

ACTIVITÉS PARASCOLAIRES



GUIDE 2026-2027

SOMMAIRE

Informations importantes

Nos ressources	3
Inscriptions	4
Politiques d'annulation et de remboursement	82

Activités culturelles

Atelier d'art	6
Cours de cuisine	7
Cours de pâtisserie	7
Club d'échecs	8
Création de musique assistée par ordinateur	9
Génies en herbe	10
Photographie	11

Arts de la scène

Initiation à la technique de scène	13
Initiation au Théâtre Nouveauté	14
Improvisation	15

Troupe de Théâtre

Conception des décors et des costumes	17
Interprétation	17

Danse

Programme de danse cours régulier	19
Programme de danse cours avancé	20

Musique

Programme de musique	22
Programme d'orchestre	23
Programme Pop/Jazz	23
Cours privés	24
Découvre un instrument Nouveauté	25

Sciences, santé et formations

Robotique EPM	27
Robotique Lego® Mindstorms®	27
Au cœur de notre santé, une introduction à la médecine	28
Sauvetage aquatique	29

Service d'animation spirituelle et d'engagement communautaire (SASEC)

Initiation chrétienne	32
Baptême 1	34
Baptême 2	34
Première communion	35
Confirmation	36
Profession de foi	36
Bénévolat	37
Aide aux devoirs	38
Baobab familial	39
Ludic	39
Soutien aux repas à l'IUGM	40
Soutien aux repas au centre hospitalier de St.Mary	40
Soutien des loisirs aux aînés à l'IUGM	41

Comités

Album	43
Bal	43
Décoration et affiches	43
Distribution des paniers de Noël	43
Comité des élèves	44
Comité ENVIRO	44
Féminisme Actions Militantes	44
Friperie	45
Comité Histoire et culture Noire	45
Comité hôtes et hôtesse	45
Comité humaniste inclusif	46
Jardin divers	46
Comité saines habitudes	46
Soutien des élèves par des mentors (SEM)	47
Comité de la vie étudiante	47



L'esprit CACTUS

Sports de compétition	49
Inscriptions	50
Athlétisme piste et pelouse	51
Badminton	52
Basketball	53
Basketball entraînement et habilités	54
Flag-football féminin – programme annuel	55
Futsal	58
Hockey sur glace féminin	59
Lutte Nouveauté	60
Natation	61
Triathlon	62
Ultimate frisbee	63
Volleyball	64
Sports d'excellence	66
Football, Futsal Féminin, Futsal masculin	
Hockey masculin	

Activités sportives récréatives

Athlétisme extérieur	68
Cross-country	69
Entraînement de cross-country	70
Ligue intramurale de futsal	71
Ligue intramurale de soccer extérieur	71
Cours de natation débutant	72
Natation récréative	72
Sauvetage aquatique de compétition	73
Tennis de table	74

Voyages

Toronto - Niagara Falls	76
Paris - Échange étudiant	76
Portugal - Les Açores	77
Espagne - Andalousie	77
Toronto - finissants	78
Grèce Antique et Météores - finissants	79
Paris en musique	80
Immersion futsal au Brésil	81

NOS RESSOURCES

Frédérique Asselin

Directrice du département de musique
fasselin@collegenotredame.com

Scott Bailey

Coordonnateur du programme de hockey
sbailey@collegenotredame.com

Camille Bélanger

Chargée de programme Flag-Football
cbelanger@collegenotredame.com

Florence Bouchard

Technicienne en éducation spécialisée
fbouchard@collegenotredame.com

John Carey

Animateur vie spirituelle et engagement
communautaire
jcarey@collegenotredame.com

Estelle Chaumier

Technicienne en loisirs, assignée au SASEC
echaumier@collegenotredame.com

Anne Desaulniers

Directrice des communications et
de la philanthropie
communications@collegenotredame.com

Benoit Delamarre

Enseignant science
bdelamarre@collegenotredame.com

Laurence Desjardins

Sexologue - prévention de la consommation
ldesjardins@collegenotredame.com

Mathieu Fortier

Chargé de programme volleyball
mfortier@collegenotredame.com

Nicolas Giovanni

Chargé de programme de futsal
ngiovanni@courriel.cnd.qc.ca

Pierre-Émile Harvey

Coordonnateur du programme de football
et entraîneur-chef juvénile D1
pharvey@collegenotredame.com

Catherine Labbé

Coordonnatrice des sports de compétition
clabbe@collegenotredame.com

Véronique Laverdière

Coordonnatrice du programme de futsal
vlaverdiere@collegenotredame.com

François Lavigne

Chargé de programme Ultimate
flavigne@collegenotredame.com

Marie-Eve Lavoie

Psychoéducatrice
mlavoie@collegenotredame.com

Vanessa Peyronny

Technicienne en administration – Vie scolaire
vpeyronny@collegenotredame.com

Stéphane Loyrion

Chargé de programme basketball
sloyrion@collegenotredame.com

Roxane Mercier-Boucher

Enseignante français
rmercier-boucher@collegenotredame.com

Johanne Morisset

Coordonnatrice du programme de danse
jmorisset@collegenotredame.com

Rémi Yergeau Morissette

Coordonnateur du département de musique
rymorissette@collegenotredame.com

Marc-Olivier Toupin

Enseignant univers social
motoupin@collegenotredame.com

Kyla Rollinson

Chargée de programme Natation & Triathlon
krollinson@courriel.cnd.qc.ca

Anie Rousseau

Coordonnatrice à la vie étudiante et des
activités parascolaires socioculturelles
arousseau@collegenotredame.com

Brandon Smith-Drouin

Chargé de programme Athlétisme
bsdrouin@collegenotredame.com

Jean-François St-Pierre

Intervenant à la réussite scolaire
jfstpierre@collegenotredame.com

INSCRIPTION ET PAIEMENT POUR LES ACTIVITÉS PARASCOLAIRES

L'inscription et le paiement pour les activités parascolaires doivent se faire en ligne via le portail du parent en cliquant sur les onglets de gauche de *Mon Dossier* « Activités → Inscription en ligne → Activités parascolaires → activités culturelles, de formation ou sportives » au lien suivant :



<https://collegenotredame.coba.ca/CapNet/login.asp>



Prendre note qu'une fois la date limite d'inscription et de paiement passée, l'inscription à une activité dépend du nombre de places disponibles pour cette activité et doit se faire en communiquant avec les différents responsables.



ACTIVITÉS CULTURELLES





ATELIER D'ART

Tu aimes inventer, fabriquer et développer ta créativité? Un cours spécialisé en arts s'offre à toi! À chacun des ateliers, différentes techniques en 2D (dessin, peinture) et 3D (modelage) seront explorés. Tu seras guidé par Véronique Lespérance, spécialiste en arts plastiques et médiatiques, dans des créations atypiques pour développer ton style unique. Viens créer et rencontrer d'autres créateurs dans une ambiance décontractée.

1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

mardi de 16 h 30 à 18 h



LIEU

local d'arts plastiques au B-132



SESSION AUTOMNE

du 15 septembre au 1^{er} décembre 2026

Inscriptions du 17 août à 9 h

au 10 septembre 2026 à midi



SESSION HIVER

du 19 janvier au 13 avril 2027

inscriptions jusqu'au 14 janvier à midi



Participants min 8 | max 15

COÛT PAR SESSION : 265 \$

INSCRIPTION





COURS DE CUISINE

Pour les élèves qui désirent développer ou approfondir leur talent culinaire. Cette formation pratique permettra d'acquérir les techniques culinaires fondamentales dans la réalisation de recettes accessibles. L'élève doit simplement fournir des contenants pour apporter à la maison le fruit de son travail à la maison.

Étant donné la forte popularité de cette activité, un tirage au sort sera effectué cette année. Les personnes intéressées doivent s'inscrire gratuitement avant la date limite. À l'issue de cette période, les personnes sélectionnées seront contactées et devront acquitter les frais afin de confirmer leur participation à l'activité. .

Participants min 6 | max 14

COÛT PAR SESSION : 280 \$

INSCRIPTION



COURS DE PÂTISSERIE

Vous voulez apprendre les techniques de base de la préparation en pâtisserie tout en confectionnant des desserts? Tartes aux pommes, brioches à la cannelle, bretzels, muffins, biscuits ou mousse au chocolat sont des exemples de recettes qui seront réalisées pendant ce cours. L'élève doit simplement fournir des contenants pour rapporter à la maison le fruit de son travail. Le cours sera donné par la pâtissière du Collège, Mme Angela Bacal.

Participants min 6 | max 14

COÛT PAR SESSION : 280 \$

INSCRIPTION



2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

jeudi de 16 h 30 à 18 h



LIEU

Cuisine du Collège



SESSION AUTOMNE

du 24 septembre au 17 décembre 2026
inscriptions jusqu'au 16 septembre à midi



SESSION HIVER

du 21 janvier au 29 avril 2027
inscriptions jusqu'au 14 janvier à midi

2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

mardi de 16 h 30 à 18 h



LIEU

Cuisine du Collège



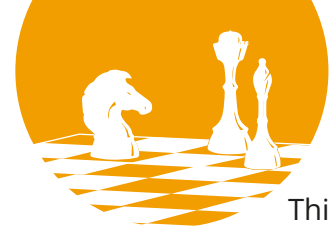
SESSION AUTOMNE

du 22 septembre au 8 décembre 2026
inscriptions jusqu'au 16 septembre à midi



SESSION HIVER

du 19 janvier au 13 avril 2027
inscriptions jusqu'au 14 janvier à midi



CLUB D'ÉCHECS

Thierry Libersan est un entraîneur professionnel d'échecs. Le club d'échecs fait partie du Réseau du sport étudiant. En plus de suivre des cours théoriques et pratiques, l'élève participera entre huit à dix rencontres contre des élèves provenant d'autres écoles ainsi qu'à des finales régionales. Le club est ouvert à tous les niveaux et l'entraîneur formera ses équipes en fonction de la force du joueur.

Participants min 10 | max 30

COÛT POUR L'ANNÉE : 490 \$

INSCRIPTION



1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

mercredi soir de 16 h 30 à 18 h 30
matches les mercredis, horaire à venir



LIEU

local B-439



SESSION ANNUELLE

du 23 septembre 2026 au 28 avril 2027
inscriptions jusqu'au 21 septembre à midi





CRÉATION DE MUSIQUE ASSISTÉE PAR ORDINATEUR

CRÉATION DE MUSIQUE ASSISTÉE PAR ORDINATEUR (MAO) APPRENDRE À COMPOSER AVEC ABLETON LIVE

Ce programme parascolaire s'adresse à tout élève, avec ou sans connaissances musicales, voulant apprendre les fondements de la production musicale sur ordinateur. Le cours a pour but de donner aux jeunes les outils pratiques et théoriques nécessaires pour apprendre à créer et à composer des chansons originales.

Les jeunes seront amenés entre autres à :

- Apprendre les fondements du logiciel Live d'Ableton, ainsi que les bases de la synthèse du son, de l'échantillonnage (*sampling*) et de la théorie musicale (rythme et harmonie).
- Comprendre les différents aspects de la production musicale (instruments réels et virtuels, effets audios, MIDI).
- Développer leur oreille musicale et l'écoute active (structure d'une chanson et styles musicaux) ainsi que leur confiance en soi au sein d'un programme inclusif qui met de l'avant l'émancipation créative.
- Créer leurs propres chansons basées sur les connaissances acquises et les outils mis à leur disposition.

Participants min 4 | max 8

COÛT PAR SESSION : 270 \$

INSCRIPTION



1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

lundi de 16 h 30 à 18 h 30



LIEU

C431 (derrière l'Étude Sainte-Croix)



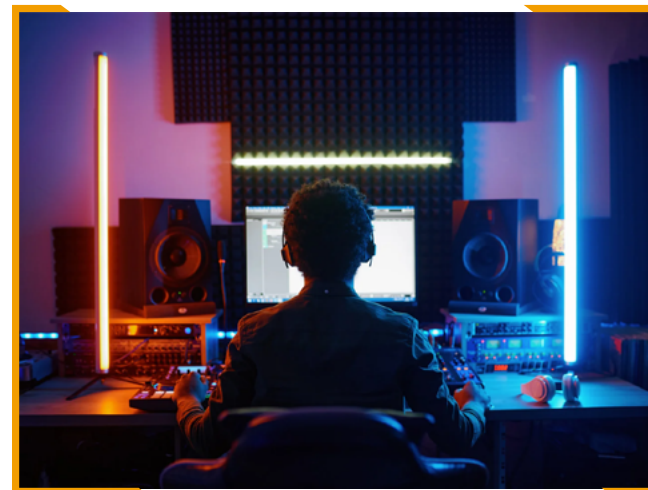
SESSION AUTOMNE

du 21 septembre au 7 décembre 2026
inscriptions jusqu'au 15 septembre à midi



SESSION HIVER

du 18 janvier au 12 avril 2027
inscriptions jusqu'au 13 janvier à midi





GÉNIES EN HERBE

Cette activité convient aux élèves qui possèdent une bonne culture générale et qui désirent aussi approfondir leurs connaissances. Dépendant du nombre d'inscriptions, il est possible de participer à des rencontres contre d'autres écoles du Mouvement provincial Génies en herbe. Généralement, la formule est de cinq rencontres par année, le mardi soir de 16 h 30 à 20 h, à raison de trois à quatre matchs par rencontre.

Participants min 4 | max 12

COÛT POUR L'ANNÉE : 315 \$

INSCRIPTION



1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

1^{er} cycle - lundi soir de 16 h 30 à 18 h
2^e cycle - mercredi soir de 16 h 30 à 18 h
matchs : 5 mardis pendant l'hiver
(dates à venir)



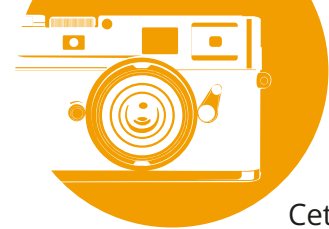
LIEU

local de réunion 131A



SESSION ANNUELLE

1^{er} cycle - du 21 septembre au 26 avril 2027
2^e cycle - du 23 septembre au 28 avril 2027
inscriptions jusqu'au 15 septembre à midi



PHOTOGRAPHIE

Cette activité est destinée aux amateurs de photographie. L'élève sera sensibilisé au fil des semaines à différentes techniques de prise de photos et de plan de vue. S'entremêleront notions théoriques et pratiques par prise de photos sur le terrain du Collège. Les participants vont apprendre le fonctionnement de la caméra, de son objectif, du contrôle de la lumière et de la vitesse, etc. Le traitement et les retouches photos par différents logiciels seront aussi étudiés.

