COLLÈGE DE LÉVIS
DEPUIS 1853

LE PARCOURS AMBASSADEURS

Année 2025-2026

COLLÈGE DE LÉVIS
DEPUIS 1853

En bref ---------- 03

Conception et animation ---------- 04

Grandes thématiques ---------- 05

Séquence des activités ---------- 06

Univers d'animation ---------- 07

Contenus détaillés ---------- 08

Témoignages ---------- 17

Conclusion ---------- 18

COLLÈGE DE LÉVIS
DEPUIS 1853

En bref

Qu'est-ce que c'est ?

Une série d'ateliers sur le leadership offerts aux élèves de première à quatrième secondaire des programmes Défi-Passions (sciences, sports, arts, langues et monde réussite).

Objectif

Former des citoyens audacieux, équilibrés et capables de se démarquer pour mieux se propulser vers l'avenir.

COLLÈGE DE LÉVIS
DEPUIS 1853

Conception et animation

Les activités du Parcours Ambassadeurs ont été conçues par l'équipe des services complémentaires.

Les ateliers sont animés en binômes par les membres de cette équipe. Cette organisation favorise une intervention interdisciplinaire, cohérente et ancrée dans les réalités de notre milieu.

COLLÈGE DE LÉVIS
DEPUIS 1853

Grandes thématiques

L'ADN du leader

Développer la connaissance de soi par l'intelligence émotionnelle, l'identification de son style de leadership et l'apprentissage d'une communication authentique.

Le leader bâtisseur

Comprendre les dynamiques d'équipe, apprendre à gérer les conflits et à donner une rétroaction constructive afin de contribuer activement à un projet de groupe.

L'audace du leader

Analyser ses croyances face à l'effort et à l'échec, reconnaître ses peurs et développer des stratégies pour persévérer dans la poursuite d'un objectif exigeant.

De leader à ambassadeur

Élaborer en équipe une réponse créative à un défi de société et promouvoir une idée à l'aide d'une communication mobilisatrice fondée sur la compréhension des motivations et le *storytelling*.

COLLÈGE DE LÉVIS
DEPUIS 1853

Séquence des activités

Chaque thématique se déploie en trois ateliers, articulés de manière à assurer une progression cohérente entre la compréhension, l'expérimentation et l'appropriation des contenus.

Théorie

Présenter les concepts clés et les repères théoriques de la thématique afin de partager avec les élèves un cadre théorique et un langage commun.

Expérience

Mettre les élèves en situation d'expérimenter concrètement les notions abordées afin de transformer la théorie en vécu et d'en favoriser l'appropriation.

Coffre à outils

Outiller les élèves avec des stratégies, des repères pratiques et des techniques applicables qu'ils peuvent réinvestir dans leur vie scolaire et personnelle.

COLLÈGE DE LÉVIS
DEPUIS 1853

Univers d'animation

Chaque thématique est associée à un univers d'animation afin de favoriser l'engagement et l'immersion dans les apprentissages.

Les élèves consignent leurs réflexions dans un carnet et reçoivent, à la fin de chaque thématique, un badge autocollant servant d'aide-mémoire des compétences développées.

Le grand cirque

Ce thème installe un climat dynamique où l'erreur fait partie du jeu et où chacun est invité à trouver sa place.

Le grand concours

Les élèves sont répartis en équipes et accumulent des points à travers une série d'épreuves menant à une remise de prix.

La grande expédition

Le parcours est présenté comme une ascension vers un sommet, jalonnée d'étapes et d'obstacles à franchir.

Le grand colloque

Le Parcours se conclut par une simulation d'événement public où les équipes présentent leurs idées devant un auditoire.

COLLÈGE DE LÉVIS
DEPUIS 1853

L'ADN du leader

Atelier 1

L'atelier s'ouvre sur un **brise-glace** qui plonge les élèves dans un « joyeux chaos ». Rapidement confrontés à la désorganisation, ils prennent conscience de la nécessité de se coordonner, de clarifier les rôles et d'instaurer une forme d'organisation. Cette mise en situation permet d'amorcer une discussion sur le leadership.

À l'aide du **modèle DISC**, les élèves identifient leur couleur et leur style de leadership. Cette démarche favorise une meilleure compréhension de leurs forces et souligne l'importance de la complémentarité des profils au sein d'une équipe.

L'analyse d'une scène du film *Dumbo* sert de levier pour aborder **l'intelligence émotionnelle**. Les élèves apprennent à reconnaître leurs propres émotions, à décoder celles des autres et à comprendre leur influence sur la qualité de la collaboration.

