

LA CITÉ À LA CARTE



LA CITÉ À LA CARTE

Le camp d'anticipation « La Cité à la carte CSO » offre une programmation d'une quinzaine d'ateliers qui permet aux élèves de vivre une expérience d'apprentissage complémentaire à leur curriculum du secondaire, d'explorer des domaines d'études de leur choix et de donner un avant-goût des études postsecondaires, en français, au Collège La Cité.

Selon le forfait dans lequel l'élève est inscrit.e, en plus d'enrichir ses connaissances, de développer son savoir-faire et d'acquérir des compétences transférables, il.elle expérimente la réalité des carrières qui s'y rattachent.

Durant leur séjour, pour augmenter l'expérience La Cité, le Collège propose aux participant.e.s de vivre au rythme de la ville d'Ottawa en soirée.

Pour tous les détails, visitez le site :

<https://partenariatsenseignement.com/activite/camp-anticipation-la-cite-a-la-carte-cso/>



CLIENTÈLE : 200 élèves de la 10e et 11e année provenant des écoles secondaires de la région du Centre-Sud-Ouest de l'Ontario.

FORMAT : Les élèves doivent choisir 3 ateliers. Chaque élève explorera 3 ateliers d'une demi-journée (2,5 heures par atelier).

ITINÉRAIRE :

Le mardi 13 octobre 2026

- déplacement vers Ottawa
- arrivée à l'hôtel

Le mercredi 14 octobre 2026

- 7 h 00 Petit déjeuner à l'hôtel
- 8 h 30 Accueil à La Cité
- 9 h 00 Atelier 1
- 11 h 30 Lunch (gratuit)
- 12 h 00 Atelier 2
- 14 h 30 Visite guidée du campus
- 15 h 30 Retour à l'hôtel
- 16 h 00 Soirée et souper libre

Le jeudi 15 octobre 2026

- 7 h 00 Petit déjeuner à l'hôtel
- 8 h 45 Arrivée à La Cité
- 9 h 00 Atelier 3
- 11 h 30 Lunch (gratuit)
- 11 h 45 Au revoir !

ACTIVITÉ GRATUITE

Inclus :

- transport
- hébergement
- suppléance
- repas (déjeuners et dîners)

HÉBERGEMENT

Un bloc de chambres a été réservé pour 2 nuitées, les 13 et 14 octobre, à l'hôtel Holiday Inn situé près de La Cité.

Les écoles doivent fournir la liste des élèves regroupé.e.s par chambre (4 élèves par chambre) ainsi que la liste des accompagnateur.rice.s (1 accompagnateur.rice par chambre) à La Cité, responsable des réservations.

Cette liste doit être fournie au plus tard le vendredi 2 octobre en raison de la politique d'annulation de l'hôtel pour les groupes.

Holiday Inn Ottawa East

1199, rue Joseph Cyr

Ottawa (Ontario) K1J 7T4 Téléphone : 613 744-1060

<https://www.ihg.com/holidayinn>



INSCRIPTION

Préinscription - ronde 1 (avec prorata) :

8 au 25 septembre 2026

Préinscription - ronde 2 (ouvert à tous.tes) :

28 septembre au 2 octobre 2026

via Google Sheet du conseil scolaire pour la distribution des places

**Les élèves doivent s'inscrire auprès des enseignant.e.s responsables de leur école.*

Inscription :

5 au 8 octobre 2026

via OPIA - Outil provincial d'inscription aux activités DR – à faire après l'attribution des places confirmée par le conseiller.ère pédagogique de votre conseil scolaire.

<https://activites.dreussiteon.ca/activites>

Pour plus de renseignements, veuillez communiquer avec :

Amélie Lalonde

Agente de projets, Partenariats en enseignement

613-742-2483, poste 2887

amlalon@lacitec.on.ca

TABLE DES MATIÈRES

ARTS CULINAIRES Cuisine à la carte	5
TECHNIQUES D'INTERVENTION EN CRIMINOLOGIE Intro à la crimino	6
SOINS PARAMÉDICAUX Vivre l'adrénaline du paramédic	6
ANIMATION 3D Les secrets de l'animation 3D	7
DESIGN GRAPHIQUE Design graphique : crée, imagine, marque les esprits	7
CRÉATION DE CONTENU NUMÉRIQUE Vidéo, photo, balado... Pour les médias sociaux	8
JOURNALISME Micro, caméra, action... le journalisme en pratique	8
SERVICES D'INCENDIE Le pompier en action !	9
BIOTECHNOLOGIE Biotechnologie de la science en molécouleur	9