*L'élève doit avoir son propre appareil de photo numérique.

Participants min 5 | max 12

COÛT POUR L'ANNÉE : 495 \$

INSCRIPTION



1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

mercredi de 16 h 30 à 18 h
+ sortie extérieure à déterminer



LIEU

C431 (derrière l'Étude Sainte-Croix)



SESSION ANNUELLE

du 7 octobre au 24 mars 2027
inscriptions jusqu'au 1^{er} octobre à midi



ARTS DE LA SCÈNE





INITIATION À LA TECHNIQUE DE SCÈNE

Formation dans laquelle vous pourrez vous initier aux différents métiers du monde du spectacle, installation de différents systèmes de sons, d'éclairages ainsi que vidéo et le déroulement d'un spectacle pour finir avec une simulation d'événement.

Cette formation vise à vous rendre autonome dans la gestion d'environnements audiovisuels. Elle comprend quatre cours de formation de deux heures, suivis de vingt heures de pratique dans le contexte d'événements. Au cours de leur apprentissage, les participantes et participants seront appelés à mettre en pratique leurs compétences lors de différents événements du Collège, tels que l'Halloween, la matinée symphonique, le concert des harmonies de Noël, le spectacle de danse de décembre, entre autres.

À l'issue du parcours, les élèves ayant complété la formation auront la possibilité d'intégrer l'équipe technique du Collège à titre de technicienne ou technicien.

Participants min 4 | max 10

COÛT PAR SESSION : 180 \$

INSCRIPTION



2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

mardi de 16 h 30 à 18 h 30



LIEU

Auditorium



SESSION AUTOMNE

13 et 20 octobre, 10 et 24 novembre 2026
et événements à déterminer
inscriptions jusqu'au 1^{er} octobre à midi



INITIATION AU THÉÂTRE

Le programme d'initiation au théâtre ouvre grand ses portes pour tous les curieux de la scène et les comédiens en herbe qui souhaitent découvrir et acquérir les notions de base du jeu théâtral.

Au cours de la session, diverses techniques et plusieurs formes de théâtre seront explorés. Toujours dans un esprit de découverte et d'exploration, une grande place sera faite au jeu, et au plaisir : un essentiel du théâtre. Que ce soit en abordant les genres - tragique, comique et dramatique - ; en travaillant l'expression des émotions et des idées, la posture et les déplacements, la voix ; en s'initiant à la création de personnages et à la dramaturgie, plusieurs ateliers seront mis en place pour répondre aux envies et aux questions des participants.

Au terme de la session, ceux-ci auront pu, par le biais d'exercices variés, développer leur jeu d'acteur et leur confiance sur scène.

Participants min 4 | max 16
COÛT PAR SESSION : 315 \$

INSCRIPTION



1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

mardi de 16 h 30 à 18 h



LIEU

Salle Louis-Philippe Morin



SESSION HIVER

du 6 octobre au 23 mars

(sauf les 3 novembre 2026,
5 janvier et 2 mars 2027)

inscriptions jusqu'au 2 octobre à midi



IMPROVISATION

Les équipes d'improvisation recrutent des passionnés de l'imaginaire, des jeunes qui aiment inventer des histoires et faire rire ceux qui les entourent. Tout au long de l'année, les élèves pourront parfaire leurs aptitudes artistiques dans un cadre amusant et stimulant. Les élèves apprendront les notions de base de l'improvisation sous forme d'ateliers et de formations. Ils appliqueront leurs apprentissages lors de rencontres-spectacles contre d'autres écoles. Cette activité est ouverte à tous les élèves désirant sortir de leur zone de confort.

Selon le nombre d'inscription, l'âge et le niveau des participants, des équipes seront formées. Celles-ci auront une douzaine de pratiques les jeudis. Au cours de l'année, une dizaine de matchs sont organisés avec la ligue d'improvisation du RSEQ, répartis durant les jours de la semaine, d'octobre à mars. L'horaire sera partagé à l'automne.

Participants min 4 | max 25

COÛT PAR SESSION : 490 \$

+ 65 \$ pour ceux qui n'ont pas leur chandail de match BAUER bleu

INSCRIPTION



1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

jeudi de 16 h 30 à 18 h 30



LIEU

Salle Louis-Philippe Morin et auditorium,
le premier cours se tiendra à la salle
Louis-Philippe Morin



SESSION ANNUELLE

du 24 septembre au 25 mars 2027
inscriptions jusqu'au 21 septembre à midi





TROUPE DE THÉÂTRE

Vous désirez faire partie d'une équipe créative où votre talent sera mis de l'avant, quel qu'il soit. Initiez-vous aux arts de la scène en participant à la production d'une pièce de théâtre!

Deux volets s'offrent à vous : interprétation ou décor et costumes. Vous aurez la chance d'avoir des cours de théâtre pratiques et théoriques tout en jouant des personnages dans une pièce originale adaptée à votre niveau. En passant par le jeu, la mise en scène, la scénographie, la conception de costumes et de décors, venez créer et jouer dans le plaisir et la passion du théâtre!





CONCEPTION DES DÉCORS ET COSTUMES

Les élèves participant à ce parascolaire vivront une expérience enrichissante dans les coulisses du spectacle. Ils seront guidés par une professionnelle dans la conception des décors et des costumes.

Qu'il s'agisse de participer aux prises de décision, de faire les achats, de construire ou de modifier des éléments du décor, les participants auront l'occasion de développer leurs talents manuels et créatifs.

Participants min 4 | max 8

COÛT PAR SESSION : 335 \$

INSCRIPTION



INTERPRÉTATION

Pour devenir interprète dans la troupe de théâtre, l'élève doit participer à l'audition (gratuite) qui aura lieu le lundi 14 septembre 2025 à l'Auditorium. Aucun texte n'a besoin d'être appris pour les auditions. Des jeux de rôles et des ateliers seront organisés pour sélectionner les interprètes.

Après l'audition, les parents des élèves sélectionnés recevront un courriel confirmant la participation de leur enfant. Ce courriel expliquera également les modalités et le processus de paiement en ligne via le portail pour s'acquitter des frais d'inscription.

COÛT POUR LA SESSION : 755 \$,

payable après acceptation dans la troupe.

Inclus : une fin de semaine du 8 au 10 janvier 2027 au Camp Labelle (nourriture, transport et ateliers.)

INSCRIPTION



1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

lundi de 16 h 30 à 18 h 30

La fréquence des rencontres sera plus espacée à l'automne et hebdomadaire après les Fêtes.



LIEU

Costumier et discothèque
(derrière l'auditorium)



SESSION HIVER

du 16 novembre au 26 mars 2027

+ journée intensive le lundi 1^{er} février 2027
inscriptions jusqu'au 20 octobre à midi

1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

lundi de 16 h 30 à 18 h 30



LIEU

Salle Louis-Philippe Morin et Auditorium



SESSION HIVER

du 14 septembre 2026 au 26 mars 2027

+ journées intensives le vendredi 11 décembre
et le lundi 1^{er} février
+ fin de semaine au Camp Labelle, du 15 au 17
janvier 2027

inscriptions jusqu'au 14 septembre à 9 h

PRÉSENTATION DE LA PIÈCE

Devant les 1^{re} secondaire : le vendredi 19 mars en
après-midi

Devant public : le mardi 23 mars à 17 h,
le mercredi 24 et jeudi 25 mars, à 19 h



Si tu as envie de faire partie d'un groupe dynamique et unique, que tu veux développer une bonne forme physique et que tu veux faire des spectacles et des compétitions, alors inscris-toi au programme de danse !



INSCRIPTION

<https://collegenotredame.coba.ca/CapNet/login.asp>

Activités → Inscription en ligne → Danse



PROGRAMME DE DANSE COURS RÉGULIER

Le programme de formation amènera les élèves à apprendre quatre styles de danse différents, soit le classique, le jazz, le hip-hop et le contemporain. Des cours d'acro-danse se déroulent à quelques reprises durant l'année. Ce programme englobe trois volets :

- Apprentissage technique.
- Entraînement de musculation, d'endurance et de souplesse.
- Activités de création et d'interprétation de la danse.

Pour les nouveaux dans le programme, un t-shirt et un kangourou seront fournis. (Prévoir des frais d'environ 200 \$ pour l'achat des costumes du spectacle de fin d'année.)

COÛT POUR L'ANNÉE* : 805 \$

*Pour tout abandon d'ici le 14 décembre 2026, la politique d'annulation et de remboursement sera appliquée. Après cette date, des frais accessoires de 150 \$ ne seront pas remboursables. Un crédit sera émis selon le prorata des cours suivis, basé sur la balance des frais d'inscription de 655 \$.

INSCRIPTION



1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

1^{re}

mardi soir de 16 h 30 à 18 h 45
+ 2 heures en semaine sur deux études
(détails à venir par courriel selon les groupes au début de l'année)

2^e 3^e 4^e 5^e

jeudi soir de 16 h 30 à 18 h 45
+ 2 heures en semaine sur deux études
(détails à venir par courriel selon les groupes au début de l'année)



SESSION ANNUELLE

du 22 septembre 2026 au 1er juin 2027

Générale le 3 juin - Spectacle le 4 juin

Les pré-inscriptions, pour les anciennes, se tiendront jusqu'au 12 août à 15 h.

Les inscriptions suivront du 17 août à 9 h jusqu'au 16 septembre à 9 h.



Pour plus d'informations, veuillez communiquer avec Mme Johanne Morisset, responsable du programme de danse.



PROGRAMME DE DANSE COURS AVANCÉ

L'ÉLÈVE DOIT FAIRE PARTIE DU PROGRAMME RÉGULIER

Le programme avancé, sur audition seulement, est ouvert aux filles et aux garçons de 1^{re} à 5^e secondaire. Trois styles de danse seront pratiqués, soit le hip-hop, le jazz et le contemporain.

Participants min 6

COÛT PAR STYLE DE DANSE : 370 \$

(prévoir des frais d'environ 200\$ pour l'achat de costumes pour le spectacle de fin d'année)

INSCRIPTION À L'AUDITION



HORAIRE DES AUDITIONS (GRATUIT)

inscriptions du 17 août à 9 h au 30 septembre 2026 à 15 h

JAZZ : le mardi 6 octobre de 17 h à 18 h 30 au P3

CONTEMPORAIN : le mardi 6 octobre de 18 h 30 à 20 h au P3

HIP-HOP : le mercredi 7 octobre de 16 h 30 à 18 h 30 à la salle de danse

1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

JAZZ

mardi de 17 h à 18 h et
vendredi 16 h 30 à 18 h

HIP-HOP

mercredi de 16 h 30 à 18 h 30

CONTEMPORAIN

mardi de 18 h à 20 h



LIEU

salle de danse



SESSION ANNUELLE

JAZZ

du 13 octobre au 1^{er} juin 2027

HIP-HOP

du 14 octobre au 2 juin 2027

CONTEMPORAIN

du 13 octobre au 1^{er} juin 2027

inscriptions jusqu'au 30 septembre à 15 h



Pour plus d'informations, veuillez communiquer avec Mme Johanne Morisset, responsable du programme de danse.





Basse électrique
Basson
Batterie
Chant
Clarinette
Cor
Contrebasse
Euphonium
Flûte traversière
Guitare
Hautbois



Percussions
Piano
Saxophone
Trombone
Trompette
Tuba
Violon



UNE EXPÉRIENCE MUSICALE COMPLÈTE !

Le département de musique du Collège Notre-Dame offre une formation musicale de grande qualité qui met à l'avant-plan la musique d'ensemble depuis 1928. Notre équipe enseignante chevronnée propose des leçons adaptées aux élèves, qu'ils soient débutants, intermédiaires ou avancés.

En plus du cours de musique intégré à l'horaire des élèves du 1^{er} cycle, il est possible de faire de la musique en parascolaire grâce à nos différents programmes.

- PROGRAMME D'ORCHESTRE
- PROGRAMME POP / JAZZ
- PROGRAMME EN PRIVÉ

L'inscription à l'un de nos programmes permet à l'élève de vivre une expérience de groupe unique qui l'amènera à participer à des concerts, des festivals, des concours et des camps musicaux. Le département de musique est aussi un environnement accueillant et stimulant qui contribue à tisser des liens entre les jeunes du Collège.

Après seulement quelques semaines, nos musiciens y développent déjà un grand sentiment d'appartenance. Tu veux apprendre la musique et jouer d'un instrument? Inscris-toi au département de musique !

INSCRIPTION

<https://collegenotredame.coba.ca/CapNet/login.asp>

Activités → Inscription en ligne → Musique



Pour plus d'informations concernant ce programme, veuillez communiquer avec le département par téléphone au 514 739-3371 (poste 2499) ou par courriel à musique@collegenotredame.com



PROGRAMME D'ORCHESTRE

Le programme d'orchestre comprend 28 cours individuels personnalisés, deux répétitions d'orchestre hebdomadaires et le prêt d'un instrument en plus d'un accès au département de musique pendant les études.

L'élève aura aussi l'occasion de participer à deux festivals et à des concerts de classe et d'ensemble. Sont aussi offerts : les services de musiciens accompagnateurs, et l'opportunité de participer à des camps musicaux (\$)

COÛT POUR L'ANNÉE : 1 780 \$

Inclus : un kangourou du département de musique pour les nouvelles inscriptions

INSCRIPTION



1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

1^{re}

NOUVELLE HARMONIE

lundi et mercredi 16 h 30 à 17 h 30

2^e

HARMONIE DU COLLÈGE NOTRE-DAME

mardi et jeudi de 16h30 à 17h30

3^e 4^e 5^e

ORCHESTRE À VENT

mardi et jeudi de 16 h 30 à 17 h 45



SESSION ANNUELLE

inscriptions jusqu'au 20 mars 2027

2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

à déterminer



SESSION ANNUELLE

inscriptions jusqu'au 20 mars à midi

INSCRIPTION

<https://collegenotredame.coba.ca/CapNet/login.asp>

Activités → Inscription en ligne → Musique



PROGRAMME POP / JAZZ

Ce programme comprend 28 cours individuels personnalisés, une répétition d'ensemble hebdomadaire et le prêt d'un instrument (instrument à vent) en plus d'un accès au département de musique pendant les études.

L'élève pourra aussi participer à des concerts de classe et d'ensemble, et à des prestations lors de certains événements scolaires. Le programme POP/JAZZ comprend aussi les services de musiciens accompagnateurs, et l'opportunité de participer à des camps musicaux (\$)

COÛT POUR L'ANNÉE : 1 850 \$

Inclus : un kangourou du département de musique

INSCRIPTION





COURS PRIVÉS

Les cours privés comprennent 28 cours individuels personnalisés et le prêt d'un instrument (si disponible), un accès au département du musique pendant les études, ainsi que la participation à des concerts de classe et les services d'un pianiste accompagnateur.