COLLÈGE DE LÉVIS
DEPUIS 1853

L'EXPÉRIENCE
Initiation aux arts clownesques

Notre animateur

Tommy Bélanger est un artiste multidisciplinaire comptant une vingtaine d'années d'expérience, reconnu dans le milieu des arts de la rue à Québec.

Ancien clown thérapeutique, il a collaboré avec le Cirque du Soleil, le Carnaval de Québec, le Festival d'été de Québec et de nombreuses compagnies artistiques.

Photo : Fondation Dr. Clown

Déroulement de l'activité

À travers des jeux corporels, des exercices d'écoute et des jeux d'improvisation, les élèves explorent l'expression émotionnelle.

L'activité leur permet de développer une qualité de présence afin de pouvoir oser être soi-même devant les autres. Cette expérience renforce la connaissance de soi et la qualité des liens au sein du groupe.

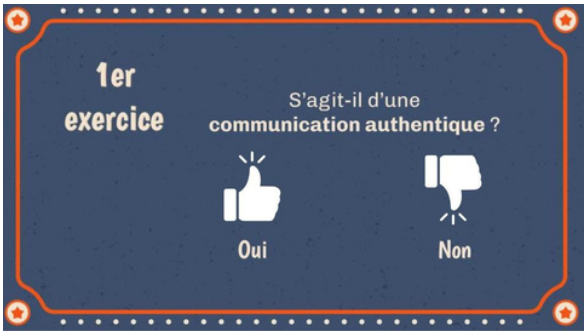
COLLÈGE DE LÉVIS
DEPUIS 1853

Atelier 2

Les participants apprennent à distinguer **communication authentique** et non authentique, à pratiquer **l'écoute active** et à développer leur **empathie**.

À travers des **mises en situation**, l'analyse d'un **extrait de film** et autres **exercices interactifs**, ils expérimentent des stratégies concrètes pour mieux comprendre l'autre, exprimer leurs besoins et s'affirmer de manière constructive.

L'atelier introduit les **différents styles d'affirmation** et invite les élèves à tendre vers une **posture proactive** favorisant des relations saines et une collaboration de qualité.



COLLÈGE DE LÉVIS
DEPUIS 1853

Le leader bâtisseur

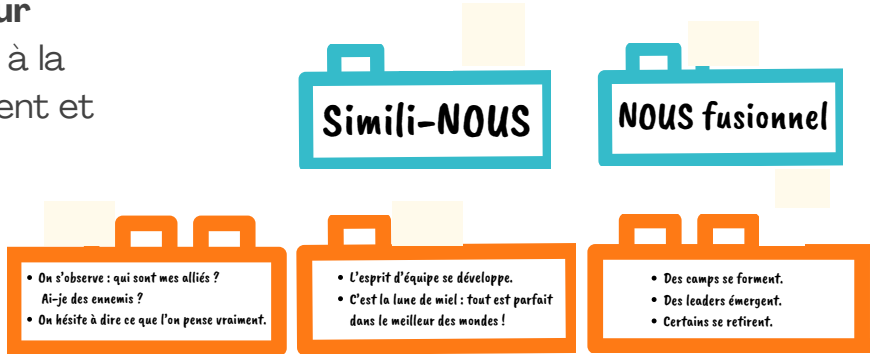
Atelier 1

Pour débuter, les élèves sont répartis en équipes et doivent se choisir un **nom** ainsi qu'un **cri de ralliement**.

Ils relèvent ensuite un **premier défi** : bâtir la tour la plus haute possible à l'aide de blocs Lego. Cette activité permet d'aborder le climat d'équipe et les tensions liées à la prise de décision.

L'atelier introduit ensuite les cinq **étapes du développement d'une équipe** inspirées du **modèle de Bruce Tuckman**. Dans un cadre compétitif, les équipes doivent associer chaque étape à sa définition et aux actions concrètes à poser comme leader.

L'objectif est de fournir aux élèves des repères clairs pour reconnaître la phase vécue par leur équipe, **ajuster leur posture de leader** et contribuer à la construction d'un « nous » cohérent et efficace.



COLLÈGE DE LÉVIS
DEPUIS 1853

L'EXPÉRIENCE
Jeux de société coopératifs

Ce volet propose des **jeux de société coopératifs** permettant aux élèves de **vivre concrètement les différentes étapes du développement d'une équipe**.

