



**PROGRAMME DE LOISIRS
2024-2025**



**COLLÈGE
HÉRITAGE**
de Châteauguay

***Ados actifs,
vie dynamique :
sports et culture
pour tous les goûts !***

PROGRAMME SPORTIF 2024-2025



COLLÈGE
HÉRITAGE
de Châteauguay

Le Collège Héritage de Châteauguay est heureux de vous dévoiler son programme sportif pour l'année scolaire 2024-2025.

Afin de permettre à chaque élève de réaliser son plein potentiel, nous proposons une gamme variée d'activités sportives tant parascolaires qu'à l'heure du midi, offrant ainsi des opportunités pour des réussites enrichissantes.

Nous sommes convaincus que les activités sportives favorisent l'intégration, encouragent l'ouverture d'esprit et contribuent au développement personnel des élèves.

Les VALEURS que nous promouvons sont le respect, l'engagement et une solide éthique sportive.

Notre OBJECTIF est d'aider les élèves à adopter de saines habitudes de vie tout en favorisant leur épanouissement et leur développement en tant que jeunes ambassadeurs motivés à apporter une contribution positive à notre société.

Chantal Crevier, responsable des sports
(450) 692-5578 poste 249 ccevier@college-heritage.ca



SPORTS 2024-2025



COLLÈGE
HÉRITAGE
de Châteauguay

Comment s'inscrire à une activité sportive?

Parascolaire :

1. Participer au camp d'essai , s'il y a lieu.
2. S'inscrire sur le Pluriportail du collège, dans les délais impartis : Communauté/ Activités / Équipes sportives
3. Suite au camp d'essai et à l'inscription sur le Pluriportail, nous te confirmerons officiellement si tu fais partie d'une équipe parascolaire. Tes parents devront payer les frais d'inscription.
4. Signer le contrat d'engagement du Titan

Sports-midi

1. Forme une équipe avec tes amis.
2. Inscris ton équipe sur le formulaire placé sur le babillard du gymnase
3. Regarde dans Studyio, ton agenda électronique, pour connaître les journées où tu joueras.



SPORTS 2024-2025



Volleyball féminin **POUR LES ÉLÈVES DU SECONDAIRE**



Camp d'essai (obligatoire pour intégrer l'équipe) : du 26 août au 12 septembre 2024
* 10 à 12 athlètes minimum sélectionnées par équipe.

Saison régulière (2 entraînements / semaine) : 16 septembre 2024 à avril 2025

Benjamin

1^{re} et 2^e secondaire

Dates de naissance : Du 1^{er} oct. 2010 au 30 sep. 2012

Cadet

3^e et 4^e secondaire

Dates de naissance : Du 1^{er} oct. 2008 au 30 sep. 2010

Juvenile

5^e secondaire

Dates de naissance : Du 1^{er} juillet 2006 au 30 sep. 2008

650\$

saison régulière

50\$

Uniforme des Titans

SPORTS 2024-2025

Basketball POUR LES ÉLÈVES DU SECONDAIRE



camp d'essai (obligatoire pour intégrer l'équipe) : du 26 août au 12 septembre 2024
* 12 à 15 athlètes sélectionnés par équipe.

Saison régulière (2 entraînements / semaine) : 16 septembre 2024 à avril 2025

Benjamin

1^{re} et 2^e secondaire

Dates de naissance : Du 1^{er} oct. 2010 au 30 sep. 2012

Cadet

3^e

Dates de naissance : Du 1^{er} oct. 2009 au 30 sep. 2010

Juvenile

4^e et 5^e secondaire

Dates de naissance : Du 1^{er} juillet 2006 au 30 sep. 2009

665\$

saison régulière

108\$

Uniforme des Titans
Chandail réversible et shorts

SPORTS 2024-2025

Futsal POUR LES ÉLÈVES DU SECONDAIRE



Camp d'essai (obligatoire pour intégrer l'équipe) : du 26 août au 12 septembre 2024

* 12 à 15 athlètes sélectionnés par équipe.

