CS - 5119	70\$ (10 cours)
Yoga	1 <sup>re</sup> à 5 <sup>e</sup> sec.	Mardi 16h30 à 17h30	CS - Salle polyvalente	70\$ (15 cours)

# ACTIVITÉS SOCIOCULTURELLES

**CRÉATION DE BIJOUX** : Réalisation de bijoux originaux avec l'aide d'une professionnelle. L'école fournira tous les outils pour travailler ton projet. Tu devras fournir le reste du matériel dont tu auras besoin (billes, perles, etc.)

**DONJON & DRAGON** : Venez jouer au plus grand jeu de rôle du monde et vivez une aventure avec vos amis dans l'univers de Donjon et Dragon. Une quête spéciale préparée par les animateurs, qui vous feront vivre une aventure inoubliable.

**LIGUE D'IMPROVISATION DE ROCHEBELLE (LIR)** : Joignez-vous à une équipe de la LIR. Vous serez « coachés » par des joueurs de Malfrats. Il y aura des pratiques et des matchs amicaux .

**CLUB D'ÉCHECS** : Rencontres amicales entre les joueurs d'échecs.

**MIDI-SCIENCES** : Viens découvrir les sciences sous un nouvel angle. Construction de fusées et décollage, fabrication de lunette 3D, spécial «trip bouffe» pour la fin d'année et plein d'autres trucs amusants.

**ROBOTIQUE** : Tu n'as aucune notion en robotique, ce n'est pas grave, viens relever des défis avec nous. Nous t'apprendrons la programmation et tu auras la possibilité de faire partie de la ligue de robotique si tu le désires. (<https://fr-fr.facebook.com/LigueRobotiqueScolaireQuebec/>) Tu peux venir le jour 3, 5 ou 8. Tu dois être présent au moins 1 jour/cycle.

**ATELIER DE DESSIN ET CRÉATION** : Projets artistiques, impressionnants et simples de fabrication. Expérimentation de plusieurs techniques et matériaux.

**COUTURE, CRÉATION ET TRANSFORMATION DE VÊTEMENTS**: Acquérir une base en couture. Réparation à la main et à la machine à coudre. Dans ce cours vous créerez, transformerez des vêtements et vous ferez un sac. Le choix du tissu sera propre à chacun et devra être acheté par le participant.

**RELAXATION ET MÉDITATION**: Ce cours s'adresse à toutes les personnes qui désirent prendre du temps pour eux et de marquer une pause dans l'agitation du quotidien. Les séances incluront des techniques de relaxation, de yoga, de visualisation et de méditation guidée.

**COURS DE JAPONAIS** : Introduction au Japonais selon votre niveau, soit débutant ou intermédiaire. (10 cours, à partir de la semaine du 21 janvier à la semaine du 1er avril inclusivement)

**YOGA** : Ces séances de Yoga s'adressent à toutes les personnes qui désirent prendre du temps pour eux et marquer une pause dans l'agitation du quotidien. (15 cours, à partir de la semaine du 21 janvier à la semaine du 7 mai inclusivement)

# ACTIVITÉS SPORTIVES

ACTIVITÉS	Max.	NIVEAU	ORGANISATION	JOUR	LOCAL	COÛT
Badminton	40	1 à 5	Participation libre	9	Complexe	8,00 \$
Basket	40	1 à 5	Participation libre	2-5	Complexe	15,00 \$
Filles en forme	30	1 à 5	Animation	2	PCB	8,00 \$
Gymnastique (groupe A)	40	1-2	Participation libre	1-5	Palestre	15,00 \$
Gymnastique (groupe B)	40	1-2	Participation libre	3-9	Palestre	15,00 \$
Hockey sur glace	30	1 à 5	Participation libre	5-9	Aréna	15,00 \$
Patinage libre	30	1 à 5	Participation libre	3-8	Aréna	15,00 \$
Soccer	40	1 à 5	Participation libre	1-8	Complexe	15,00 \$
Volleyball	40	1 à 5	Participation libre	1-5	PCB	15,00 \$
Conditionnement physique	30	3-4-5	Participation libre	1	Salle d'ent.	8,00 \$
Conditionnement physique	30	3-4-5	Participation libre	3	Salle d'ent.	8,00 \$
Conditionnement physique	30	3-4-5	Participation libre	4	Salle d'ent.	8,00 \$
Conditionnement physique	30	3-4-5	Participation libre	5	Salle d'ent.	8,00 \$
Conditionnement physique	30	3-4-5	Participation libre	6	Salle d'ent.	8,00 \$
Conditionnement physique	30	3-4-5	Participation libre	7	Salle d'ent.	8,00 \$
Conditionnement physique	30	3-4-5	Participation libre	9	Salle d'ent.	8,00 \$
Conditionnement physique	30	3-4-5	Participation libre	Lundi, mercredi jeudi (16h30)	Salle d'ent.	35,00 \$

Informations au département d'éducation physique au PCB



Bains libres tous les midis de 12 h 05 à 13 h 10

**Piscine**