COÛT PAR SESSION : 1 685 \$

INSCRIPTION



1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

à déterminer



SESSION ANNUELLE

inscriptions jusqu'au 20 mars à midi

INSCRIPTION

<https://collegenotredame.coba.ca/CapNet/login.asp>

Activités → Inscription en ligne → Musique



DÉCOUVRE UN INSTRUMENT !

Le programme «découvre un instrument» comprend 5 cours privés d'un instrument au choix (piano, violon, guitare, guitare basse, batterie, chant, et tous les instruments à vent), le prêt d'un instrument, si disponible et un accès au département de musique durant les périodes d'études, sur l'heure du dîner et après l'école.

COÛT PAR SESSION : 325 \$

INSCRIPTION



1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

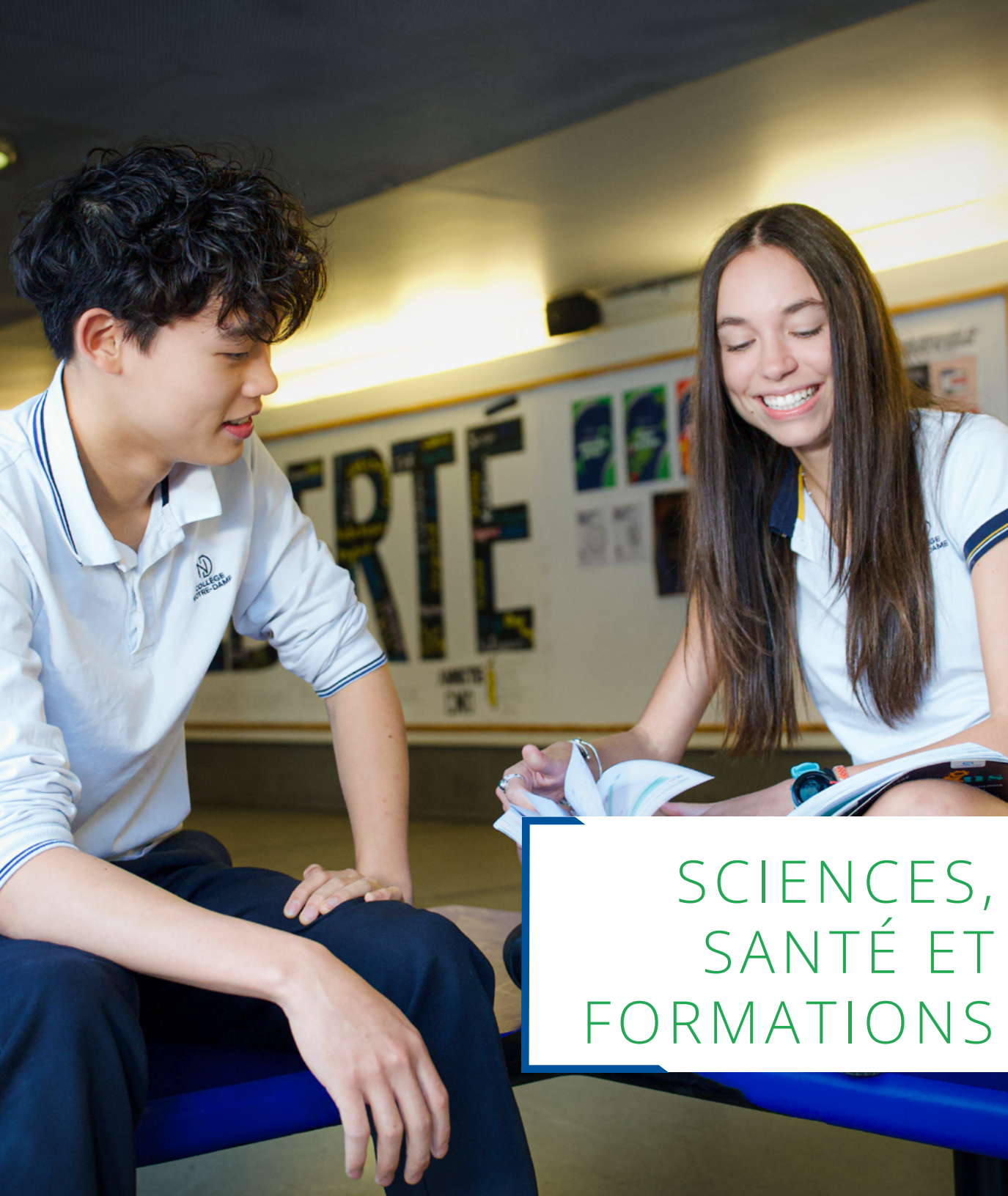
à déterminer



SESSION ANNUELLE

inscriptions jusqu'au 20 mars à midi





SCIENCES, SANTÉ ET FORMATIONS





ROBOTIQUE EPM

Électronique, Programmation & Modélisation 3D

L'activité permettra aux participants d'explorer l'électronique, la robotique, la programmation (par blocs ou en langage C) et la modélisation 3D pour l'impression. À travers des projets adaptés à leur niveau, les plus jeunes utiliseront la technologie micro:bit, tandis que les plus expérimentés travailleront avec Arduino.

Participants min 8 | max 16

COÛT POUR L'ANNÉE : 480 \$

INSCRIPTION



ROBOTIQUE LEGO® MINDSTORMS®

Cette activité initie les participants à la programmation et à la construction de robots avec LEGO Mindstorms. Les jeunes apprendront à concevoir un robot capable de suivre des lignes, détecter des couleurs et résoudre des labyrinthes tout en se familiarisant avec des concepts clés en programmation.

Participants min 8 | max 16

COÛT PAR SESSION : 280 \$

INSCRIPTION



1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

mercredi de 16 h 30 à 18 h
(24 ateliers au total)



LIEU

atelier de robotique, 231



SESSION ANNUELLE

du 23 septembre au 21 avril 2027
inscriptions jusqu'au 17 septembre à midi

1^{re} 2^e 3^e



HORAIRE

mardi de 16 h 30 à 18 h
(12 ateliers au total)



LIEU

C431 (derrière l'Étude Sainte-Croix)



SESSION AUTOMNE

du 22 septembre au 15 décembre 2026
inscriptions jusqu'au 17 septembre à midi



SESSION HIVER

du 19 janvier au 20 avril 2027
inscriptions jusqu'au 14 janvier à midi



AU CŒUR DE NOTRE SANTÉ, UNE INTRODUCTION À LA MÉDECINE

L'objectif est d'initier les jeunes, à travers 7 ateliers, au monde de la médecine et aux sciences de la santé, dans un format dynamique, accessible et surtout, captivant.

À travers des cas cliniques réalistes et des discussions interactives, les étudiants découvrent les grands systèmes du corps humain, les maladies fréquentes et les bases du raisonnement médical. De plus, à chaque cours, les étudiants seront introduits à une profession paramédicale, comme l'infirmierie, l'ergothérapie et la nutrition. Le tout sans aucune connaissance préalable nécessaire! Aucun devoir ne sera requis de la part des élèves.

Des étudiantes en médecine de l'Université McGill animeront le cours avec l'objectif de partager leur passion pour la médecine tout en éveillant la curiosité scientifique des jeunes. Un certificat de complétion du cours sera fourni à la fin de la session.

Participants min 15 | max 30

COÛT PAR SESSION : 195 \$

INSCRIPTION



4^e

5^e



HORAIRE

lundi de 16 h 30 à 18 h



LIEU

275



SESSION AUTOMNE

du 19 octobre au 7 décembre 2026

inscriptions jusqu'au 8 octobre à midi



SAUVETAGE AQUATIQUE

Quatre formations qui permettent aux élèves d'être certifiés comme assistant ou surveillant-sauveteur au Canada. Ces cours contribueront à améliorer leurs connaissances en premiers soins et en sauvetage, à développer leur forme physique et à les sensibiliser aux dangers que représentent les activités en milieu aquatique. De plus, ces formations leur permettront éventuellement d'occuper un emploi dans le domaine du sauvetage.

Un courriel sera envoyé aux élèves inscrits et à leurs parents moins d'une semaine avant le début du cours pour confirmer certains détails (lieu de rencontre, matériel, logistique, etc.)

* Il est essentiel d'avoir un cadenas pour verrouiller sa case.
Veuillez noter que nous ne sommes pas responsables des effets volés ou perdus.

1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



Pour plus d'informations, veuillez communiquer avec Mme Catherine Labbé, coordonnatrice des sports de compétition.



1 MÉDAILLE DE BRONZE - diplôme d'assistant

15 heures excluant l'examen, menant à l'obtention d'un certificat officiel d'assistant-surveillant-sauveteur en piscine.

Préalables : être âgé de 13 ans et + lors de l'examen OU de détenir le certificat Étoile de Bronze et démontrer des habiletés du niveau Junior 10 de la Croix-Rouge au premier cours.

Matériel fournis : manuel canadien de sauvetage. L'élève doit se procurer le masque de poche et le sifflet.

COÛT : 270 \$

incluant les frais de matériel et administratifs

INSCRIPTION



2 CROIX DE BRONZE - diplôme d'assistant

20 heures excluant l'examen, menant à l'obtention d'un certificat officiel d'assistant-surveillant-sauveteur en piscine ou à la plage.

Préalables : détenir le certificat de Médaille de bronze au premier cours.

Matériel fournis : manuel canadien de sauvetage. L'élève doit avoir le masque de poche et les gants.

COÛT : 285 \$

incluant les frais de matériel et administratifs

INSCRIPTION



HORAIRE

jeudi de 16 h 30 à 19 h 30



LIEU

local de classe pour la théorie et ensuite à la piscine



SESSION AUTOMNE

du 17 septembre au 15 octobre 2026

Examen final : 22 octobre à 16h30

inscriptions jusqu'au 11 septembre à 23 h 59

IMPORTANT

Veuillez noter que selon les règles très strictes de la Société de sauvetage, le participant ne peut manquer plus de **25 % des heures de cours** s'il veut être admis à l'examen final.



HORAIRE

jeudi de 16 h 30 à 20 h 30



LIEU

local de classe pour la théorie et ensuite à la piscine



SESSION AUTOMNE

du 12 novembre au 10 décembre 2026

Examen final : 17 décembre

inscriptions jusqu'au 8 novembre à 23 h 59

3 PREMIERS SOINS - GÉNÉRAL

16 heures menant à l'obtention d'un certificat de Premiers soins - Général.

Préalables : être âgé de 14 ans et +.

Matériel fournis : manuel canadien de premiers soins (fourni). L'élève doit cependant apporter le masque de poche et les gants.

COÛT : 120 \$

incluant les frais de matériel et administratifs

INSCRIPTION



HORAIRE

mardi 12, jeudi 14, mardi 19
et jeudi 21 janvier
de 16 h 30 à 20 h 30



LIEU

local de la classe



SESSION HIVER

du 12 au 21 janvier 2027
inscriptions jusqu'au 6 janvier à 23 h 59

IMPORTANT

Veuillez noter que selon les règles très strictes de la Société de sauvetage, le participant ne peut manquer plus de **10 % des heures de cours** s'il veut être admis à l'examen final.

4 SAUVETEUR NATIONAL

40 heures excluant l'examen, menant à l'obtention d'un certificat officiel d'assistant-surveillant-sauveteur en piscine ou à la plage.

Préalables : être âgé de 15 ans et + lors de l'examen ET détenir les certificats de Croix de bronze et Premiers soins - Général.

Matériel fournis : manuel *Alerte! La pratique de surveillance aquatique* et un sifflet FOX-40 (fournis). L'élève doit cependant apporter son manuel de sauvetage, son manuel de premiers soins, ainsi que son masque de poche et des gants.

COÛT : 385 \$

incluant les frais de matériel et administratifs

INSCRIPTION



HORAIRE

mardi et jeudi de 16 h 30 à 20 h 30



LIEU

local de classe pour la théorie
et ensuite à la piscine



SESSION HIVER

du 2 février au 11 mars 2027
examen final le 18 mars
inscriptions jusqu'au 27 janvier à midi



Le Service d'animation spirituelle et d'engagement communautaire (SASEC) du Collège Notre-Dame soutient le développement intégral de l'élève en lui proposant une panoplie d'activités au cours desquelles chacun aura l'occasion de vivre des expériences d'entraide et d'engagement dans divers milieux ainsi que d'explorer les thèmes d'intériorité et de spiritualité.

L'un des pôles du service, **l'engagement communautaire**, permet à l'élève de se sentir enraciné dans une communauté, dans une société et dans un monde-village qui l'appelle à vivre la solidarité humaine par les effets bénéfiques de son effort personnel.

L'autre pôle, **l'animation spirituelle**, offre à l'élève, parfois même au cours d'une activité d'engagement communautaire, la possibilité de réfléchir sur sa vie, sur sa croissance personnelle et sur le sens qu'on peut y trouver.

SASEC

Service d'animation spirituelle
et d'engagement communautaire

Devant les grands défis du monde actuel l'élève du Collège est invité à faire partie de la solution.



La vie d'un chrétien est rythmée de signes de l'amour de Dieu qu'on appelle les sacrements. Le baptême, la première communion et la confirmation forment ensemble l'initiation chrétienne. Une entente avec le diocèse catholique de Montréal nous permet d'offrir la préparation et la célébration des sacrements d'initiation chrétienne au Collège à travers une formation intellectuelle et spirituelle approfondie. Les élèves en cheminement vivront aussi le sacrement du Pardon.

INITIATION CHRÉTIENNE



BAPTÊME 1

Devenir chrétien, c'est recevoir le sacrement du Baptême par lequel on se fait enfant de Dieu à l'image de son Fils, Jésus. Le parcours du baptême au Collège Notre-Dame se conforme à la pratique ancienne de l'Église appelée aujourd'hui le Rituel de l'Initiation Chrétienne des Adultes (RICA).

Le cheminement du baptême comprend quatre cérémonies ou étapes vécues pendant deux années. La deuxième étape, l'entrée en RICA, se fait lors de la cérémonie d'initiation chrétienne à l'Oratoire Saint-Joseph le samedi 24 avril 2027.

L'élève qui désire recevoir le baptême se prépare en suivant les cours d'instruction hebdomadaires et les activités pastorales.

COUT : 65 \$

(ce montant inclut le matériel et les activités.)

INSCRIPTION



BAPTÊME 2

Le cheminement du baptême comprend quatre cérémonies ou étapes vécues pendant deux années. Les élèves ayant complété la première année de préparation cheminent cette année vers la quatrième étape, c'est à dire la réception dans une même cérémonie des sacrements du baptême, de la communion et de la confirmation. Cette étape se fait lors de la cérémonie d'initiation chrétienne à l'Oratoire Saint-Joseph le samedi 24 avril 2027.