Après chaque jeu, une **auto-évaluation** les amène à analyser leur dynamique de groupe pour identifier les actions favorisant un fonctionnement plus efficace.

Galérapagos

Jeu coopératif de survie où les joueurs doivent **gérer collectivement des ressources limitées** (eau, nourriture, bois) pour quitter une île.

Les décisions prises influencent directement la survie du groupe, ce qui fait émerger **négociation**, **alliances** et **tensions**.

Just One

Jeu coopératif de devinettes où les joueurs doivent faire deviner un mot à l'un d'entre eux à l'aide d'indices uniques.

Il sollicite la **créativité**, **l'écoute** et la capacité à anticiper la pensée des autres pour **réussir ensemble**.

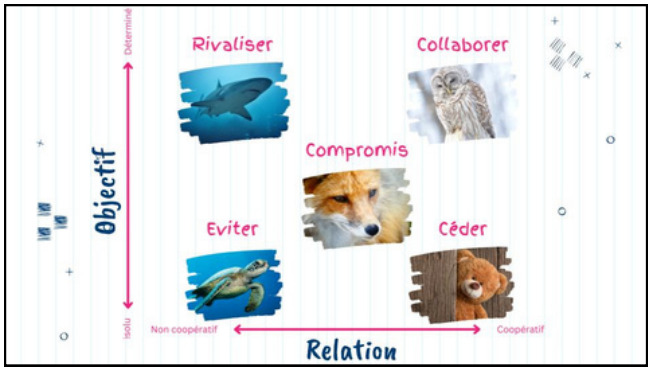
COLLÈGE DE LÉVIS
DEPUIS 1853

Atelier 2

À partir de situations concrètes vécues à l'école ou à la maison, les élèves participent à un **débat mouvant** afin de réfléchir aux différentes **stratégies de gestion de conflit** inspirées du **modèle Thomas-Kilmann**. Les élèves apprennent à choisir leur stratégie en fonction de l'objectif et de l'impact sur les relations.

L'atelier introduit également la **méthode du sandwich**, une technique structurée pour **formuler une rétroaction constructive.** L'objectif : développer des leaders capables d'affronter les tensions pour maintenir la cohésion du groupe.

En clôture du « Grand concours », l'équipe ayant accumulé le plus de points reçoit un prix.



COLLÈGE DE LÉVIS
DEPUIS 1853

L’audace du leader

Atelier 1

Cet atelier invite les élèves à clarifier leur vision personnelle de la réussite.

À travers un **exercice de photolangage**, ils explorent différentes représentations d’une « vie réussie » et prennent conscience de la diversité des aspirations.

L’atelier aborde les **peurs** qui freinent l’audace. Les élèves déposent un pompon dans le contenant correspondant à une peur qui les habite, rendant visibles les inquiétudes partagées. La réflexion est enrichie par l’écoute de la chanson ***Droit devant*** des Cowboys Fringants.

Pour découvrir la **théorie du mindset** de Carol Dweck, les élèves participent à un questionnaire interactif sur **Mentimeter**, qui les amène à réfléchir à leurs propres croyances face à l’effort et à la réussite.

L’objectif est d’amener les élèves à **reconnaître l’influence de leurs croyances sur leurs actions** et à **adopter des stratégies favorisant la persévérance** face aux défis.

COLLÈGE DE LÉVIS
DEPUIS 1853

L'EXPÉRIENCE
Initiation au goalball

Photo : Association sportive des aveugles du Québec

Notre animateur

Simon Tremblay est devenu aveugle à la suite d'un accident de voiture.

Membre de l'équipe nationale de goalball de 2009 à 2020, il a représenté le Canada aux Jeux paralympiques de Londres en 2012.

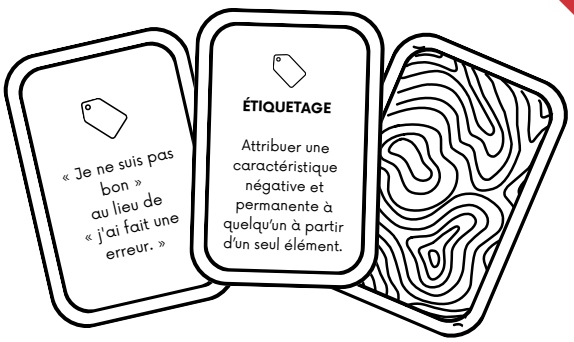
Aujourd'hui père de deux enfants, il se consacre à la para-escalade avec l'objectif d'intégrer l'équipe canadienne en vue des prochains Jeux paralympiques.