TECHNIQUES PHARMACEUTIQUES C'est plus que compter des pilules !	10
OPTICIEN.NE Lunettes, une question d'optique	10
ÉLECTRONEURODIAGNOSTIC Un cerveau électrique	11
TECHNOLOGIE DE L'ARCHITECTURE L'architecture? C'est édifiant !	11
TECHNOLOGIE DU GÉNIE CIVIL Le génie des cités	12
TECHNOLOGIE DU GÉNIE MÉCANIQUE Traitements thermiques en génie mécanique	12
ÉLECTRICITÉ Initiation à l'électricité	13
TECHNIQUES DE CHAUFFAGE, RÉFRIGÉRATION ET CLIMATISATION TCRC : chaud, froid, trop cool !	13
PLOMBERIE Deviens apprenti plombier !	14



Offert par les programmes
Arts culinaires et Gestion culinaire



Reconnaissance MHS
Hôtellerie et tourisme



Cuisine à la carte*

Atelier de niveau intermédiaire

Cet atelier s'adresse aux personnes qui possèdent déjà de bonnes habiletés et compétences en cuisine.

Sous la direction d'un grand chef, un repas trois services sera créé par les élèves inscrit.e.s à cet atelier. Dans des installations professionnelles, ils.elles mettront en pratique plusieurs techniques de préparation et de cuisson des aliments dans un contexte de difficulté avancée. À la fin de leur journée, tous.tes pourront déguster le repas préparé avec fierté.

N.B. Tenue vestimentaire appropriée requise. Pantalons longs et souliers fermés antidérapants (espadrilles).



15 PLACES



Offert par le programme
**Techniques d'intervention
en criminologie**



Reconnaissance MHS
**Justice, sécurité communautaire
et services d'urgence, services à
but non lucratif, sports**



Techniques d'intervention en criminologie

Faire une différence dans la vie des gens? Les aider, les accompagner, les soutenir? À travers différents jeux de rôle et de mises en situation réelles, les élèves valident s'ils ou elles ont le profil recherché pour travailler dans le domaine de la réinsertion sociale, auprès des personnes criminalisées, victimes, marginalisées ou à risque de le devenir.



15 PLACES



Offert par le programme
Soins paramédicaux



Reconnaissance MHS
**Justice, sécurité communautaire
et services d'urgence**



Vivre l'adrénaline du paramédic

L'activité présente de façon dynamique le travail d'un.e paramédic, un.e membre essentiel.le des services d'urgence! En participant à cet atelier, l'élève se familiarisera avec le matériel complexe utilisé par les paramédics et apprendra comment faire l'évaluation d'un patient en situation d'urgence et ce qu'est la contamination croisée. Il.elle explorera entre autres les notions de base de la réanimation cardio-respiratoire (RCR) et de l'immobilisation de patient dans les laboratoires spécialisés de notre Institut 911. Différentes expériences seront vécues à l'intérieur d'une ambulance.



15 PLACES



4



Reconnaissance MHS
Arts et culture
Technologies de l'information
et des communications