L'élève qui désire recevoir le baptême se prépare en suivant les cours d'instruction hebdomadaires et les activités pastorales.

COUT : 65 \$

(ce montant inclut le matériel et les activités.)

INSCRIPTION



1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

à déterminer



SESSION ANNUELLE

inscriptions du jeudi 13 août au
mercredi 23 septembre 2026



Pour plus d'informations, veuillez
communiquer avec M. John Carey,
animateur à la vie spirituelle et
à l'engagement communautaire.

2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

à déterminer



SESSION ANNUELLE

inscriptions du jeudi 13 août au
mercredi 23 septembre 2026



Pour plus d'informations, veuillez
communiquer avec M. John Carey,
animateur à la vie spirituelle et
à l'engagement communautaire.



PREMIÈRE COMMUNION

L'Eucharistie (communion) est «la source et le sommet de la vie chrétienne». L'élève qui désire se préparer à recevoir le sacrement catholique de l'Eucharistie (par la première communion) s'inscrit au cours de catéchèse qui comprend une rencontre hebdomadaire, des activités pastorales, une journée de retraite et la célébration du sacrement lors d'une messe à la crypte de l'Oratoire Saint-Joseph le samedi 24 avril 2027.

Au cours de la préparation, nous découvrons le mystère du Dieu-Amour, la vie, la mort et la résurrection de Jésus-Christ, la symbolique des sacrements, les pratiques et les cérémonies catholiques et la Bible comme parole de Dieu. Les élèves sont initiés à la pratique de la prière sous diverses formes et vivent des séances d'intériorité et des célébrations communautaires.

COÛT : 65 \$

(ce montant inclut le matériel et les activités.)

INSCRIPTION



1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

mardi de 16 h 30 à 17 h 30



SESSION ANNUELLE

inscriptions du jeudi 13 août au
mercredi 23 septembre 2026



Pour plus d'informations, veuillez
communiquer avec M. John Carey,
animateur à la vie spirituelle et
à l'engagement communautaire.



CONFIRMATION

Le sacrement catholique de la confirmation renouvelle le don de l'Esprit reçu lors du Baptême et donne la force et la capacité de connaître la vérité de l'Évangile et de la proclamer avec sa vie.

Les élèves qui désirent se préparer à recevoir la confirmation s'inscrivent au cours de catéchèse qui comprend des rencontres hebdomadaires, des activités pastorales, une journée de retraite et la célébration du sacrement lors d'une messe à la crypte de l'Oratoire Saint-Joseph le samedi 24 avril 2027.

Au cours de la préparation, nous discutons du mystère du Dieu-Amour, du salut en Jésus-Christ, de l'histoire biblique du salut, du rapport entre la Science et la Religion, des pratiques et cérémonies catholiques et des exigences de vie du chrétien. Les élèves sont initiés à la pratique de la prière sous diverses formes et vivent des séances d'intériorité et des célébrations communautaires.

COÛT : 65 \$

(ce montant inclut le matériel et les activités.)



PROFESSION DE FOI

L'élève ayant complété ses sacrements d'initiation chrétienne peut se préparer à faire sa profession solennelle de foi lors de la célébration tenue à l'Oratoire Saint-Joseph le 24 avril 2027. Ce cheminement s'adresse tout particulièrement aux élèves étant baptisés dans les rites orientaux (Melkite, Maronite, Copte, etc.) mais est ouvert à tout élève qui souhaite mieux comprendre et intégrer sa foi catholique.

L'élève intégrera le cours de la confirmation avec une attention spéciale aux questionnements personnels.

COÛT : 65 \$

(ce montant inclut le matériel et les activités.)

1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

mercredi de 16 h 30 à 17 h 30



SESSION ANNUELLE

inscriptions du jeudi 13 août au
mercredi 23 septembre 2026



Pour plus d'informations, veuillez
communiquer avec M. John Carey,
animateur à la vie spirituelle et
à l'engagement communautaire.

INSCRIPTION



1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

mercredi de 16 h 30 à 17 h 30



SESSION ANNUELLE

inscriptions du jeudi 13 août au
mercredi 23 septembre 2026



Pour plus d'informations, veuillez
communiquer avec M. John Carey,
animateur à la vie spirituelle et
à l'engagement communautaire.

INSCRIPTION





BÉNÉVOLAT

En bons citoyens engagés dans notre environnement immédiat, nous sommes conscients de notre responsabilité envers les moins favorisés parmi nous.

Le Collège Notre-Dame se situe dans un quartier aux défis socio-économiques importants. Les activités d'entraide nous permettent de contribuer au soulagement et à l'épanouissement de nos concitoyens d'ici.

Grâce à une entente avec les deux établissements de santé adjacents au Collège Notre-Dame, nous avons la possibilité d'offrir des stages en bénévolat à nos élèves. Un stage comprend toujours une formation adéquate et un suivi au cours de l'année. Ces stages à long terme donnent une riche expérience dans un milieu difficile d'accès pour les personnes mineures.



AIDE AUX DEVOIRS

Afin d'aider les élèves du primaire à réussir leur année scolaire, les élèves du Collège engagés dans ce programme d'entraide encadrent le travail scolaire d'un ou deux élèves de la 3^e année du primaire à l'organisme communautaire le Baobab familial. Les candidats doivent passer une entrevue avec les responsables de l'organisme. Cet engagement exigera parfois un départ anticipé du Collège afin d'accueillir les enfants au début de l'activité.

Nombre de membres : 6
Nécessite un titre de transport STM

INSCRIPTION



4^e

5^e



HORAIRE

une fois par semaine,
lundi au jeudi de 16 h à 18 h,
à partir du 16 septembre



BÉNÉVOLAT RECONNU

35 heures possibles



SESSION ANNUELLE

inscriptions directe auprès de M. Carey
en septembre



Pour plus d'informations, veuillez
communiquer avec M. John Carey,
animateur à la vie spirituelle et
à l'engagement communautaire.



LE BAOBAB FAMILIAL

Le Baobab familial est une maison de familles multiculturelles du quartier Côte-des-Neiges favorisant la coopération et l'entraide, l'échange et le sentiment d'appartenance à son milieu. Le Collège Notre-Dame participe à plusieurs activités communautaires du Baobab familial. Les élèves qui veulent s'engager peuvent participer, entre autres, aux activités suivantes :

- La fête de l'Halloween : décorer la salle, animer les jeux pour enfants.
- La fête de Noël : préparer et servir la nourriture (sandwichs, crudités, etc.), décorer la salle et animer les activités pour les enfants.

Nombre de membres : 20

INSCRIPTION



LUDIC

LUDIC offre aux jeunes, rencontrant des difficultés d'apprentissage, l'occasion de participer à des activités leur permettant de briser l'isolement social, de tisser des amitiés, de vivre des situations de réussite et d'accroître leur estime de soi. Grâce à un partenariat avec cet organisme, les élèves du Collège peuvent participer en tant qu'aide-moniteur(trice) lors des activités qui se tiennent au Collège même. Une rencontre d'information sera annoncée et une formation donnée par les animatrices et les animateurs.

Nombre de membres : 20

INSCRIPTION



2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

selon l'activité



SESSION ANNUELLE

inscription directe auprès de M. Carey
en septembre



Pour plus d'informations, veuillez
communiquer avec M. John Carey,
animateur à la vie spirituelle et
à l'engagement communautaire.

3^e 4^e 5^e



HORAIRE

dimanche matin et/ou après-midi



BÉNÉVOLAT RECONNU

18 heures



AUTOMNE - HIVER - PRINTEMPS

inscriptions directe auprès de
Mme Chaumier en septembre



SOUTIEN AU REPAS À L'IUGM

Faire l'expérience de bénévolat en milieu hospitalier. Intégré dans une équipe de soins à l'Institut universitaire de gériatrie de Montréal (IUGM), l'élève bénévole aide une personne résidente en perte d'autonomie à prendre son repas du soir. Après la rencontre d'information et une formation professionnelle obligatoires, l'élève s'engage à faire son bénévolat une fois par semaine. Suivis, évaluations et reconnaissance font partie du programme de l'année.

Nombre de membres : 40

INSCRIPTION



4^e 5^e



HORAIRE

une fois par semaine (choix de jour) de
16 h 30 à 18 h



BÉNÉVOLAT RECONNU

35 heures possibles



SESSION ANNUELLE

octobre à avril
inscription directe auprès de M. Carey
en septembre



Pour plus d'informations, veuillez
communiquer avec M. John Carey,
animateur à la vie spirituelle et
à l'engagement communautaire.



SOUTIEN AU REPAS AU CENTRE HOSPITALIER DE ST. MARY

Faire l'expérience de bénévolat en intégrant une équipe de soins au Centre hospitalier de St. Mary. L'élève bénévole assiste les préposés dans la distribution des repas du soir, fait l'approvisionnement du matériel sur l'étage et interagit avec les personnes patientes par une visite amicale et des soins pratiques. Après une rencontre d'information et une formation professionnelle obligatoires, l'élève accomplit son travail une fois par semaine. Suivis, évaluations et attestations font partie du programme de l'année.

Nombre de membres : 40

INSCRIPTION



5^e



HORAIRE

de 16 h 30 à 18 h (choix de jour)



BÉNÉVOLAT RECONNU

30 heures possibles



SESSION ANNUELLE

octobre à avril
inscription directe auprès de M. Carey
en septembre



Pour plus d'informations, veuillez
communiquer avec M. John Carey,
animateur à la vie spirituelle et
à l'engagement communautaire.



SOUTIEN DES LOISIRS AUX ÂNÉS À L'IUGM

Faire une expérience de bénévolat dans le milieu de la santé. À raison de quelques fois par mois, accompagner des personnes résidentes âgées lors d'activités de loisir. Ce programme comporte une séance d'information et une formation professionnelle sur le comportement et les habiletés lors de l'engagement auprès des personnes en perte d'autonomie. L'encadrement lors des activités est assuré par le personnel de l'IUGM. Les suivis, les évaluations et les attestations sont compris.

Nombre de membres : 30

INSCRIPTION



3^e 4^e 5^e



HORAIRE

17 h 30 à 19 h 30, lundi au vendredi
(décors : 16 h 30 à 17 h 30)



BÉNÉVOLAT RECONNU

2 heures par activité



SESSION ANNUELLE

octobre à avril
inscription directe auprès de M. Carey
en septembre



Pour plus d'informations, veuillez
communiquer avec M. John Carey,
animateur à la vie spirituelle et
à l'engagement communautaire.

COMITÉS

Les élèves du Collège ont la possibilité de s'impliquer gratuitement dans plusieurs comités, selon leurs intérêts.

En participant activement à la vie de leur milieu, ils apprennent à exprimer leurs idées, à écouter les autres et à travailler en équipe.



Cette expérience leur permet également de développer leur sens des responsabilités, leur autonomie et leur confiance en eux tout en favorisant la création de nouvelles amitiés. Quoi de mieux pour renforcer leur sentiment d'appartenance envers l'école ! S'engager dans un comité, c'est contribuer à améliorer son milieu tout en développant de précieuses compétences.

Au début du mois de septembre, il y aura une foire aux comités. Les élèves pourront alors s'informer et s'inscrire aux différents comités.



ALBUM

Faire le tri des photos de la vie étudiante qui seront dans l'album.
Travailler dans l'environnement Microsoft Office.



BAL

Tu veux choisir la thématique, la décoration et les activités-surprises de ton bal ? Tu veux organiser des activités de financement pendant l'année ? Rends ta dernière année mémorable et implique-toi dans le comité du bal pour participer aux décisions importantes liées à cette grande soirée avec ta cohorte !



DÉCORATION ET AFFICHES

Lors des fêtes thématiques (par exemple Halloween ou Noël) ou selon les besoins de l'école, aider à mettre et à enlever les décorations.



DISTRIBUTION DES PANIERS DE NOËL

Participer à la planification, préparation et réalisation de la grande campagne de Noël en faveur des familles moins fortunées.

3^e 4^e 5^e



HORAIRE

1 à 2 fois par mois, de novembre à février



Pour plus d'informations, veuillez communiquer avec Mme Anie Rousseau

5^e



HORAIRE

1 à 2 fois par mois



Pour plus d'informations, veuillez communiquer avec M. Laurent Néron.

1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



RENCONTRES

à chaque événement



Pour plus d'informations, veuillez communiquer avec les animateurs du dîner.

1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

Principalement novembre et décembre



Pour plus d'informations, veuillez communiquer avec M. John Carey.



COMITÉ DES ÉLÈVES

L'objectif de ce comité consiste à prendre en considération les défis quotidiens des élèves du Collège afin de favoriser un environnement scolaire empreint de collaboration et d'inclusion.



COMITÉ ENVIRO

Envie d'agir pour la planète? Joins-toi au comité enviro! Tu pourras organiser des activités vertes aux moments forts de l'année (Halloween, Noël, Jour de la Terre...) et même participer à des congrès avec d'autres écoles engagées. Le comité enviro sensibilise la communauté scolaire et pose des gestes concrets pour de meilleures habitudes environnementales.



FÉMINISME ET ACTIONS MILITANTES

Le comité Féminisme et actions militantes a été fondé en 2023 suite à l'initiative d'élèves ayant remarqué et/ou vécu divers événements de nature sexiste dans leur parcours scolaire. Ces élèves ont ressenti le besoin de se rassembler pour créer un lieu d'échange, de réflexion, d'éducation féministe et de partage d'expériences personnelles. Le comité est ouvert à toute personne s'intéressant au féminisme, aux enjeux touchant les femmes et aux relations hommes-femmes. L'objectif est de contribuer à une société plus juste et d'avoir un impact significatif sur la vie au Collège Notre-Dame à travers différentes activités de sensibilisation, notamment la rédaction de magazines d'actualités féministes et la réalisation de projets vidéo.

1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



RENCONTRES

Environ 5 rencontres dans l'année



Pour plus d'informations, veuillez communiquer avec Mme Anne Desaulniers.

1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

environ à chaque 2 semaines, le midi



Pour plus d'informations, veuillez communiquer avec Mme Estelle Chaumier, technicienne en loisirs à la vie spirituelle et à l'engagement communautaire.

3^e 4^e 5^e



RENCONTRES

Environ 1 fois par cycle, mais les rencontres ne sont pas obligatoires.



Pour plus d'informations, veuillez communiquer avec Mme Roxane Mercier-Boucher et M. Marc-Olivier Toupin.