Saison régulière (2 entraînements / semaine) : 16 septembre 2024 à avril 2025

Benjamin

1^{re} et 2^e secondaire

Dates de naissance : Du 1^{er} oct. 2010 au 30 sep. 2012

Cadet

3^e et 4^e secondaire

Dates de naissance : Du 1^{er} oct. 2008 au 30 sep. 2010

Juvenile

4^e et 5^e secondaire

Dates de naissance : Du 1^{er} juillet 2006 au 30 sep. 2008

640\$

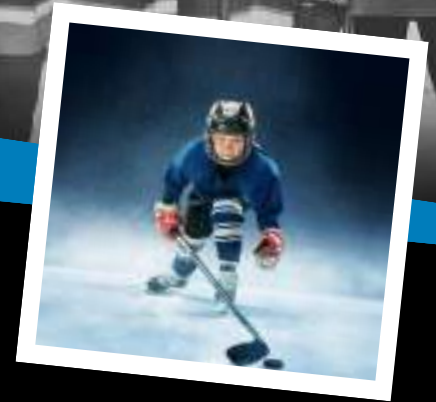
saison régulière

90\$

Uniforme des Titans
Chandail et shorts

SPORTS 2024-2025

Hockey D4 POUR LES ÉLÈVES DU SECONDAIRE



Saison régulière (1 entraînement sur glace / semaine) : octobre 2024 à mars 2025

- 20 pratiques sur glace, lors de la saison
- 20 pratiques hors glace
- 12 parties de hockey, lors de la saison régulière, étalées sur 6 matins de la semaine entre 8h et 13h.

* Minimum de 12 joueurs par équipe pour débiter la saison

**Niveau civil simple lettre

M14

1^{re} et 2^e secondaire

Dates de naissance : Du 1^{er} oct. 2010 au 30 sep. 2012

M15

1^{re}, 2^e et 3^e secondaire

Dates de naissance : Du 1^{er} oct. 2009 au 30 janv. 2011

M18

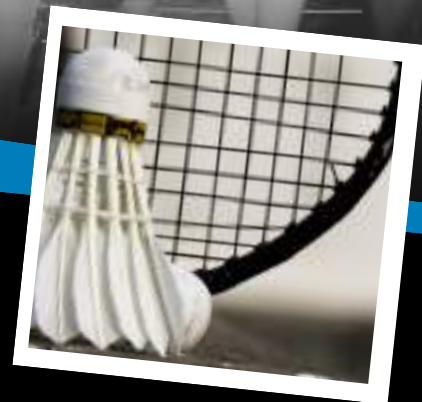
3^e, 4^e et 5^e secondaire

Dates de naissance : Du 1^{er} oct. 2006 au 30 janv. 2009

925\$
saison régulière

SPORTS 2024-2025

Badminton POUR LES ÉLÈVES DU SECONDAIRE



Camp d'essai (obligatoire pour intégrer l'équipe) : du 26 août au 12 septembre 2024

Saison régulière (1 entraînement / semaine) : 16 septembre 2024 à avril 2025

*À confirmer

**14 athlètes sélectionnés

Benjamin

1^{re} et 2^e secondaire

Dates de naissance : Du 1^{er} oct. 2010 au 30 sep. 2012

Cadet

3^e et 4^e secondaire

Dates de naissance : Du 1^{er} oct. 2008 au 30 sep. 2010

juvénile

4^e et 5^e secondaire

Dates de naissance : Du 1^{er} juillet 2006 au 30 sep. 2008

350\$

saison régulière

50\$

Uniforme des Titans

SPORTS 2024-2025

Flag football (ÉQUIPE FÉMININE ET ÉQUIPE MASCULINE) **POUR LES ÉLÈVES DU SECONDAIRE**

Camp d'essai (obligatoire pour intégrer l'équipe) : fin janvier 2025, date à confirmer
Saison régulière (2 entraînements / semaine) : mi-février au début juin 2025

Cadet

3e et 4e secondaire

Dates de naissance : Du 1er oct. 2008 au 30 sep. 2010

juvénile

4e et 5e secondaire

Dates de naissance : Du 1er juillet 2006 au 30 sep. 2008



350\$
pour la saison

50\$
Uniforme des Titans

SPORTS 2024-2025

Cross-country

POUR LES ÉLÈVES DU PRIMAIRE ET DU SECONDAIRE

Camp d'essai : semaine du 26 août au 12 septembre 2024

Saison régulière (1 entraînement / semaine) :

