

BOTTIN DES ACTIVITÉS **MONTIGNAC 2025-2026**

SPORTS INTRAMUROS
ACTIVITÉS PHYSIQUES
SPORTS INTERSCOLAIRES
ACTIVITÉS SOCIOCULTURELLES
SERVICES - COMITÉS - PROJETS
CAMPAGNE DE FINANCEMENT
ÉVÉNEMENTS ET SORTIES

KIOSQUES DANS LES SALLES PUBLIQUES
DU 8 AU 11 SEPTEMBRE 2025

INFORMATIONS

Caroline Binette, Animatrice à la vie étudiante

819-583-3023 # 6027

caroline.binette@csshc.gouv.qc.ca

Polyvalente

MONTIGNAC

Lac-Migantic

BOTTIN DES ACTIVITÉS 2025-2026

Polyvalente
MONTIGNAC
Lac-Miguasha

SPORTS INTRAMUROS

Les ligues intramuros au secteur sportif ont lieu durant la période du dîner entre 12 h 30 et 13 h. La formule proposée est de 3 différents blocs. Les élèves intéressés doivent, avant chaque bloc, s'inscrire pour le sport en question en mentionnant les autres membres de son équipe. Un horaire est établi pour la durée totale du bloc. Ainsi, les élèves inscrits à l'activité ont un aperçu de leur implication pour les semaines à venir (1 ou 2 midis par semaine selon la popularité). Un élève qui s'inscrit seul pourra être jumelé à une équipe.

FUTSAL

Bloc 1

Fin septembre à fin novembre 2025

BADMINTON

Bloc 2

Début décembre 2025 à fin février 2026

VOLLEYBALL MIXTE

Bloc 3

Mi-mars à mi-mai 2026

ACTIVITÉS PHYSIQUES

SKI DE FOND

AUCUN COÛT

Nov. à mars: Lundi de 16 h 10 à 17 h 45

Entraînements dirigés par un entraîneur afin de découvrir les techniques de ski de fond classique et patin. Équipements fournis par l'école.

CLUB DE COURSE

AUCUN COÛT

2 sessions : Automne (août à novembre) et Printemps (avril à juin): 1 soir / sem. de 16 h 15 à 17 h

Entraînements extérieurs de groupe dirigés par un entraîneur en sentier ou sur route. Le club s'adresse à tous ceux qui désirent courir, débutant dans la course à pied ou coureur aguerri. Possibilité de participer à des compétitions scolaires ou à des événements de course.

CLUB PLEIN AIR

COÛTS SELON LA SORTIE

Environ 3 sorties dans l'année

Randonnées pédestres automnales et hivernales avec possibilité de coucher en refuge. Le coût des sorties varie entre 10 \$ et 35 \$ selon la destination et le type d'activité.

SALLE D'ENTRAÎNEMENT

10 \$ POUR LES MEMBRES DES ÉQUIPES

20 \$ POUR LES ÉLÈVES

**Tous les jours (sauf 1 et 8) entre 12 h 25 et 13 h
Lundi et mercredi de 16 h à 17 h**

Accès à des équipements pour la musculation et le développement du cardio-vasculaire. Local surveillé en tout temps par un adulte.

ULTIMATE FRISBEE

AUCUN COÛT

Septembre à novembre: 1 fois par semaine

Entraînements d'équipe dirigés par un entraîneur. Initiation à un sport d'équipe mixte au sein duquel l'esprit sportif est valorisé. Possibilité de s'inscrire dans la ligue RSEQ au printemps pour faire quelques parties face à d'autres écoles.

BOTTIN DES ACTIVITÉS 2025-2026

Polyvalente
MONTIGNAC
Lac Mégantic

SPORTS INTERSCOLAIRES

Les équipes sportives Montignac évoluent majoritairement au sein des ligues du Réseau du sport étudiant (RSEQ). Peu importe la discipline pratiquée, l'athlète doit participer aux entraînements pour prendre part aux parties. De plus, certains sports font des entraînements de sélection en début de saison pour classer les athlètes dans les bons niveaux de jeu (division 3 ou 4). Pour chacun des sports, l'élève a droit à une période d'essai. Une fois les équipes formées et la saison débutée, les athlètes recevront le formulaire d'inscription et le code d'éthique de l'athlète à signer par les athlètes et les parents. Ils devront en même temps déboursier les frais d'inscription.

*Le prix plancher s'applique aux élèves qui participent à la campagne de financement. (détails dans le bottin). Sinon, l'élève doit déboursier le prix le plus élevé.