LA FRIPERIE
COLLÈGE NOTRE-DAME

La friperie est une coopérative étudiante qui donne une deuxième vie aux uniformes, réduit l'impact textile et remet les profits à des organismes de Côte-des-Neiges. Les élèves y apprennent couture et entrepreneuriat coopératif, tout en transformant le linge abîmé en objets durables.



COMITÉ HISTOIRE ET CULTURE NOIRE

Tu veux faire bouger les choses au collège ? Rejoins l'équipe pour organiser un Mois de l'histoire des Noirs unique en février ! C'est ta chance d'explorer et de faire découvrir la richesse de la culture afro-canadienne. Si tu es curieux d'en savoir plus sur les racines de tes musiques, danses et plats préférés, ou si tu veux sensibiliser tes pairs à des enjeux importants, ta place est avec nous. Viens partager tes idées !



COMITÉ HÔTES ET HÔTESSES

Les élèves de ce comité devront faire la promotion de certains événements en vendant des billets de spectacle et en gérant la petite caisse. Ils seront présents lors d'événements de la vie étudiante pour diriger nos invités et aider à l'accueil. Par exemple : la pièce de la troupe de théâtre, Signé Notre-Dame...

1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

1 à 2 fois par semaine



Pour plus d'informations, veuillez communiquer avec Mme Estelle Chaumier, technicienne en loisirs à la vie spirituelle et à l'engagement communautaire.

3^e 4^e 5^e



RENCONTRES

Septembre à novembre : 2 fois par mois
Décembre à février : 1 à 2 fois par semaine



Pour plus d'informations, veuillez communiquer avec Mme Ryanna Sida.

1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e

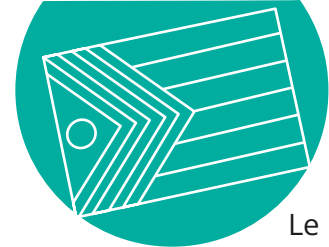


RENCONTRES

Principalement au printemps, selon les besoins



Pour plus d'informations, veuillez communiquer avec Mme Ryanna Sida et M. Laurent Néro.



COMITÉ HUMANISTE INCLUSIF

Le comité Humaniste inclusif est un espace sécuritaire et accueillant pour les élèves de toutes orientations sexuelles et identités de genre. On y échange (lectures, films, séries), on se soutient sans jugement et on s'engage pour promouvoir la diversité et l'inclusion dans la communauté.



RENCONTRES

une fois par cycle

1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



Pour plus d'informations, veuillez communiquer avec Mme Laurence Desjardins et M. Benoit Delamarre.



JARDIN DIVERS COLLÈGE NOTRE-DAME

Le Jardin Divers est une coopérative étudiante qui cultive fruits, légumes, fines herbes et fleurs biologiques. Les élèves s'y engagent pour l'environnement à travers le jardinage urbain, la sensibilisation (pollinisateurs, permaculture...) et la vente de produits maison. Ils développent aussi des compétences en agriculture et en gestion d'entreprise.



HORAIRE

2 à 3 fois par mois

1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



Pour plus d'informations, veuillez communiquer avec Mme Estelle Chaumier, technicienne en loisirs à la vie spirituelle et à l'engagement communautaire.



COMITÉ SAINES HABITUDES

L'objectif de ce comité consiste à sensibiliser les élèves aux troubles alimentaires et aux comportements autodestructifs liés à la gestion de l'anxiété notamment l'automutilation.



RENCONTRES

Environ 2 fois par mois

3^e 4^e 5^e



Pour plus d'informations, veuillez communiquer avec M. Jean-François St- Pierre, Mme Florence Bouchard, Mme Marie-Ève Lavoie et Mme Laurence Desjardins.



SEM SOUTIEN DES ÉLÈVES PAR DES MENTORS

Le comité SEM soutient les élèves vivant des défis d'adaptation.

En tant que membre, tu participeras à la création et l'animation d'ateliers de prévention, tu pourras accompagner un élève en difficulté et contribuer au balado « SEM en parle ».

3^e 4^e 5^e



RENCONTRES

Environ 2 fois par mois



Pour plus d'informations, veuillez communiquer avec
M. Jean-François St- Pierre,
Mme Florence Bouchard, Mme Marie-Ève
Lavoie et Mme Laurence Desjardins.



COMITÉ DE LA VIE ÉTUDIANTE

Tu aimes organiser et mettre de l'ambiance ? Rejoins le comité ! On prépare les activités des semaines spéciales (Halloween, Noël, St-Valentin, etc.). On cherche des leaders dynamiques, prêts à coopérer et à être présents lors des événements. À savoir que c'est une petite charge de plus dans votre horaire !

1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



RENCONTRES

à chaque semaine, le midi (possibilité de
manquer des cours à l'occasion)



Pour plus d'informations, veuillez
communiquer avec Mme Ryanna Sida
et M. Laurent Néron.



L'ESPRIT CACTUS





SPORTS DE COMPÉTITION

INSCRIPTION

<https://collegenotredame.coba.ca/CapNet/login.asp>

Activités → Inscription en ligne →

Équipes sportives compétitives →

Choisir le sport → Camp de sélection

La nouvelle saison s'amorce très prochainement. Vous trouverez dans les pages suivantes, tous les renseignements sur nos équipes sportives de compétition, ainsi que les frais de participation qui s'y rattachent. Veuillez en prendre connaissance avant de procéder à l'inscription de votre enfant.

En tout temps, vous devez, pour les sports de compétition, inscrire votre enfant à un camp de sélection au montant de 30 \$ qui assure la participation de l'élève à au moins trois pratiques. Prendre note que si l'élève n'est pas inscrit au camp de sélection avant de faire son premier entraînement, il NE POURRA PAS entrer sur le plateau sportif. Le parent de cet élève devra alors communiquer avec Mme Catherine Labbé



PROCESSUS D'INSCRIPTION POUR LES CAMPS DE SÉLECTION

L'inscription pour les camps de sélection doit se faire en ligne via le portail du parent en cliquant sur les onglets de gauche de Mon Dossier « Activités → Équipes sportives compétitives → Choisir le sport → Camp de sélection » au lien suivant :

INSCRIPTION



<https://portail.collegenotredame.com/PedNet/login.asp>

Suivre ensuite les étapes mentionnées au haut de l'écran



À la suite du camp de sélection, les parents des élèves sélectionnés recevront un courriel leur confirmant la sélection de leur enfant dans l'équipe. Les modalités de paiement ainsi que le processus de paiement en ligne sur le portail pour payer les frais de cotisation y seront expliqués.



ATHLÉTISME - (PISTE ET PELOUSE)

ATHLÉTISME EXTÉRIEUR / CROSS COUNTRY

- Championnat régional de cross-country le jeudi 15 octobre à l'Île Ste-Hélène (et un championnat provincial sur sélection aux frais du participant).

ATHLÉTISME EN SALLE

- Quatre compétitions, un championnat régional et un championnat provincial sur sélection.

ATHLÉTISME EXTÉRIEUR

- Un championnat régional (et un championnat provincial sur sélection aux frais du participant).

Coureurs max 65

COÛT : 990 \$

Inclus : toutes les compétitions et championnats régionaux intérieur et extérieur, le cross-country, le championnat provincial en salle, un survêtement et une séance de photos sportives.

COÛT pour les athlètes qui s'entraînent déjà dans un club civil : 500 \$

Inclus : un entraînement par semaine, toutes les compétitions et championnats régionaux intérieur et extérieur, le cross-country, le championnat provincial en salle, un survêtement et une séance de photos sportives.

COÛT UNIFORME (camisole et short-cuissard) : 130 \$

Valable pour les nouvelles inscriptions comme les commandes de renouvellement.

INSCRIPTION



1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

lundi, mercredi et vendredi
de 16 h 30 à 18 h 00



LIEU

pistes de course extérieure et intérieure, selon la saison, (du 10 novembre au 10 avril, les trois entraînements auront lieu sur la piste intérieure de course). 30 minutes de musculation complètent l'entraînement du mercredi et vendredi pour les 3e-4e et 5e secondaire.



SESSION ANNUELLE

ATHLÉTISME EXTÉRIEUR / CROSS-COUNTRY
du 28 septembre au 30 octobre 2026

ATHLÉTISME EN SALLE
du 9 novembre 2026 au 25 mars 2027

ATHLÉTISME EXTÉRIEUR
du 12 avril au 4 juin 2027

Camp de sélection OBLIGATOIRE (30 \$)

lundi, mercredi et vendredi de 16 h 30 à 18 h,
du 9 au 25 septembre 2026,
sur la piste extérieure du stade Jacques-Gauthier



BADMINTON

Le programme de badminton comprend trois rencontres par catégorie au cours de l'année, selon le calendrier du RSEQ Montréal. Les meilleurs joueurs pourront représenter l'école lors du Championnat régional toute catégorie le 4 avril 2027 au Collège Notre-Dame (sur sélection) et du Championnat provincial toute catégorie (sur sélection et aux frais du participant)

. Chaque élève doit posséder sa propre raquette.

COÛT* : 700 \$

Inclus : un tournoi, les compétitions régionales, 2 t-shirts de compétition et une séance de photos sportives.

COÛT pour les athlètes qui s'entraînent déjà dans un autre club : 220 \$

Inclus : un tournoi, les compétitions régionales, une séance par semaine, 2 t-shirts de compétition et une séance de photos sportives.

(veuillez communiquer avec madame Catherine Labbé pour obtenir ce tarif)

* Le championnat provincial n'est pas inclus dans la cotisation.

INSCRIPTION



Camp de sélection OBLIGATOIRE (30 \$)

mardi de 16 h 30 à 18 h et
vendredi de 18 h à 19 h 30,
du 8 au 25 septembre 2026,
au gymnase ouest du complexe sportif.

1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

mardi de 16 h 30 à 18 h,
vendredi de 18 h à 19 h 30 et
samedi de 9 h à 10 h 30



LIEU

gymnase ouest du complexe sportif



SESSION ANNUELLE

du 29 septembre 2026 au 23 avril 2027





BASKETBALL

Dynamique, intense et collectif, le basketball est un sport où chaque passe, chaque dribble et chaque lancer compte.

POUR TOUS LES NIVEAUX : 2 tournois par équipe et 1 jour de bénévolat au tournoi de basketball des Cactus

+

ATOME MASCULIN (1^{RE} SECONDAIRE) : Deux pratiques /semaine, un match RSEQ /semaine (10 parties + séries éliminatoires), .

BENJAMIN MASCULIN (2^E SECONDAIRE) : Deux pratiques /semaine, un match RSEQ /semaine (14 parties + séries éliminatoires).

BENJAMIN MASCULIN D4niv2 (1^{RE} ET 2^E SECONDAIRE) :

Deux pratiques /semaine, un match RSEQ / semaine (10 parties + séries éliminatoires).

CADET MASCULIN (3^E SECONDAIRE)

Deux pratiques /semaine, environ un match RSEQ / semaine (14 parties + séries éliminatoires).

JUVÉNILE MASCULIN (4^E ET 5^E SECONDAIRE)

Deux pratiques /semaine, environ un match RSEQ / semaine (14 parties + séries éliminatoires),

JUVÉNILE FÉMININ

Deux pratiques /semaine, environ un match RSEQ / semaine (12 parties + séries éliminatoires)

COÛT SAISON RÉGULIÈRE : 950 \$

Inclus : le prêt d'uniforme, un haut de survêtement ainsi qu'une séance de photos sportives.

INSCRIPTION



1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

ATOME MASCULIN et
lundi et mercredi, de 16 h 30 à 18 h

BENJAMIN MASCULIN :

lundi et mercredi, de 16 h 30 à 18 h

BENJAMIN MASCULIN D4niv2 :

mardi 18 h à 19 h 30 et

samedi de 10 h 30 à 12 h

CADET MASCULIN :

lundi et mercredi, de 18 h à 19 h 30

JUVÉNILE MASCULIN :

lundi et mercredi, de 18 h à 19 h 30

JUVÉNILE FÉMININ : mardi, de 18 h à 19 h 30
et vendredi, de 16 h 30 à 18 h



LIEU

complexe sportif



SESSION ANNUELLE

du 5 octobre au 18 avril 2027

Camp de sélection (30 \$)

Voir page suivante pour tous les détails.



ENTRAÎNEMENT D'HABILETÉS

offert en plus du programme régulier

**OUVERT À TOUS LES ATHLÈTES, FILLES ET GARÇONS,
DU PROGRAMME DE BASKETBALL, JOUEURS RÉGULIERS OU DE PRATIQUE**

- Un entraînement supplémentaire d'habiletés axé exclusivement sur les habiletés. Lancer, dribbles et autres exercices qui aideront au développement, le mardi matin.

Participants min 20 | max 30

COÛT ENTRAÎNEMENT D'HABILETÉS : 250 \$
pour 25 semaines (octobre à avril) .

INSCRIPTION



1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



PROGRAMME DE PERFECTIONNEMENT
d'octobre à avril



HORAIRE
Habilités : mardi, de 6 h 30 à 8 h

Camp de sélection pour intégrer l'équipe (30 \$)

SECONDAIRE 1 : mercredi 9 septembre de 16 h 30 à 18 h au Gymnase OUEST, lundi 14 septembre de 16 h 30 à 18 h au Gymnase EST et jeudi 17 septembre de 16 h 30 à 18 h au Gymnase OUEST. Une première coupure sera effectuée, lundi 21 septembre de 16 h 30 à 18 h au Gymnase EST

SECONDAIRE 2 : lundi 14 septembre de 16 h 30 à 18 h, mercredi 16 septembre de 16 h 30 à 18 h et lundi 21 septembre de 16 h 30 à 18 h au Gymnase OUEST. Une première coupure sera effectuée, Mercredi 23 septembre de 16 h 30 à 18 h au Gymnase OUEST

SECONDAIRE 3 : mercredi 9 septembre de 18 h à 19 h 30 au Gymnase OUEST, lundi 14 septembre de 18 h à 19 h 30 au Gymnase EST, jeudi 17 septembre de 18 h à 19 h 30 au Gymnase OUEST. Une première coupure sera effectuée, lundi 21 septembre de 18 h à 19 h 30 au Gymnase EST

SECONDAIRE 4-5 : lundi 14 septembre de 18 h à 19 h 30, mercredi 16 septembre de 18 h à 19 h 30, lundi 21 septembre de 18h-19h30 au Gymnase OUEST. Une première coupure sera effectuée, mercredi 23 septembre de 18 h à 19 h 30 au Gymnase OUEST

SECONDAIRE 1 À 5 FÉMININ : vendredi 11 septembre de 16 h 30 à 18 h, mardi 15 septembre de 18 h à 19 h 30, mardi 22 septembre de 18 h à 19 h 30 et vendredi 25 septembre de 16h30-18h au Gymnase OUEST



FLAG FOOTBALL FÉMININ PROGRAMME ANNUEL

Rapide, tactique et sans contact, le flag-football féminin allie intelligence de jeu, vitesse et esprit d'équipe. Au Collège Notre-Dame, il séduit des athlètes engagées, prêtes à foncer, esquiver et marquer avec audace. Chaque match est une occasion de briller ensemble, de développer la confiance et la solidarité. Nos joueuses font honneur aux CACTUS avec fierté, agilité et puissance.