5

Les secrets de l'animation 3D

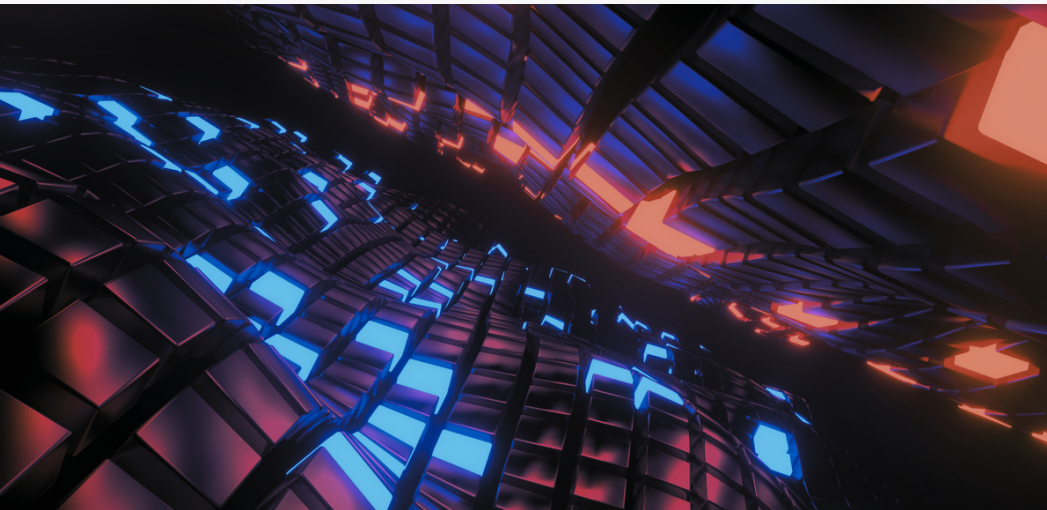
Cette activité est pour les élèves qui aimeraient découvrir le domaine de la création d'objets et de personnages en 3D pour des jeux vidéo, des films d'animation et des films d'effets spéciaux? Il permettra d'exprimer leur créativité en utilisant tous les outils des artistes 3D disponibles. Ils.elles verront comment manipuler les logiciels 3D et utiliser les techniques afin de transformer un objet simple en un personnage 3D.



Offert par le programme
Animation 3D



15 PLACES



Design graphique : crée, imagine, marque les esprits

Illustration, typographie, animation, image de marque et bien plus encore! Au cours de cette activité, les élèves découvriront le design graphique et toutes ses différentes facettes à l'aide d'activités créatives telles que la création d'un branding, la présentation auprès de clients fictifs, la conception d'un logo, d'une palette de couleurs et d'un "moodboard". Les élèves découvriront que le design est partout autour d'eux.elles, souvent à leur insu!



Offert par le programme
Design graphique



15 PLACES





Offert par le programme
**Création de contenu
numérique**



Reconnaissance MHS
**Arts et culture
Technologies de l'information et
des communication**

6

Vidéo, photo, balado... pour les médias sociaux

Cet atelier offre l'occasion aux élèves de s'initier à la création de contenu (vidéo, photo, balado) destiné aux médias numériques. Ils.elles pourront manipuler différents équipements professionnels en studio, préparer l'animation d'un balado et créer une courte vidéo. Les élèves pourront publier leurs contenus sur les médias sociaux.



12 PLACES



Offert par le programme
Journalisme



Reconnaissance MHS
**Arts et culture
Technologies de l'information et
des communication**

7

Micro, caméra, action... le journalisme en pratique

Les élèves plongeront dans l'univers du journalisme et découvriront ses multiples facettes! Cet atelier immersif leur permettra de s'exercer comme un véritable journaliste : devant la caméra pour la télévision et les médias numériques, derrière le micro pour la radio et les balados, et même en rédigeant leur premier article pour la presse écrite. Une occasion unique de développer leurs compétences en communication et d'explorer le métier passionnant de journaliste!



15 PLACES





Offert par le programme
Services d'incendie



Reconnaissance MHS
**Justice, sécurité communautaire
et services d'urgence**



Le pompier en action!

Lors de cet atelier, les élèves plongeront dans le monde fascinant du domaine des incendies en apprenant les rudiments de ce métier.

Ils apprendront à reconnaître les risques associés à cette profession, à manipuler le matériel et les équipements ainsi qu'à intervenir dans des mises en situations. Cet atelier dynamique et interactif saura éveiller leur passion du domaine !



15 PLACES



Offert par le programme
**Baccalauréat spécialisé en
Biotechnologie**



Reconnaissance MHS
Santé et bien-être



Biotechnologie, de la science en "moléculeur"

Les élèves intéressé.e.s à la science découvrent ici la biotechnologie, un mélange entre la biologie et des technologies provenant de plusieurs disciplines comme la biochimie, la chimie, la génétique, la microbiologie et la biologie moléculaire. Lors de cet atelier, les élèves auront la chance de se familiariser avec des techniques employées en laboratoire. Ils.elles seront en mesure de séparer et évaluer les molécules des colorants alimentaires grâce aux techniques d'électrophorèse sur gel d'agarose et la chromatographie sur papier.