Du 16 septembre au 6 décembre 2024 et du 7 avril au 30 mai 2025

180\$

saison régulière



SPORTS 2024-2025

Fillactive

ÉQUIPE MULTISPORTS NON COMPÉTITIVE FÉMININE

Saison régulière (1 entraînement / semaine) :
Du mois d'octobre 2024 au mois de mai 2025

Deviens membre

155\$

Comprends :

- Événements festifs de Fillactive
- Articles aux couleurs de Fillactive (ex. chandails, bouteille d'eau, etc.)
- Conférences
- Outils en lignes (programme de course, vidéos d'entraînements, etc.)
- Activités sur l'heure du midi et après l'école



Fais partie du comité

FILLACTIVE

Tu es en 3e, 4e ou 5e secondaire? Deviens ambassadrice en rejoignant le comité de Fillactive et deviens **membre gratuitement!**

- Anime, en équipe, des séances d'activité physique sur l'heure du midi.
- Organise, avec l'aide de la responsable des sports, des activités et des événements spéciaux qui feront bouger les élèves.

SPORTS-MIDI 2024-2025



Danse

2 entraînements / cycle
Dès la mi-septembre
(Essai en septembre)

Sur l'heure du midi

**Possibilité de participation au spectacle de Noël et au Méga Show*

Pour les élèves du primaire et du 1er et 2e secondaire

Avec Mme Primeau



Yoga

1 fois / mois
Dès la mi-septembre

Sur l'heure du midi

Pour les élèves du primaire et secondaire

Avec Mme Annick Gauthier



Course à pieds

2 entraînements / cycle
Dès la mi-septembre
(Essai en septembre)

Sur l'heure du midi

Pour les élèves du primaire et secondaire

Avec Mme Roussel

Inscription obligatoire sur le babillard du gymnase.

SPORTS-MIDI 2024-2025



Tournois amicaux sur l'heure du dîner. Afin de participer à ces activités gratuites, tu dois t'inscrire près du gymnase.

Ligues :

Primaire

Secondaire 1 et 2

Secondaire 3, 4 et 5

Sports :

- Volleyball
- Futsal
- Dek-hockey
- Ping-pong
- Ballon chasseur

Autres activités

D'autres activités sportives seront organisées sur l'heure du midi. Suivez nos réseaux sociaux et les babillards de l'école pour être à l'affût des nouveautés.



SPORTS 2024-2025

Sorties

CF MONTRÉAL
LES ROCKETS DE LAVAL
SORTIES DE SKI

AUTRES SORTIES À VENIR

Dates et prix à venir



FORMATIONS

FORMATION DE SECOURISTE GÉNÉRAL (16H) : 28 ET 29 NOVEMBRE 2024

PRIX À VENIR

MATÉRIEL ET CERTIFICATION INCLUS

15 ANS ET PLUS

*MINIMUM DE 12 PARTICIPANTS

FORMATION DE GARDIENS AVERTIS : 28 NOVEMBRE 2024

PRIX À VENIR

LE PRIX INCLUS LE MANUEL ET CERTIFICATION

11 À 15 ANS

*16 À 30 PARTICIPANTS

D'AUTRES FORMATIONS À VENIR

SPORTS 2024-2025

Activités spéciales

AU COLLÈGE HÉRITAGE

LA COURSE COULEURS : SEPTEMBRE

L'AUTOMNE QUI COURT : SEPTEMBRE ET OCTOBRE

CLASSIQUE HIVERNALE : FÉVRIER

MOIS DE L'ALIMENTATION : MARS

GALA SPORTIF DES TITANS : MAI

MOIS DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET LES CUBES D'ÉNERGIE: MAI



AUTRES ACTIVITÉS À VENIR



Boutique en ligne :

<https://affiliated-sports.com/collections/college-heritage-chateauguay>



Collège Héritage de Châteauguay Inc.



Collegeheritage



<https://www.collegeheritage.ca>

PROGRAMME CULTUREL 2024-2025



COLLÈGE
HÉRITAGE
de Châteauguay

Le Collège Héritage de Châteauguay est heureux de vous dévoiler son programme culturel pour l'année scolaire 2024-2025.