AUTOMNE 2026

BENJAMINE D3, BENJAMINE D4, CADETTE D3, CADETTES D4 ET JUVÉNILE D3

- 1 à 2 entraînements matinaux avant les classes (horaire à confirmer).
- Six matchs amicaux avec le RSEQ-Montréal lors de la pré-saison de l'automne (en semaine ou week-end).

Suivant leur sélection, les athlètes devront être présentes au camp d'entraînement d'automne

les 6 et 7 septembre 2026, de 9 h à 16 h
au terrain Jacques-Gauthier.

Les athlètes devront aussi être disponibles pour
le premier tournoi CACTUS, les 24 et 25 octobre 2026.

1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



PROGRAMME ANNUEL

du 6 septembre 2026 au 5 juin 2027



SESSION AUTOMNE

jusqu'en novembre 2026



LIEU

terrains Reine-Marie et Jacques-Gauthier



HORAIRE AUTOMNE

BENJAMIN D3 ET D4

Lundi de 16h30-19h

Mercredi 6h30-8h (Benj D3 ajout du vendredi 6h30-8h),

CADET D3 ET D4 ET JUVÉNILE D3

Lundi 6h30-8h

Mercredi 16h30-19h

(Cadet D3 et Juv D3 ajout vendredi 6h30-8h)



FLAG FOOTBALL FÉMININ (suite)

HIVER 2026-2027

POUR TOUTES : athlétisme et entraînement sur terrain synthétique (flag) +

BENJAMINE D3

Matchs dans la Ligue civile FlagPlus.

CADETTE D3

Matchs de la Ligue des championnes (RSEQ) environ un vendredi par mois, au courant de la journée.

CADETTE D4 ET BENJAMINE D4

Participation à des tournois d'hiver

JUVÉNILE D3

Matchs de la Ligue des championnes (RSEQ) environ un vendredi par mois, au courant de la journée.



1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



SESSION HIVER

novembre 2026 à mars 2027



LIEU

Local P3 & Complexe sportif Delson



HORAIRE HIVER

Entraînement sur terrain synthétique
au Complexe Delson
dimanche de 16 h à 18 h

ATHLÉTISME :

BENJAMINE D3

mardi et jeudi de 16 h 30 à 17 h 30

BENJAMINE D4

jeudi de 16 h 30 à 18 h

CADETTE D3

mardi de 18 h à 19 h 30 et

jeudi de 18 h à 20 h

CADETTE D4

jeudi de 16 h 30 à 18 h

JUVÉNILE D3

mardi de 18 h à 19 h 30 et

jeudi de 18 h à 20 h



FLAG FOOTBALL FÉMININ (suite)

PRINTEMPS 2027

BENJAMINE

- Deux pratiques.
- Un entraînement matinal à déterminer.
- Six matchs joués le week-end entre les écoles du RSEQ-Montréal.
- Séries éliminatoires (calendrier fait en mars).

CADETTE - JUVÉNILE

- Deux pratiques.
- Un entraînement matinal à déterminer.
- 6 à 7 matchs joués la semaine entre les écoles du RSEQ-Montréal.
- Séries éliminatoires (calendrier fait en mars).

COÛT DU PROGRAMME ANNUEL : 1400 \$

Inclus : un sac à dos, un protecteur buccal et une séance de photos sportives.
L'uniforme de match et les flags pop (si besoin) seront prêtés

INSCRIPTION

Camp d'entraînement de printemps

10 et 11 avril 2027 de 9 h à 16 h



SESSION PRINTEMPS

du 30 mars au 5 juin 2027



LIEU

terrains extérieurs



HORAIRE

lundi et mercredi entre 16 h 30 et 20 h
+ entraînement matinal
(horaire final à déterminer avec
les entraîneurs en février)

1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e

Camp de sélection OBLIGATOIRE (30 \$)

inscriptions du mardi 11 août 9 h

au Jeudi 20 août 23 h 59

Les 4 séances de sélection se tiendront sur le terrain Reine-Marie le week-end et Jacques-Gauthier en semaine.

1ER CYCLE (BENJAMINE D3 ET D4) :

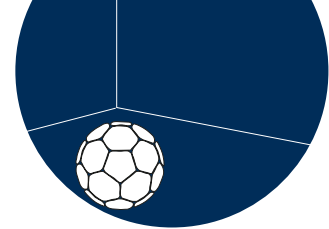
samedi 22 août de 14 h à 16 h, dimanche 23 août de 12 h à 15 h, lundi 24 août de 16 h à 17 h 30 et mercredi 26 août de 16 h à 17 h 30.

2E CYCLE (CADETTE D3, CADETTE D4, JUVÉNILE D3) :

samedi 22 août de 16 h à 18 h, dimanche 23 août de 15 h à 18 h, lundi 24 août de 17 h 30 à 19 h et mercredi 26 août de 17 h 30 à 19 h.

POUR FAIRE PARTIE DE L'UNE DES ÉQUIPES DE FLAG-FOOTBALL, L'ÉLÈVE DOIT PARTICIPER AU CAMP DE SÉLECTION D'AUTOMNE

IMPORTANT : IL N'Y AURA PAS D'AUTRE CAMP DE SÉLECTION AU PRINTEMPS, à part peut-être en Juvénile D4.



FUTSAL

Rapide, technique et intense, le futsal combine agilité, stratégie et esprit d'équipe. Au Collège Notre-Dame, il rassemble des élèves passionnés, prêts à enchaîner les passes précises, à défendre avec détermination et à marquer avec sang-froid. Chaque match est un concentré d'émotions, de vitesse et de coordination.

CES 4 ÉQUIPES NE FONT PAS PARTIE DU PROGRAMME D'EXCELLENCE EN FUTSAL.

AMD3 PARASCOLAIRE (1RE SECONDAIRE)

BMD4-N2 PARASCOLAIRE (2E SECONDAIRE)

CMD4-N2 PARASCOLAIRE (3E-4E SECONDAIRE)

JMD4-N1 PARASCOLAIRE (5E SECONDAIRE)

- 2 entraînements par semaine : un le matin en semaine et un deuxième le samedi midi
- Dix à douze match de ligue avec le RSEQ.
- Un tournoi.

COÛT : 1 155 \$

Inclus : l'uniforme de match ou un vêtement Cactus et une séance de photos sportives.

INSCRIPTION



1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

jour de semaine de 6 h 30 à 8 h et le samedi de 10 h 30 à 12 h ou de 12 h à 13 h 30



LIEU

gymnase simple



SESSION ANNUELLE

du 7 septembre au 18 avril 2027
inscriptions jusqu'au 23 août à 23 h 59



Pour plus d'informations, veuillez communiquer avec Mme Laverdière, coordonnatrice du programme de futsal.

Camp de sélection

inscriptions entre 18 août à 9 h
et le 24 août à 23 h 59.

AMD3 : mercredi 26 août, vendredi 28 août et vendredi 4 septembre de 16 h 30 à 18 h, au gymnase Ouest

BMD4-N2 : jeudi 27 août au gymnase Ouest, vendredi 28 août et vendredi 4 septembre de 16 h 30 à 18 h au gymnase Simple

CMD4-N2 : jeudi 27 août, vendredi 28 août et vendredi 4 septembre de 18 h à 19 h 30 au gymnase Ouest

JMD4-N1 : mercredi 26 août, vendredi 28 août et vendredi 4 septembre de 18 h à 19 h 30 au gymnase Ouest

POUR FAIRE PARTIE DE L'ÉQUIPE DE FUTSAL, L'ÉLÈVE DOIT PARTICIPER AU CAMP DE SÉLECTION



HOCKEY SUR GLACE FÉMININ

Puissant, rapide et spectaculaire, le hockey sur glace féminin demande courage, maîtrise et esprit d'équipe. Enfilant leurs patins avec fierté, nos joueuses de 1^{re} à 5^e secondaire incarnent l'intensité, la stratégie et la force collective qui font la renommée des CACTUS.

Les entraînements et/ou les parties ont lieu une fois par semaine, selon l'horaire établi, pour un total d'environ dix matchs en saison régulière, suivis des séries éliminatoires.

COÛT MATCHS SEULEMENT : 825 \$

Inclus : un vêtement à l'effigie des CACTUS et une séance de photos sportives.

INSCRIPTION



1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

entraînements et/ou parties
un jour par semaine selon l'horaire fixé



LIEU

patinoire du Collège



SESSION ANNUELLE

du 30 septembre 2026 au 28 février 2027

Camp de sélection obligatoire (30 \$)

En septembre 2026.

Les informations suivront par courriel
inscriptions du 25 août à 9 h
au 13 septembre 2026 à 23 h 59



Pour plus d'informations, veuillez
communiquer avec M. Scott Bailey,
coordonnateur du programme de hockey.



LUTTE

Il n'y a pas de camp de sélection. Cependant, nous aurons une journée de découverte du sport, offerte gratuitement, le mercredi 9 septembre de 16h30-18h30. Venez en grand nombre !

2 entraînements par semaine

10 matchs entre les écoles sous forme de jamboree

Participants min 6

COÛT : 640 \$

Inclus : un maillot de lutte, un tshirt et une séance de photos sportives.

INSCRIPTION



JOURNÉE DÉCOUVERTE

mercredi 9 septembre 2026

de 16 h 30 à 18 h 30

VENEZ EN GRAND NOMBRE !

1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

lundi et mercredi de 16 h 30 à 18 h 30



LIEU

salle de judo



SESSION ANNUELLE

du 14 septembre 2026 au 24 février 2027



NATATION

La natation, c'est la rencontre entre la concentration, l'endurance et la grâce du mouvement. Au Collège Notre-Dame, elle attire des élèves disciplinés et persévérants.

- 2 à 5 entraînements par semaine
- 4 compétitions régulières obligatoires en semaine
- un championnat régional le 23 mars
- un championnat provincial (sur qualification) en avril 2027

ÉQUIPE DE COMPÉTITION

S'adresse aux nageurs D3 et D4 lors des compétitions du RSEQ-Montréal. Entre deux et cinq entraînements par semaine, ainsi que quatre compétitions régulières obligatoires en semaine, un championnat régional le 23 mars et un provincial (sur qualification) en avril 2027.

ATHLÈTE CIVIL* (qui s'entraîne déjà quatre à six fois dans un autre club.)

Exigence : un entraînement par semaine au Collège (si possible) en plus des compétitions, du régional et du provincial. *L'athlète civil doit participer à au moins deux séances du camp de sélection et doit, comme tout athlète, s'inscrire au camp.*

COÛT COMPÉTITION : 1 050 \$

COÛT ATHLÈTE CIVIL : 475 \$

Inclus : une veste, une serviette de plage, un casque de bain et une séance de photos sportives, ainsi que tous les entraînements au Collège en plus des compétitions, du régional et 225\$ sur le coût du provincial. (surplus chargé au parents). Prévoir un montant supplémentaire pour l'achat d'équipement.

INSCRIPTION



1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



SESSION ANNUELLE

du 28 septembre 2026 au 4 juin 2027



LIEU

piscine du Collège



HORAIRE DISPONIBLES

lundi, mercredi, et vendredi

de 16 h 30 à 18 h

mardi de 16 h 30 à 17 h 30

jeudi de 6 h 30 à 8 h



Camp de sélection obligatoire (30 \$)

1^{re} et 2^e secondaire : mardi et vendredi
de 16 h 30 à 18 h, du 8 au 25 septembre 2026

3^e-4^e-5^e secondaire : lundi et mercredi
de 16 h 30 à 18 h du 9 au 23 septembre 2026



TRIATHLON

Dynamique, exigeant et inspirant, le triathlon est un sport d'endurance où chaque seconde compte et où la persévérance est reine. Au Collège Notre-Dame, il captive des élèves prêts à se surpasser, que ce soit dans l'eau, sur le vélo ou à la course.

- Deux compétitions d'athlétisme et deux compétitions de natation du RSEQ, un aquathlon à Sherbrooke et un triathlon en juin 2027 sont prévus.
- Autres compétitions possibles avec frais supplémentaires.

Participants min 20 | max 25

COÛT : 1 250 \$*

Inclus : une veste, une serviette de plage, un casque de bain et une séance de photos sportives.

* Pour les nouvelles inscriptions : achat obligatoire d'un maillot de compétition de triathlon au début de l'année.

INSCRIPTION

CALENDRIER DES COMPÉTITIONS

- 27 NOVEMBRE
compétitions d'athlétisme du RSEQ
- 11 DÉCEMBRE AU COLLÈGE NOTRE-DAME
compétitions de natation du RSEQ
- 22 JANVIER
compétitions d'athlétisme du RSEQ
- 19 FÉVRIER À RÉGINA-ASSUMPTA
compétitions de natation du RSEQ
- 1 aquathlon à Sherbrooke
- 1 triathlon en juin

1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

AUTOMNE (28 septembre au 6 novembre)
Course : lundi et vendredi, de 16 h 30 à 18 h
Natation : mercredi de 16 h 30 à 18 h

HIVER (9 novembre au 2 avril)
Natation : lundi et vendredi, de 16 h 30 à 18 h
Course (athlétisme) : jeudi de 16 h 30 à 18 h
Vélo (spinning) : mercredi de 16 h 30 à 18 h

PRINTEMPS (5 avril au 4 juin)
Course (athlétisme) : mercredi
de 16 h 30 à 18 h
Natation : lundi et vendredi 16 h 30 à 18 h
ou jeudi de 6 h 30 à 8 h
Vélo : mardi de 16 h 30 à 18 h



LIEU

piscine, piste et complexe sportif



SESSION ANNUELLE

du 28 septembre 2026 au 4 juin 2027

Camp de sélection OBLIGATOIRE (30 \$)

COURSE (ATHLÉTISME) : sur la piste de course,
les lundis 14 et 21 septembre de 16 h 30 à 18 h
NATATION : à la piscine, les mercredis
9, 16 et 23 septembre de 16 h 30 à 18 h.



ULTIMATE FRISBEE

Dynamique, stratégique et collectif, l'ultimate frisbee est un sport d'équipe où chaque passe compte et où l'esprit de jeu règne. Au Collège Notre-Dame, il rassemble des élèves passionnés par le mouvement, la précision et la coopération. Sur le terrain, nos équipes mixtes développent leur agilité, leur endurance et leur sens tactique, tout en cultivant le respect et la camaraderie.