15 PLACES





Offert par le CNFS* | Volet
La Cité, en partenariat
avec le programme
**Techniques
pharmaceutiques**



Reconnaissance MHS
Santé et bien-être

10

Techniques pharmaceutiques, c'est plus que compter des pilules!

Bien au-delà de la simple comptabilisation des pilules, les technicien.e.s en pharmacie assument de nombreuses responsabilités en matière de gestion des médicaments. De la préparation stérile à la sensibilisation des patients, ces professionnel.le.s agréé.e.s sont de véritables piliers au sein de l'équipe pharmaceutique. Lors de cet atelier, les élèves feront la préparation de médicaments stériles (manipulation d'un sac contenant un médicament intra-veineux) et de médicaments non-stériles (création d'une suspension). Ils.elles en ressortiront avec une meilleure compréhension des différentes facettes fascinantes de ce métier dynamique.



15 PLACES



Offert par le programme
Opticien.ne



Reconnaissance MHS
Santé et bien-être

11

Lunettes, une question d'optique!

Un métier bien rémunéré où la santé, la technologie, la dextérité, la mode et le monde des affaires se marient! Cet atelier permettra de découvrir non seulement la sélection de lunettes étonnantes, mais les différentes facettes de l'optique.

Les élèves vivront l'expérience opticienne à l'aide de simulations et découvriront cette carrière polyvalente ayant plusieurs débouchés.

À la fin de l'atelier, les élèves seront en mesure d'apprécier l'importance de la vision, du rôle de l'opticien.ne dans la santé oculaire ainsi que les orthèses visuelles conçues pour maximiser l'acuité visuelle.



8 PLACES





Offert par le CNFS - Volet
La Cité, en partenariat
avec le programme
Électroneurodiagnostic



Reconnaissance MHS :
Santé et bien-être

12

Un cerveau électrique

Les technologues en Électroneurodiagnostic sont les yeux du Neurologue! Dans cet atelier, l'élève participera à une série d'activités pour en apprendre davantage sur l'électricité du corps humain.

Le programme Électroneurodiagnostic de La Cité est unique en Ontario! Une carrière à découvrir!



12 PLACES



Offert par le programme
Technologie de l'architecture



Reconnaissance MHS
**Construction,
Énergie,
Environnement**

13

L'architecture? C'est édifiant !

Quand les passions de l'espace, de l'environnement, du dessin et de la créativité se rencontrent, tout un univers peut s'ouvrir sur le monde fascinant et les options infinies de l'architecture et de ses concepts. Au-delà des immenses projets immobiliers, des bâtiments impressionnants ou encore des maisons qui sortent de l'ordinaire, les élèves seront initié.e.s au langage et à la réflexion architecturale dans cet atelier qui leur permettra de mieux comprendre ce qu'est la technologie de l'architecture. Grâce à un survol des différents thèmes qui y seront abordés, ils.elles seront à même d'approfondir leurs connaissances sur des notions comme l'espace, la mise à l'échelle, les graphiques et la technologie, en plus de pouvoir visualiser et produire des plans en 2D et en 3D. Dessinons l'avenir autrement!



15 PLACES





Offert par le programme
**Technologie du génie civil -
construction**



Reconnaissance MHS :
Construction, Énergie, Environnement

14

Le génie des cités

Le génie civil façonne les infrastructures qui rendent nos communautés fonctionnelles et sécuritaires, des réseaux d'eau aux ponts et aux routes. Grâce à des activités pratiques sur le terrain, cet atelier permet de découvrir ce domaine passionnant et les techniques de construction qui contribuent à bâtir le monde de demain.

N.B. Tenue vestimentaire appropriée requise. Les bottes et les lunettes de sécurité seront fournies.



15 PLACES



Offert par le programme
Technologie du génie mécanique



Reconnaissance MHS :
**Aviation et aérospatiale,
Construction, Énergie,
Fabrication, Transport**

15

Le monde fascinant de l'usinage à commande numérique

Dans cet atelier pratique, les étudiants fabriqueront leur propre support à téléphone tout en découvrant les bases de la programmation et de l'usinage automatisé. Accompagnés d'un formateur, ils utiliseront des machines à commande numérique (CNC) pour transformer leur concept en pièce réelle, dans le respect des normes de sécurité du milieu manufacturier.