BASKETBALL

180 \$* OU 220 \$

CHEERLEADING

180 \$* OU 220 \$

FLAG-FOOTBALL

JUVÉNILE: 145 \$* OU 185 \$

BENJAMINE ET CADETTE: 125 \$* OU 165 \$

FOOTBALL

180 \$* OU 220 \$

FUTSAL

125 \$* OU 165 \$

NATATION

2 FOIS / SEM.: 110 \$* OU 140 \$

VOLLEYBALL

180 \$* OU 220 \$

Septembre à février: Lundi et mercredi

Entraînements dirigés par un entraîneur. Participation à environ 10 à 12 parties (selon la catégorie) du RSEQ-CE (soirs de semaine et fins de semaine).

Septembre à avril: Lundi et mercredi

Sport d'équipe qui intègre la danse, la gymnastique et l'acrogym présentées sous forme de chorégraphie. Participation à 2 ou 3 compétitions du RSEQ (amicales et régionale).

Juvénile: Septembre et octobre: 2 fois par semaine

Benjamine et cadette: Avril à juin: 2 fois par semaine

Entraînements dirigés par des entraîneurs. Participation à environ 8 parties à l'automne (juvénile) et à environ 6 parties au printemps (cadette) du RSEQ-CE (soirs ou fins de semaine).

Août à novembre: 2 ou 3 fois par semaine

Catégories atome, benjamin, cadet, juvénile.

Entraînements dirigés par des entraîneurs certifiés. Participation à environ 8 parties du RSEQ (vendredis soirs et fins de semaine).

Février à avril: 2 fois par semaine

Entraînements dirigés par un entraîneur. Participation à environ 8 à 10 parties (selon la catégorie) du RSEQ-CE (fins de semaine).

Septembre à avril: Mardi et jeudi

Entraînements dirigés par des entraîneurs à la piscine du Centre Sportif Mégantic.

Les athlètes participent à 6 compétitions du RSEQ-CE (samedis) dans différentes épreuves.

Septembre à mars: Mardi et jeudi

Entraînements dirigés par un entraîneur certifié.

Catégorie D4: Participation à environ 6 tournois du RSEQ-CE (fins de semaine).

Catégorie D3 : Participation à environ 6 tournois du RSEQ-CE et à environ 6 compétitions civiles. (fins de semaine).

BOTTIN DES ACTIVITÉS 2024-2025

Polyvalente
MONTIGNAC
L'École Montignac

ACTIVITÉS SOCIOCULTURELLES

ANIMALERIE

SEPTEMBRE À JUIN

ALBUM DES FINISSANTS

SEPTEMBRE À AVRIL

BAL DES FINISSANTS

OCTOBRE À JUIN

CHORALE

70 \$

CLUB ÉCHECS

SEPTEMBRE À MAI

CLUB D'ÉCRITURE

SEPTEMBRE À MAI

EXPRESSO JUNIOR

EXPRESSO SENIOR

IMPROVISATION

SEPTEMBRE À MAI

JARDIN COMMUNAUTÉ

SEPTEMBRE À MAI

MAGAZINE ZIG ZAG

SEPTEMBRE À MARS

Local ouvert tous les midis

Durant toute l'année scolaire, les élèves ont le privilège, sur l'heure du dîner, de prendre soin d'un petit hamster. Cette activité permet de développer le sens des responsabilités, l'esprit d'équipe et de partager son amour pour les animaux.

1 réunion par cycle

Production du prestigieux album des finissants (choix du design, montage des textes et des photos, vente, distribution). Ce comité est réservé aux élèves finissants.

1 réunion par cycle

Planification et organisation des événements des finissants (cérémonie, prix citron, soirée du bal, production et vente des vêtements). Ce comité est réservé aux élèves finissants.

Septembre à mai: 1 fois / sem. de 16 h 15 à 18 h 15

Nouvelle activité qui rassemble des élèves de 1re à 5e secondaire désirant trouver leur voix. C'est une belle occasion de développer des techniques de chant et d'offrir des prestations devant public en groupe.

Jours 2-5-8-9 (12 h 20 à 12 h 50): Local 2042

Que tu sois un habitué ou un nouveau joueur, tu es le bienvenu pour jouer, apprendre des techniques et t'améliorer aux échecs. Si tu es un adepte des cubes Rubik's ou que tu veux aussi apprendre comment les faire, nous avons aussi des cubes de 2x2 à 7x7. Possibilité d'ouvrir l'activité à un soir par semaine.

Jour 8 (12 h 20 à 13 h 10): Local 2001

Le Club d'écriture Montignac, c'est écrire pour s'amuser, écrire pour découvrir ce que les mots peuvent devenir sous notre crayon, écrire pour déposer sur papier des idées nouvelles ou des souvenirs amusants, écrire pour soi ou pour une personne chère, bref, écrire pour écrire.

Septembre à mai: Junior: Jours 2 et 7 au dîner Senior: Jeudi de 16h 15 à 17 h 30

Répétitions de pièces musicales et préparation de spectacles qui seront présentés devant les élèves de l'école et les gens de la communauté. Pour les élèves des cours de musique de 1re à 5e secondaire.