Afin de permettre à chaque élève de stimuler sa créativité, d'élargir ses horizons et de développer sa pensée critique, nous proposons une gamme variée d'activités culturelles tant parascolaires qu'à l'heure du midi, offrant ainsi des moments ludiques et éducatifs.

Les activités culturelles favorisent la socialisation, l'intégration, encouragent l'ouverture d'esprit et contribuent au développement personnel des élèves.

Les VALEURS que nous promouvons sont la créativité, l'engagement, l'innovation et le bien-être.

Notre OBJECTIF est d'aider les élèves à développer leur créativité et leur esprit critique tout en favorisant leur épanouissement et leur développement en tant que jeunes ambassadeurs motivés à apporter une contribution positive à notre société.

Geneviève Gauthier, responsable des loisirs culturels
(450) 692-5578 poste 229 ggauthier@college-heritage.ca



PROGRAMME CULTUREL 2024-2025 Sur l'heure du midi

Comité de la vie étudiante

Suite à des élections à l'intérieur de chaque niveau, les représentants formeront le comité de la vie étudiante. Ceux-ci se réunissent deux à trois midis par cycle de 15 jours et discutent au nom de leur classe des sujets qui concernent le bien des jeunes de l'école et aident à l'organisation des journées thématiques et des fêtes populaires.

Ce comité fera ses recommandations aux membres de la direction en cours d'année.

Tournée de classes : Du 3 au 6 septembre 2024

Inscriptions : Du 3 au 19 septembre 2024

Date d'élections : 8 octobre 2024

Comités des finissants

Chapeauté par Madame G. Gauthier, ces comités sont responsables de toutes les activités reliées aux finissants : bal, remise de diplômes, album, activités de financement, chandails, sorties et activités rassembleurs, etc.

** Les rencontres pour ces comités seront établies selon les activités en cours

- Comité bal
- Comité album
- Comité souvenirs



SUITE AU SONDAGE, D'AUTRES ACTIVITÉS ET COMITÉS SERONT ORGANISÉS.

ACTIVITÉS MIDI 2024-2025



<i>Club d'échec</i>	<i>Club Génies en herbe</i>	<i>Club de cartes Magic</i>
Dès octobre-novembre au local 334 Sur l'heure du midi	Dès octobre-novembre au local 334 Sur l'heure du midi	À partir de novembre dans la classe titulaire de M. Charron Sur l'heure du midi
Pour les élèves du primaire et secondaire	Pour les élèves du primaire et secondaire	Pour les élèves du primaire et secondaire
Avec M. Roussin et M. Black	Avec M. Roussin et M. Black	Avec M. Charron

Inscription obligatoire.

ACTIVITÉS MIDI 2024-2025



Atelier culinaire

Dès septembre,
à la salle
multifonctionnelle

2 jeudis par mois, sur
l'heure du midi

Pour les élèves du
primaire et secondaire

Avec Mme Leclerc



Club Entraide

Date et lieu à déterminer
Débute en novembre

Sur l'heure du midi

Pour les élèves du
primaire et secondaire

Avec Mme Annick
Gauthier



Club d'artisanat

À partir de novembre à
la salle
multifonctionnelle

Sur l'heure du midi

Pour les élèves du
primaire et secondaire

Avec Mme Cicciarelli

ACTIVITÉS MIDI 2024-2025



Club de D&D

Dès fin-septembre
à la salle
multifonctionnelle
Sur l'heure du midi

Pour les élèves du
primaire et secondaire

Avec M. Beaudoin



Club de Jardinage

Vers Février-Mars
Sur l'heure du midi

Pour les élèves du
primaire et secondaire

Avec Mme Lévis



Midi-Zen

Dès fin-septembre
à la salle
multifonctionnelle
Sur l'heure du midi

Pour les élèves du
primaire et secondaire

Avec Mme G.Gauthier
Mme Hébert et Mme
Ruel

ACTIVITÉS MIDI 2024-2025



<i>Jeux de Société</i>	<i>Zone Finissants</i>	Bingo, Recherche et Trouve et activités diverses
<p>Dès septembre ou octobre dans le grenier du manoir</p> <p>Sur l'heure du midi</p>	<p>À la Palestre Théâtre</p> <p>Sur l'heure du midi</p>	<p>Dès la rentrée Emplacement selon l'activité</p> <p>Sur l'heure du midi</p>
<p>Pour les élèves du primaire et du secondaire</p>	<p>Pour les élèves de 5e secondaire</p>	<p>Pour les élèves du primaire et du secondaire</p>
<p>Avec Mmes</p>	<p>Avec Mme Cicciarelli</p>	<p>Avec Mme G.Gauthier</p>