À la fin de l'activité, chaque participant repartira avec un support à téléphone fonctionnel et une meilleure compréhension des technologies utilisées en génie mécanique et en fabrication automatisée.

N.B. Tenue vestimentaire appropriée requise. Les bottes et les lunettes de sécurité seront fournies.



15 PLACES





Offert par le programme
d'apprentissage
Électricien.ne



Reconnaissance MHS :
Construction, Énergie, Fabrication



Offert par le programme
**Techniques de chauffage, de
réfrigération et climatisation**



Reconnaissance MHS :
**Aviation et aérospatiale,
Construction, Énergie,
Fabrication, Transport**

16

CAMPUS ORLÉANS

17

Initiation à l'électricité

Cet atelier offre l'occasion aux élèves de se familiariser avec les techniques de base du métier d'électricien. En toute sécurité, les élèves apprendront à réaliser un montage simple de circuit sur établi. Une expérience formatrice, concrète et enrichissante pour comprendre les bases du câblage résidentiel et développer des habiletés utiles dans le domaine de la construction électrique.

N.B. Tenue vestimentaire appropriée requise. Les bottes, les lunettes et les casques de sécurité seront fournies.

TCRC : chaud, froid, trop cool !

Les élèves découvriront les techniques de base du métier et apprendront à manipuler les outils utilisés sur le chantier en créant des joints évasifs, en utilisant la cintreuse et en coupant des mesures précises. Les élèves auront aussi l'occasion de faire un défi d'assemblage et prendront part à une activité pratique qui illustrera concrètement ce qui se passe en situation réelle.

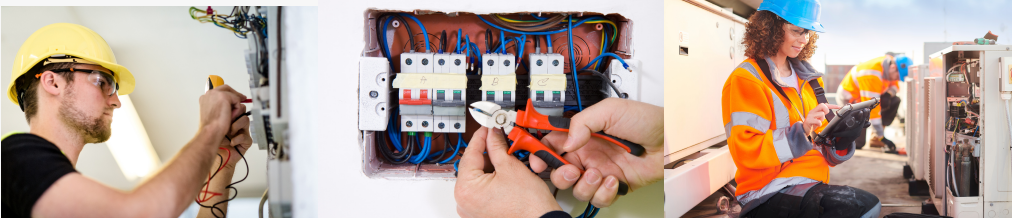
N.B. Tenue vestimentaire appropriée requise. Les bottes, les lunettes et les casques de sécurité seront fournies.



15 PLACES



15 PLACES





Offert par le programme
d'apprentissage
Plombier.ère



Reconnaissance MHS :
**Construction, Énergie,
Fabrication**

**CAMPUS
ORLÉANS**

18

Deviens apprenti plombier !

Les élèves réaliseront un assemblage de tuyaux PEX à l'aide d'une sertisseuse, ainsi qu'un assemblage de tuyaux ABS par fusion. Une fois les montages terminés, ceux-ci seront soumis à un test afin de vérifier la conformité des dimensions, la qualité du travail (propreté des raccords) et le respect des règles de sécurité.

N.B. Tenue vestimentaire appropriée requise. Les bottes, les lunettes et les casques de sécurité seront fournies.



15 PLACES



OTTAWA EN SOIRÉE

On ne peut pas venir à La Cité sans profiter de la belle ville d'Ottawa !

Ottawa fourmille d'événements de tous genres, voici quelques suggestions d'activités à faire :

- Magasiner
 - au Centre Rideau : rideaucentre.com
 - au Centre St-Laurent : shopstlaurent.com
- Se promener sur le marché By : byward-market.com
- Aller au cinéma : cinemaclock.com/ottawa-on
- Visiter les musées
 - Musée de la nature : nature.ca
 - Musée des sciences et de la technologie du Canada : ingenium.ca
 - Musée des beaux-arts : beaux-arts.ca
 - Musée canadien de la guerre : museedelaguerre.ca

Pour toute autre activité qui se tiendra dans la ville visitez le lien suivant : tourismeottawa.ca

Bon séjour parmi nous !



Cette activité est rendue possible grâce à la contribution financière du ministère de l'Éducation de l'Ontario et du gouvernement du Canada dans le cadre de l'Entente Canada-Ontario relative à l'enseignement dans la langue de la minorité et à l'enseignement de la seconde langue officielle.