Période du dîner: Jours 2-4-8

Activité pour les jeunes qui veulent apprendre en s'amusant les techniques d'improvisation et améliorer leur jeu sur scène. La LIM est une ligue d'improvisation s'adressant à tous les niveaux. Les parties se font devant un public à la période du dîner à l'auditorium.

Activités ponctuelles (midis, soirs, pédagogiques)

Septembre à novembre: Récolte, cuisine et dégustation.

Avril à juin: Préparation des semis, mise en terre des plants.

1 midi par cycle

Comité d'élèves: Il voit au choix du thème et aux moyens de promotion du magazine. Il participe à la sélection des textes qui seront publiés dans le magazine et au lancement officiel. Rédaction des textes: Tous les élèves de la polyvalente ont la possibilité d'écrire un texte en lien avec le thème choisi.

BOTTIN DES ACTIVITÉS 2025-2026

Polyvalente
MONTIGNAC
Lac-Mégantic

ACTIVITÉS SOCIOCULTURELLES

MENUISERIE
SEPTEMBRE À JUIN

RADIO ÉTUDIANTE
SEPTEMBRE À JUIN

SCRAPBOOKING - ARTISANAT
SEPTEMBRE À MAI

TABLÉE DES CHEFS
NOVEMBRE À MAI

SERVICES - COMITÉS - PROJETS

CONSEIL DES ÉLÈVES
SEPTEMBRE À JUIN

COMITÉ BIBLIOTHÈQUE
SEPTEMBRE À MAI

ENTRAIDANTS
SEPTEMBRE À JUIN

EXPO SCIENCES
SEPTEMBRE À MARS

FRIPERIE
SEPTEMBRE À MAI

ROBOTIQUE
SEPTEMBRE À MAI

Jours à déterminer: Réservé aux élèves du 2e cycle

Activité permettant de travailler le bois à l'aide de divers outils dans les ateliers de l'école. Que tu sois débutant, intermédiaire ou avancé, tu trouveras un projet à ta hauteur.

Tous les jours

Animation musicale des salles publiques lors des périodes de pauses et du midi. Le choix musical revient aux élèves animateurs sous l'approbation de l'enseignant responsable. Les horaires de équipes d'animation sont faits en début d'année.

Jours 2 et 7 (12 h 25 à 13 h 15): Local 1066

Apprentissage de techniques de scrapbooking et de l'utilisation du matériel spécialisé. Montage d'un album personnel, de cartes, d'affiches, d'items décoratifs, etc.

Mercredi de 16 h 15 à 18 h 15

Activité culinaire animée par un professionnel qui se veut une occasion de se familiariser avec différents aspects de la cuisine en participant à des défis et à une compétition.

1 réunion par cycle: Jour 1

Comité d'élèves élus par leurs pairs afin de défendre les idées et les intérêts de la population étudiante à différents paliers (administratif, budgétaire, etc.). Organisation d'activités de masse pour tous les élèves (journées thématiques, Halloween, Noël, etc.). Les élections des membres auront lieu au début de l'année scolaire.

Jours 1 et 6 (12 h à 13 h): Bibliothèque

Comité d'élèves de 1re à 5e secondaire ayant pour mandat d'organiser des ateliers thématiques à chacun des mois, des concours et des activités culturelles (avec invités) à la bibliothèque. Ce groupe désire faire de cet endroit un milieu de vie accueillant et rassembleur pour les adeptes de la culture.

2 réunions par cycle

Groupe d'élèves formés afin d'intervenir auprès de leurs pairs sur différentes situations ou problématiques qu'ils peuvent rencontrer à l'école ou dans leur milieu familial. Les participants reçoivent diverses formations et proposent des projets spéciaux dans l'école.

2 midis par cycle: Jours à déterminer

Groupe d'élèves qui développe un projet seul ou en équipe de 2 sur un sujet scientifique (vulgarisation, expérience ou production). Possibilité de présenter son projet à la finale scolaire (fin janvier). Certains projets seront retenus pour participer à la finale régionale qui se tiendra à Sherbrooke au printemps.

2 midis par cycle: Local 1066

Projet opéré et aménagé par les élèves des groupes FPT2-3 et FMS5. La Friperie Montignac récupère des vêtements modes usagés pour les revendre à prix abordable. Le local est ouvert à tous les élèves de la polyvalente.

Activités selon les disponibilités (midis, soirs, pédagogiques)

Préparation à la compétition régionale zone 01 où les élèves peuvent participer à différentes compétitions dont le WRO.