AUTOMNE

La pratique comprend un entraînement par semaine, En plus d'un festival le 10 octobre au Collège Notre-Dame et d'un championnat régional au Mont St-Louis à la fin octobre. Il n'y a pas de camp de sélection.

COÛT SESSION AUTOMNE (7 SEMAINES) : 250 \$

PRINTEMPS

La pratique comprend deux entraînements par semaine, trois jamborees les week-ends de trois ou quatre parties par jamboree ou quelques matchs en semaine avec le RSEQ Lac St-Louis, finale régionale le 5 juin 2027 au Collège Notre-Dame.

COÛT SESSION PRINTEMPS : 340 \$

Inclus : un chandail de compression manche courte, un short, le prêt de l'uniforme, et une séance de photos sportives.

INSCRIPTION



1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



SESSION AUTOMNE

du 13 septembre au 25 octobre 2026
inscriptions jusqu'au 11 septembre 23h59

HORAIRE

dimanche de 15 h à 17 h 30



SESSION PRINTEMPS

du 5 avril au 7 juin 2027
inscriptions jusqu'au 15 mars 2027

HORAIRE

mardi et jeudi de 16 h 30 à 18 h 30



LIEU

terrain Reine-Marie

**Camp de sélection OBLIGATOIRE (30 \$)
pour session printemps 2027
mardi 23 et jeudi 25 mars 2027**

1^{re} et 2^e secondaire : de 16 h 30 à 18 h
3^e, 4^e et 5^e secondaire : de 18 h à 19 h 30



VOLLEYBALL

ATOME FILLE (1^{RE} SECONDAIRE)

près de 12 matchs avec le RSEQ avec éliminatoires ainsi que 3 tournois dans la grande région de Montréal.

BENJAMIN FILLE (2^E SECONDAIRE)

près de 12 parties avec le RSEQ avec éliminatoires et 3 ou 4 tournois dans la grande région de Montréal.

CADET FILLE D4 (3^E ET 4^E SECONDAIRE)

environ 12 à 14 parties avec le RSEQ et 3 ou 4 tournois dans la grande région de Montréal.

CADET FILLE D3 (3^E ET 4^E SECONDAIRE)

environ 12 à 14 parties avec le RSEQ, 10 à 12 parties dans la ligue du GMAA et 3 ou 4 tournois dans la grande région de Montréal.

JUVÉNILE FILLE (3^E, 4^E ET 5^E SECONDAIRE)

environ 12 à 14 parties avec le RSEQ, 10 à 12 parties dans la ligue du GMAA et 3 ou 4 tournois dans la grande région de Montréal.

GARÇON (catégories à déterminer)

12 parties RSEQ sous forme de jamboree la fin de semaine et 10 à 12 parties dans la ligue du GMAA et 1 ou 2 tournois.

COÛT ATOME ET BENJAMIN FÉMININ : 900 \$

Inclus : un tshirt et un short à l'effigie des Cactus ainsi qu'une séance de photos sportives.
La camisole de match sera prêtée pour la saison.
Participation à la ligue du RSEQ-Mtl seulement.

COÛT CADET D3 ET JUVÉNILE FÉMININ : 990 \$

Inclus : un tshirt et un short à l'effigie des Cactus ainsi qu'une séance de photos sportives.
La camisole de match sera prêtée pour la saison.
Participation à la ligue du GMAA et du RSEQ-Montréal.

COÛT MASCULIN : 930 \$

Inclus : un tshirt et un short à l'effigie des Cactus ainsi qu'une séance de photos sportives.
L'uniforme de match sera prêté pour la saison.
Participation à la ligue du GMAA et du RSEQ-Montréal.

1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



SESSION ANNUELLE

du 23 septembre au 23 avril 2027



LIEU

complexe sportif



HORAIRE

ATOME FILLE, CADET FILLE D4 ET
CADET FILLE D3 : mardi de 16 h 30 à 18 h,
jeudi de 18 h à 19 h 30 et
quelques samedis entre 9 h et 12 h
BENJAMIN FILLE ET JUVÉNILE FILLE : mardi
de 18 h à 19 h 30, jeudi de 16 h 30 à 18 h et
quelques samedis entre 9 h et 12 h

GARÇON : mardi de 16 h 30 à 18 h ou
jeudi de 18 h à 19 h 30 et mercredi
entre 16 h 30 et 19h30



INSCRIPTION





VOLLEYBALL (suite)

Camp de sélection OBLIGATOIRE (30 \$)

1^{RE} SECONDAIRE - FILLES

samedi 5 septembre de 9 h à 12 h, mardi 8 septembre de 16 h 30 à 18 h et mercredi 9 septembre de 16 h 30 à 19 h 30, tests physiques : mercredi 9 septembre de 18 h à 19 h 30 et samedi 12 septembre de 9 h à 12 h.

2^E SECONDAIRE - FILLES :

samedi 29 août de 9 h à 12 h, mardi 8 septembre de 18 h à 19 h 30 et mercredi 9 septembre de 16 h 30 à 19 h 30, tests physiques : mercredi 9 septembre de 16 h 30 à 18 h et samedi 12 septembre de 9 h à 12 h.

3^E, 4^E ET 5^E SECONDAIRE - FILLES

PRÉ-SÉLECTIONS

mardi 18, mercredi 19 et jeudi 20 août de 12 h 30 à 15 h 30

SÉLECTIONS

mardi 25 août de 15 h 30 à 18 h 30, mercredi 26 août de 16 h 30 à 19 h 30
tests physiques : mercredi 26 août de 16 h 30 à 18 h, mardi 1^{er} septembre de 18 h à 19 h 30 et jeudi 3 septembre de 16 h 30 à 18 h.

U15 - ÉQUIPE CIVILE :

Pré-sélection : mardi 18, mercredi 19 et jeudi 20 août de 9 h à 12 h, samedi 22 août et 5 septembre de 9 h à 12 h,
Sélection : samedis 26 septembre et 3 octobre de 9 h à 12 h.

GARÇONS 1^{RE} À 5^E SECONDAIRE

mardi 25 août de 16 h 30 à 18 h, mercredi 26 août de 16 h 30 à 19 h 30, tests physiques : mercredi 26 août de 18 h à 19 h 30, mardi 1^{er} septembre de 16 h 30 à 18 h, mercredi 2 septembre de 16 h 30 à 19 h 30 et jeudi 3 septembre de 18 h à 19 h 30.

1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



SESSION ANNUELLE

du 23 septembre au 23 avril 2027



LIEU

complexe sportif



INSCRIPTION





FOOTBALL
FUTSAL FÉMININ
FUTSAL MASCULIN
HOCKEY MASCULIN

SPORTS D'EXCELLENCE

Toutes les équipes sont en fonction ;
il n'y a plus d'inscription possible.

Pour ceux qui désirent joindre un des
trois programmes l'an prochain,
nous vous invitons à communiquer
avec les coordonnateurs
des différentes disciplines.

ACTIVITÉS
SPORTIVES
RÉCRÉATIVES



ATHLÉTISME EXTÉRIEUR

Cette activité permet aux élèves de pratiquer l'athlétisme extérieur au printemps en même temps que les membres de l'équipe annuelle. Une compétition extérieure à la fin mai complète les entraînements.

Maximum de 20 coureurs (pas de camp de sélection).

COÛT : 325 \$

INSCRIPTION



1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

lundi, mercredi et vendredi
de 16 h 30 à 18 h



LIEU

piste de course extérieure



SESSION UNIQUE

du 12 avril au 4 juin 2027
incluant une compétition extérieure
à la fin mai
inscriptions jusqu'au 7 avril 2027 à 23 h 59
dans la section Activités parascolaires
récréatives → activités sportives → Session
Printemps



Pour plus d'informations, veuillez
communiquer avec Mme Catherine Labbé,
coordonnatrice des sports.



CROSS-COUNTRY

La 56e édition du cross-country du RSEQ-Montréal se déroulera encore cette année sur l'Île Sainte-Hélène, le jeudi 15 octobre. Une activité qui est ouverte à tous mais seulement six élèves par catégorie et par sexe participeront à la compétition au niveau élite (possibilité d'un championnat provincial). Les autres élèves seront inscrits au niveau participation. Pour sélectionner la délégation élite, nous procéderons à une course parmi tous les inscrits, le mercredi 23 septembre 2026 après l'école. Les athlètes inscrits à l'équipe d'athlétisme et à l'activité entraînement de cross-country n'ont pas à s'inscrire à cette activité car c'est inclus dans leurs frais.

CATÉGORIES ET DISTANCES :

BENJAMIN (élèves nés entre le 1^{er} octobre 2012 et le 30 septembre 2014)

Distance : 2 km en participation, 3 km en élite

CADET (élèves nés entre le 1^{er} octobre 2010 et le 30 septembre 2012)

Distance : 4 km

JUVÉNILE (élèves nés entre le 1^{er} juillet 2008 et le 30 septembre 2010)

Distance : 4 km en participation, 5 km en élite

COÛT : 40 \$

INSCRIPTION



1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

jeudi 15 octobre 2026

entre 13 h et 16 h selon la catégorie



LIEU

Île Sainte-Hélène à Montréal



SESSION UNIQUE

inscriptions jusqu'au

29 septembre 2026 à 23 h 59

(les élèves inscrits après le 23 septembre
compétitionneront automatiquement
au niveau participation)



Pour plus d'informations, veuillez
communiquer avec Mme Catherine Labbé,
coordonnatrice des sports.



ENTRAÎNEMENT CROSS-COUNTRY

Cette activité permet aux élèves de perfectionner leurs techniques de course et de développer leur endurance dans différents environnements. Les entraînements se déroulent notamment à l'extérieur du collège, sur des parcours comportant des dénivelés et des terrains variés, afin de diversifier les défis et de favoriser leur progression.

Maximum de 20 coureurs (pas de camp de sélection).

COÛT : 150 \$

INSCRIPTION



1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

mardi de 16 h 30 à 17 h 30



LIEU

course aux alentours du Collège



SESSION UNIQUE

du 15 septembre au 13 octobre
se terminant par le championnat régional de
cross-country le jeudi 15 octobre
à l'Île Ste-Hélène
inscriptions jusqu'au
11 septembre 2026 à 23 h 59
inscriptions dans la section Activités
parascolaires récréatives → activités
sportives → Session Automne



Pour plus d'informations, veuillez
communiquer avec Mme Catherine Labbé,
coordonnatrice des sports.



LIGUE INTRAMURALE DE FUTSAL

Le programme de futsal du Collège offre la possibilité aux élèves de participer à une ligue intra murale de futsal de façon hebdomadaire sur 10 séances. Cette activité n'est pas accessible aux élèves faisant déjà partie des équipes de futsal du collège.

Participants max 26

COÛT : 150 \$

INSCRIPTION



1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

samedi de 9 h à 10 h 30



LIEU

gymnase simple



SESSION HIVER

du 9 janvier au 10 avril 2027

inscriptions jusqu'au 8 janvier à 23 h 59
dans la section Équipes sportives compétitives
→ Futsal → Ligue Intramurale → intérieure



Pour plus d'informations, communiquez
avec M. Nicolas Giovanni,
chargé de programme de futsal



LIGUE INTRAMURALE DE SOCCER EXTÉRIEUR 7 CONTRE 7

Le programme de futsal du Collège offre la possibilité aux élèves de participer à une ligue intra murale de soccer extérieur de 8 séances. Cette activité n'est pas accessible aux élèves faisant déjà partie des équipes de futsal du Collège.

Participants max 48

COÛT : 155 \$

INSCRIPTION



1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

lundi de 16 h 30 à 18 h



LIEU

terrain Jacques-Gauthier



SESSION AUTOMNE

du 14 septembre au 9 novembre 2026

inscriptions jusqu' 4 septembre 2026 à 23 h 59
dans la section Équipes sportives compétitives
→ Futsal → Ligue Intramurale → extérieure



Pour plus d'informations, veuillez
communiquer avec M. Nicolas Giovanni,
chargé de programme de futsal



COURS DE NATATION DÉBUTANT

L'objectif est de permettre aux élèves de s'initier à la natation par des cours donnés en automne. Le cours est offert aux élèves qui savent peu ou pas nager. C'est une activité de 10 semaines d'initiation, donnée par des entraîneurs du programme de natation..

Participants min 8 | max 16

COÛT : 200 \$

INSCRIPTION



1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

lundi de 18 h à 19 h



LIEU

piscine



SESSION AUTOMNE

du 14 septembre au 30 novembre 2026
(relâche le 12 octobre et 2 novembre)
inscriptions jusqu'au 11 septembre 2026 à 23 h 59



Pour plus d'informations, veuillez communiquer avec Mme Catherine Labbé, coordonnatrice des sports.



NATATION RÉCRÉATIVE

L'objectif est de permettre aux élèves de faire un entraînement une fois par semaine dans un contexte plus récréatif. Cette activité est offerte aux élèves sachant nager afin de maintenir la forme.

Participants min 8 | max 16

COÛT : 450 \$

INSCRIPTION



1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

mardi de 16 h 30 à 17 h 30



LIEU

piscine



SESSION AUTOMNE

du 6 octobre au 27 avril 2027
inscriptions jusqu'au 2 octobre 2026 à 23 h 59



Pour plus d'informations, veuillez communiquer avec Mme Catherine Labbé, coordonnatrice des sports.



INTRODUCTION AU SAUVETAGE AQUATIQUE DE COMPÉTITION

Cet entraînement développe les réflexes du secouriste et favorise le développement des habiletés physiques en milieu aquatique. Les notions de priorité en sauvetage y sont pratiquées et les capacités à effectuer des portages et remorquages de victimes dans l'eau sont développées.

Les athlètes développeront leur technique de nage en plus de leur initiation aux embarcations de compétition de sauvetage sportif (aquaplane et Surfski).

Cette initiation au sauvetage sportif s'adresse aux nageurs de tous les niveaux pouvant nager 50 mètres en eau profonde.

Participants min 8 | max 16

COÛT : 200 \$

INSCRIPTION



Profite d'une séance d'essai gratuite
le mardi 29 septembre à 17h30
pour venir l'expérimenter, poser tes questions
et voir si tu aimerais poursuivre l'activité avec nous!

1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

mardi de 17 h 30 à 18 h 30



LIEU

piscine



SESSION HIVER

du 6 octobre au 15 décembre 2026 inscriptions
jusqu'au 2 octobre 2026 à 23 h 59



Pour plus d'informations, veuillez
communiquer avec Mme Catherine Labbé,
coordonnatrice des sports.