ACTIVITÉS PARASCOLAIRES 2024-2025

Technique de scène

215\$

Un soir par deux semaines de novembre à mai , 16h30 à 18h

Inscription sur le Pluriportail :

Activités / Parascolaire culturels / technique de scène

Tu apprendras à:

- Concevoir des éclairages de scènes et des environnements sonores
- T'occuper de la régie lors d'un événement
- Monter et démonter une scène ainsi que l'équipement technique

Et tu seras capable:

d'assurer les opérations techniques reliées aux activités culturelles du Collège

Groupe rock

(Prix à déterminer)

Horaire à déterminer, début en novembre

Inscription sur le Pluriportail :

Activités / Parascolaire culturels / groupe de rock

Tu as envie de faire de la musique, de jouer de la musique avec d'autres passionnés, de pratiquer des chansons et de faire un spectacle ? Inscris-toi pour faire partie du groupe alternatif ou rock.

À noter que tu dois déjà savoir jouer de ton instrument de musique.



ACTIVITÉS PARASCOLAIRES 2024-2025

Club d'improvisation (Prix à déterminer)

Horaire à venir, début en hiver

Inscription sur le Pluriportail :

Activités / Parascolaire culturels / club d'improvisation

Viens explorer ta spontanéité et ton écoute, apprendre les règles du jeu théâtral, jouer selon les règles des matchs d'impros de la LNI et développer ta créativité en trouver l'aisance de parler et d'agir en public.



Cours de photographie (Prix à déterminer)

Un soir par deux semaines de novembre à mai , 16h30 à 18h

Inscription sur le Pluriportail :

Activités / Parascolaire culturels / photographie

Apprend à capturer le moment présent en photo, comprendre les différentes fonctions de ton appareil photo ou ta caméra de téléphone cellulaire, apprendre les diverses compositions et cadrages d'une photo, te familiariser avec les logiciels de traitement de l'image et amorcer les démarches du développement de photo.

À noter que tu dois avoir un caméra numérique (cellulaire accepté)

ACTIVITÉS PARASCOLAIRES 2024-2025

Cours de Rap

(Prix à déterminer)

Horaire à venir, selon intérêt
Inscription sur le Pluriportail :
Activités / Parascolaire culturels / rap

Viens apprendre l'écriture d'une chanson rap grâce aux champs lexicaux, l'écriture d'une "punchline", faire des exercices de prosodie et créer, en groupe, votre propre chanson de rap, en français.



Cours de couture

(Prix à déterminer)

Horaire à venir, selon intérêt
Inscription sur le Pluriportail :
Activités / Parascolaire culturels / couture

Viens apprendre les bases de la couture, de l'upcycling et de la réalisation de cosplay.

Cours de danse ou Zumba

(Prix à déterminer)

Horaire à venir, selon intérêt
Inscription sur le Pluriportail :
Activités / Parascolaire culturels / danse

Viens danser dans une ambiance de fête et t'amuser en bougeant.

ACTIVITÉS PARASCOLAIRES 2024-2025

Méga show

Tu as le sens du spectacle? Viens montrer tes talents en danse, chant, musique, cirque, humour, magie ou tout autre art de la scène en participant à un spectacle qui a su faire ses preuves d'années en années et faire vibrer nombre de spectateurs!

(Appel à tous : nous avons toujours besoin d'animateurs, d'aide de scène, de techniciens de scène et toute autre aide connexe proposée.)

Séance d'information : Mi-octobre, à venir

Auditions : sur l'heure du dîner du 4 au 7 novembre 2024

Pratiques : 1 à 2 soirs par semaine ou sur l'heure du midi

Dates des spectacles : 3 et 4 avril 2025, 3 représentations devant élèves,
1 représentation devant parents et amis

Responsables : Geneviève Gauthier et Simon Roussin