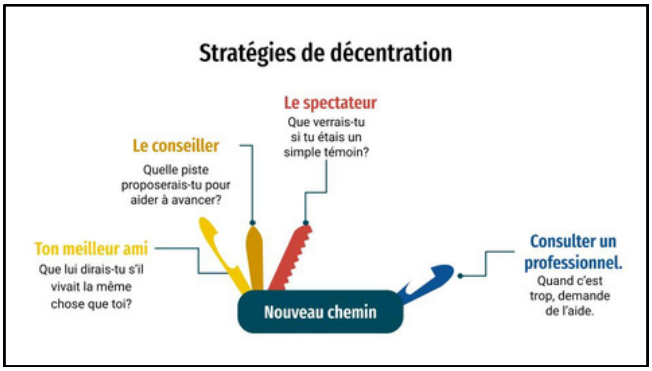
Déroulement de l'activité

Simon partage d'abord son vécu : l'accident qui l'a rendu aveugle, les épreuves traversées et le long chemin de réadaptation qui a suivi. Il explique comment son handicap, loin de le définir entièrement, est devenu un moteur de dépassement.

Les élèves vivent ensuite une immersion : les yeux bandés, ils sont initiés au goalball afin de mieux comprendre les défis liés à la perte de la vue, mais aussi l'importance de l'écoute et du travail d'équipe.

COLLÈGE DE LÉVIS
DEPUIS 1853





Atelier 2

Ce deuxième atelier invite les élèves à identifier les **obstacles intérieurs** qui peuvent freiner leur chemin vers une « vie réussie ».

Les élèves explorent les **distorsions cognitives** (**Aaron T. Beck**), ces pensées irrationnelles qui déforment la perception de la réalité.

À travers le jeu du **Distordu**, un **jeu de cartes** créé pour l'atelier, ils apprennent à reconnaître ces biais, puis à prendre du recul grâce à des **stratégies de décentration.**

Dans un second temps, l'atelier propose un passage à l'action. Chaque élève choisit un **verbe d'action** porteur de sens pour amorcer sa propre expédition.

À l'aide de la **stratégie des petits pas**, ils traduisent ce verbe en une **action concrète**, réaliste et immédiate, afin de développer confiance et motivation.

COLLÈGE DE LÉVIS
DEPUIS 1853

Témoignages

« J'ai beaucoup aimé le Parcours ambassadeurs parce que ça nous a appris ce que c'est d'être un leader. Ça nous a aussi permis de mieux nous connaitre et de détruire la coque qu'on s'était faite en entrant au secondaire. Enfin, j'ai trouvé que c'était vraiment bien pour nous permettre de nous intégrer à la communauté du Collège de Lévis. »

-Abel Cadet,
élève de 1re secondaire

« Le Parcours Ambassadeurs permet aux jeunes de développer une meilleure connaissance d'eux-mêmes et de prendre des décisions plus éclairées. À travers différents outils de réflexion et de communication, il les aide à clarifier leurs forces, leurs motivations et leurs choix. Il les invite également à sortir de leur zone de confort et à dépasser certaines limites personnelles dans un cadre sécurisant. Sur le plan relationnel, le Parcours renforce le lien entre les élèves et les intervenants; comme professionnelle, j'ai pu observer un impact concret et durable dans le quotidien scolaire. »

-Isabelle Beaudin,
intervenante au 2e cycle

COLLÈGE DE LÉVIS
DEPUIS 1853

Conclusion

Au coeur des programmes Défi-Passions

Le Parcours Ambassadeurs inscrit explicitement le développement des compétences socioémotionnelles dans le cursus scolaire. Ces apprentissages ne sont plus périphériques ou ponctuels : ils sont planifiés, structurés et progressifs sur quatre ans, au même titre que d'autres composantes de la formation des élèves.

Un modèle expérientiel

Le parcours transforme la posture d'apprentissage : les élèves ne reçoivent pas uniquement des contenus, ils vivent des situations concrètes, analysent leurs actions et ajustent leur posture. Appuyé sur des cadres théoriques rigoureux, le programme relie systématiquement l'expérience à des repères conceptuels transférables.

Redéfinir la réussite

En valorisant le leadership mobilisateur, le parcours élargit la conception traditionnelle de la réussite scolaire. Il prépare les élèves non seulement à performer individuellement, mais à agir avec discernement dans des contextes complexes afin d'influencer positivement l'avenir.