TENNIS DE TABLE

Le tennis de table est un sport de raquette amusant et accessible, peu importe son niveau (débutant, intermédiaire ou compétitif). À chaque cours, le participant pourra apprendre des techniques de base du ping-pong afin de développer ses habiletés. Les cours permettront également de maîtriser les règles du tennis de table. Chaque session comprend des démonstrations et des entraînements de groupe. L'élève qui le désire pourra aussi s'inscrire pour participer à des compétitions.

L'élève doit fournir sa raquette.

Participants min 10 | max 24

COÛT : 265 \$

INSCRIPTION



1^{re} 2^e 3^e 4^e 5^e



HORAIRE

mercredi de 16 h 30 à 18 h



LIEU

Salle Saint-Louis



SESSION AUTOMNE

du 23 septembre au 9 décembre 2026

inscriptions jusqu'au 16 septembre à midi



SESSION HIVER

du 20 janvier au 14 avril 2027

inscriptions jusqu'au 13 janvier 2027 à midi



Pour plus d'informations, veuillez communiquer avec Mme Anie Rousseau, coordonnatrice à la vie étudiante



Au Collège NotreDame, les voyages font partie intégrante de l'expérience éducative. Bien plus que de simples sorties, ils représentent des occasions uniques de grandir, de découvrir et de s'ouvrir sur le monde. Chaque année, nos élèves ont la possibilité de vivre des expériences marquantes, adaptées à leur niveau et à leurs intérêts. Qu'il s'agisse d'explorations culturelles, d'échanges internationaux, d'aventures sportives ou de séjours immersifs, ces voyages sont conçus pour enrichir leur parcours scolaire de façon concrète et stimulante. À travers ces expériences, les élèves développent leur autonomie, renforcent leurs liens avec leurs pairs et apprennent à mieux comprendre différentes cultures et réalités. Ils découvrent aussi de nouvelles passions, repoussent leurs limites et créent des souvenirs qui les accompagneront pour toute la vie. Encadrés par des membres du personnel engagés, ces voyages sont sécuritaires, bien structurés et porteurs de sens. Ils contribuent pleinement à la mission éducative du Collège : « former l'esprit, le cœur et le corps » de nos élèves.

VOYAGES

Les appels à candidature et les inscriptions ne débuteront qu'après la rentrée scolaire.



TORONTO – NIAGARA FALLS

Du spectaculaire bateau Hornblower au pied des majestueuses chutes du Niagara, jusqu'à l'ambiance animée de Clifton Hill, les élèves plongeront dans un séjour rempli d'émotions et de découvertes ! Ils exploreront les couleurs vibrantes de Graffiti Alley, prendront de la hauteur à la célèbre Tour CN, découvriront l'élégance du Casa Loma, vibreront au Temple de la renommée du hockey et profiteront de l'énergie du Eaton Centre. Et bien plus encore...

Au programme : une expérience complète alliant culture, divertissement et exploration des incontournables !

Un voyage dynamique qui promet émerveillement, plaisir et souvenirs mémorables pour tous !

1^{re}

Du 22 mai au 24 mai 2027

De 36 à 44 élèves



PARIS – ÉCHANGE ÉTUDIANT COLLÈGE / LYCÉE SAINT-MICHEL DE SAINT-MANDÉ

Les élèves vivront une expérience unique en découvrant Paris pendant une dizaine de jours. Chacun sera chaleureusement accueilli par un élève du Collège Saint-Michel et sa famille, pour une immersion complète dans la vie parisienne.

Chaque matin, les élèves retrouveront les accompagnateurs au Collège Saint-Michel de Saint-Mandé avant de partir à la découverte de la capitale. Au programme : des journées riches en activités pendant que leurs correspondants français seront en classe.

Des visites incontournables les attendent : Le Centre Georges Pompidou, la majestueuse Notre-Dame de Paris, les ruelles artistiques de Montmartre, l'impressionnant Opéra Garnier, le célèbre Musée du Louvre... et bien d'autres surprises !

Puis l'aventure continue à Montréal : Ce sera au tour des élèves parisiens de traverser l'Atlantique ! Ils seront accueillis à Montréal par leur correspondant québécois et sa famille, pour vivre à leur tour une expérience enrichissante et mémorable. Les élèves français viendront nous visiter vers la fin janvier, afin de vivre un hiver québécois.

2^e

Du 26 mars au 3 avril 2027

De 20 à 32 élèves



Pour plus d'informations, veuillez communiquer avec Mme Vanessa Peyronny
vpeyronny@collegenotredame.com



PORTUGAL – LES AÇORES

Ce voyage éducatif unique au Portugal promet une aventure aussi enrichissante qu'inoubliable. Au cœur des magnifiques paysages des Açores, les élèves vivront une véritable immersion culturelle qui leur permettra d'élargir leurs horizons, de stimuler leur curiosité et d'apprendre autrement, de façon vivante et concrète.

Bouger, explorer et se dépasser. Au programme : une foule d'activités sportives comme la randonnée, le vélo et le kayak. Autant d'occasions de bouger, de relever des défis physiques et de renforcer l'esprit d'équipe dans un cadre naturel exceptionnel.

Un voyage qui combine découverte, aventure et apprentissage... pour créer des souvenirs mémorables !



ESPAGNE – ANDALOUSIE

Offrir à nos élèves une aventure inoubliable au cœur de l'Andalousie ! Ce séjour d'immersion linguistique leur permettra de vivre l'espagnol au quotidien. Ils seront chaleureusement accueillis en duo ou en petits groupes dans des familles espagnoles, pour une expérience authentique et humaine.

Grâce à l'école de langue Maravillas, reconnue pour l'excellence de ses programmes, les jeunes bénéficieront de cours interactifs mais également d'activités stimulantes avec un programme riche et captivant. Atelier cuisine pour apprendre à préparer la vraie paella, excursion spectaculaire au Torcal de Antequera, visite de Grenade et du mythique Palais de l'Alhambra, promenade dans les magnifiques jardins du Generalife et bien d'autres activités.

Une expérience qui transforme : ce voyage, c'est bien plus que des cours : c'est l'occasion de développer sa confiance, de pratiquer la langue dans un contexte réel et de découvrir une culture vibrante et fascinante.

3^e

Du 26 mars au 3 avril 2027

De 30 à 34 élèves

4^e

Du 26 mars au 3 avril 2027

De 32 à 40 élèves



Pour plus d'informations, veuillez communiquer avec Mme Vanessa Peyronny
vpeyronny@collegenotredame.com



TORONTO

VOYAGES DES FINISSANTS

5^e

Cap sur Toronto pour célébrer la fin du secondaire comme il se doit!

Du 22 au 24 mai 2027

De 36 à 44 élèves

Pendant trois jours, les élèves vivront une expérience électrisante mêlant découvertes urbaines, activités culturelles et moments festifs. Dès l'arrivée, plongez dans l'ambiance vibrante du centre-ville : gratte-ciels impressionnants, rues animées et lieux emblématiques. Une immersion rapide dans l'énergie torontoise !

De l'histoire du hockey au Musée royal de l'Ontario, en passant par les fondateurs marines de l'aquarium Ripley's et la vue spectaculaire de la tour du CN — chaque moment est une découverte. Profitez de temps libre au célèbre Eaton Centre pour explorer, magasiner et savourer la ville à votre rythme.

Moment fort du séjour : une croisière festive avec souper, musique et danse, offrant une vue imprenable sur Toronto illuminée.

Pour clôturer le voyage en beauté, une journée complète à Canada's Wonderland, avec montagnes russes, manèges et fous rires assurés.

Des souvenirs pour la vie entre amis, émotions fortes et moments mémorables, ce voyage est bien plus qu'une sortie : c'est une célébration marquante de la fin d'un chapitre.



Pour plus d'informations, veuillez
communiquer avec Mme Vanessa Peyronny
vpeyronny@collegenotredame.com



GRÈCE ANTIQUE ET LES MÉTÉORES

VOYAGES DES FINISSANTS

5^e

Un voyage marquant, entre histoire et découvertes
Offrir à nos finissants une expérience unique, à la fois culturelle, humaine et inoubliable. Ce voyage en Grèce promet un véritable dépaysement, où chaque journée devient une occasion d'apprendre, de bouger et de grandir.

25 mars au 3 avril 2027

De 24 à 28 élèves

Un parcours à travers l'histoire

Des sites mythiques comme Delphes, les Météores (UNESCO) et le stade Panathénaïque plongent les élèves au cœur des racines de notre civilisation et de la naissance des Jeux olympiques.

Bouger et explorer

Entre randonnées dans la vallée des oliviers et découvertes actives, les élèves vivent un apprentissage concret qui allie corps et esprit.

Une immersion totale

Croisière inoubliable vers les îles d'Hydra, Poros et Égine, découverte des traditions locales et adaptation au mode de vie grec : une véritable ouverture sur le monde.

Grandir ensemble

Ce séjour permet aux élèves de sortir de leur zone de confort, de tisser des liens autrement et de découvrir leurs camarades... sous un nouveau jour.

Bien plus qu'un voyage

C'est une aventure qui forme l'esprit, nourrit la curiosité et laisse des souvenirs impérissables. Un moment exceptionnel pour conclure le secondaire en beauté.



Pour plus d'informations, veuillez
communiquer avec Mme Vanessa Peyronny
vpeyronny@collegenotredame.com



PARIS EN MUSIQUE

UNE AVENTURE ARTISTIQUE INOUBLIABLE

Offrir aux élèves de l'Orchestre à vents du Collège une expérience unique de 8 jours au cœur de Paris, où musique, culture et découvertes se rencontrent pour créer un voyage exceptionnel.

Faire rayonner la musique au-delà des frontières

Ce séjour permettra aux élèves de monter sur scène et représenter le Collège avec trois prestations musicales de l'Orchestre dans des lieux encore tenus secrets, qui viendront marquer les esprits et couronner leur engagement artistique.

Une immersion culturelle riche et captivante

Paris devient une véritable salle de classe vivante ! Les élèves découvriront des lieux emblématiques : le Trocadéro, le meilleur endroit pour admirer et photographier la tour Eiffel, une excursion à Versailles, avec visite du Château et découverte libre des magnifiques jardins, le Louvre et la majestueuse cathédrale Notre-Dame, le Musée de la Musique à la Philharmonie de Paris et l'Opéra Garnier et d'autres activités pleines de surprises !

Grandir ensemble à travers la musique et s'ouvrir au monde

Voyager, jouer et collaborer dans un contexte international permet aux élèves de développer solidarité, respect et esprit d'équipe, tout en sortant de leur zone de confort.

Ce voyage stimule la curiosité culturelle, développe l'autonomie et permet une connexion réelle avec un environnement artistique riche.

Bien plus qu'un voyage : une scène internationale pour s'exprimer, partager et laisser une trace... avec des prestations surprises inoubliables !



Du 25 mars au 1er avril 2027

De 30 à 45 élèves



Pour plus d'informations, veuillez
communiquer avec Mme Vanessa Peyronny
vpeyronny@collegenotredame.com



IMMERSION FUTSAL AU BRÉSIL

AU CŒUR DE NOTRE PROGRAMME D'EXCELLENCE

4^e 5^e

26 février au 5 mars 2027

Offrir à nos élèves de 4^e et 5^e secondaire du programme d'excellence en futsal une expérience unique, intense et inspirante... directement là où le soccer et le futsal prennent toute leur dimension : le Brésil !

Une expérience sportive incomparable

Entre São Paulo et la ville dynamique de Campinas, les élèves plongeront dans un environnement où le futsal est une véritable passion. Ils auront la chance exceptionnelle de se mesurer à des équipes locales et de vivre le jeu avec une intensité nouvelle.

Se dépasser, ici et ailleurs

Affronter des adversaires d'un autre pays, s'adapter à un style de jeu différent, repousser ses limites... Ce voyage permet aux joueurs de grandir autant sur le plan sportif que personnel. Mais aussi de partager cette aventure avec ses coéquipiers, vivre des matchs, des entraînements et des découvertes ensemble : une occasion unique de solidifier les liens et de développer une cohésion encore plus forte.

Une véritable immersion culturelle et sportive

Au-delà du terrain, les élèves découvriront une culture vibrante où le sport est au cœur du quotidien.

Plus qu'un voyage : une étape clé dans leur développement sportif.



Pour plus d'informations, veuillez
communiquer avec Mme Vanessa Peyronny
vpeyronny@collegenotredame.com

POLITIQUES D'ANNULATION ET DE REMBOURSEMENT

L'inscription à l'activité peut être résiliée, à la seule discrétion du client, par la transmission d'un avis écrit seulement. L'avis écrit doit contenir :

Prénom et nom de famille de l'élève;

Foyer;

Nom de l'activité et catégorie, s'il y a lieu.

1. Si une demande d'annulation pour une activité est effectuée en cours de session, les sommes payables sont limitées aux montants suivants :

La valeur des services fournis à ce moment, calculée en fonction de la tarification uniforme déterminée et d'une pénalité équivalente au montant le moins élevé entre 50 \$ ou 10 % des services restants. L'excédent des montants déjà payés sera remboursé. Cependant, le Collège se réserve le droit de retenir toute somme remboursable pour une activité dans l'éventualité où le client est redevable envers le Collège, pour des frais rattachés au contrat de services éducatifs.

2. Une personne participante qui annule l'inscription avant le début de l'activité se verra chargée des frais administratifs de 25 \$.
3. La personne participante se verra obtenir le plein remboursement de ses frais d'inscription si le Collège annule l'activité à laquelle elle est inscrite, et ce, sans l'exigence d'un avis écrit de la part du client.

Pour annuler les activités suivantes : atelier d'art, club d'échecs, cours de cuisine, cours de pâtisserie, cours de photos, cours de production musicale, génies en herbe, improvisation, initiation à la technique de scène, robotique, tennis de table, initiation au théâtre et troupe de théâtre, écrire à :

Mme Anie Rousseau

arousseau@collegenotredame.com

Pour annuler les activités suivantes : athlétisme, badminton, basketball, flag-football, natation, triathlon, ultimate frisbee, volleyball, cross-country, tous les cours de natation et de sauvetage aquatique, écrire à :

Mme Catherine Labbé

clabbe@collegenotredame.com

Pour annuler les activités suivantes : futsal, ligue intramurale de futsal et de soccer extérieur, écrire à :

Mme Véronique Laverdière

vlaverdiere@collegenotredame.com

Pour annuler une activité relative au hockey féminin, écrire à **M. Scott Bailey**

sbailley@collegenotredame.com

Pour annuler les activités suivantes : programme d'orchestre, programme de jazz, programme en privé et programme de piano, programme de danse, écrire à :

musique@collegenotredame.com



2026-2027