BOTTIN DES ACTIVITÉS 2025-2026



CAMPAGNE DE FINANCEMENT À LA VIE ÉTUDIANTE

La campagne de financement pour les activités étudiantes aide les élèves à financer leur activité. Nous désirons favoriser une bonne participation c'est pour cette raison que deux différents prix sont proposés pour les sports interscolaire. La campagne s'adresse aux élèves qui participent **aux sports interscolaires, aux voyages et pour les finissants**. En plus d'aider à diminuer les coûts d'inscriptions à une activité ou à un voyage, cette campagne vient en aide à l'activité à laquelle l'élève participe.

* Pour avoir droit au prix plancher d'une activité (prix campagne), l'élève doit faire un minimum de vente (détails dans les documents officiels de la campagne).

Exemple:

Un élève qui s'inscrit au volleyball et qui ne fait pas la campagne de financement doit payer le montant de 220 \$.

Un élève qui s'inscrit au volleyball et qui participe à la campagne de financement avec le montant minimum de ventes aura le prix plancher à 180 \$ en plus de soustraire ses profits amassés à ce montant.

**LA CAMPAGNE DE FINANCEMENT SE FERA SOUS LA FORME D'UNE PRÉVENTE (COMMANDES)
DU 8 OCTOBRE AU 5 NOVEMBRE 2025**

**LA LIVRAISON DES PRODUITS SE FERA À LAMBTON ET À LAC-MÉGANTIC
DU 9 AU 11 DÉCEMBRE 2025**

PRODUITS EN VENTE (NON-OFFICIELS)

- **Coffrets de la Fromagerie La Chaudière**
- **Produits de la Boulangerie Lambton (baguettes, tartes, pains artisanaux)**
- **Coffrets de viande de la Ferme des petits Torrieux**
- **Sandwichs à la crème glacée du Plaisirs sans faim (finissants)**
- **Autres produits de la région du Granit**

**LES DOCUMENTS OFFICIELS DE LA CAMPAGNE DE FINANCEMENT SERONT
DISPONIBLES AU DÉBUT DU MOIS D'OCTOBRE 2025 !**

BOTTIN DES ACTIVITÉS 2025-2026

Polyvalente
MONTIGNAC
Lac-Mégantic

ÉVÉNEMENTS ET SORTIES

COLLECTE DE SANG

6 FÉVRIER 2026

Événement s'adressant aux parents et aux adultes de la communauté (18 ans et +) qui aura lieu aux gymnases de la polyvalente. Cette collecte est entièrement organisée par un comité d'élèves. La collecte a pour objectif de recruter environ 200 donateurs.

EXPO ARTS

OCTOBRE À JUIN

Aménagement du corridor dans le secteur des arts plastiques mettant en vedette les réalisations et les œuvres des élèves en arts plastiques.

GALA MÉRITAS

5 JUIN 2026

Gala qui récompense les efforts, les réussites et les implications des élèves. Animation et numéros assurés par des élèves. Deux versions sont offertes: le gala hors d'ondes (jour de classe) et le gala méritas (samedi soir).

GALA SOCIOCULTUREL

13 MAI 2026

Journée d'intégration des élèves de 6e année des écoles primaires de la région du Granit afin de mieux se familiariser avec les activités, les locaux et le fonctionnement de la polyvalente. Cette activité est organisée par des élèves de l'école.

GALA SPORTIF

26 MAI 2026

Gala mettant en vedette les athlètes des équipes sportives en récompensant leurs efforts et leurs performances. Animation par des élèves et prix décernés par les entraîneurs et les enseignants en éducation physique.

SALON DE L'ÉDUCATION

SEPTEMBRE 2025

Événement présentant plusieurs exposants des établissements scolaires collégiales, universitaires et de la formation professionnelle du Québec. Ce salon s'adresse aux élèves de 4e et 5e secondaire et aux élèves en fin de parcours au secondaire.

SHOW ÉTUDIANT

30 AVRIL 2026

Participation en tant qu'artiste (animation, danse, chant, musique, humour) au spectacle de variétés de l'école. Des auditions et des répétitions sont prévues pour les intéressés. Ce projet permet aux élèves de se familiariser avec les techniques de scène et les équipements spécialisés.

TRIATHLON SCOLAIRE

5 JUIN 2026

Événement sportif scolaire (maternelle à collégial) qui prône l'activité physique. Compétition participative mettant en vedette la natation, le vélo et la course. La distance des épreuves varie en fonction de l'âge des athlètes. L'événement se déroule au Centre sportif Mégantic.

VOYAGE À LA RONDE

JUIN 2026

Le traditionnel voyage de fin d'année à la Ronde est offert aux élèves de 1re à 5e secondaire. La sortie comprend le transport en autocar deluxe, le dîner et l'accès aux manèges.

AGENCE DE VOYAGES

PRINTEMPS 2026

Destinations et informations à venir.

