

**BASKETBALL**



*Cégep de*  
**Thetford**

# TABLE DES MATIÈRES

## CÉGEP DE THETFORD

- 4 Mot du directeur général
- 6 Une ville active
- 8 Une reconnaissance méritée
- 10 Un Cégep vivant
- 12 Un Campus moderne
- 14 Le sport à l'honneur
- 16 Une foule de services et de mesures d'aide

## LES FILONS

- 18 Un programme réputé
- 20 Un personnel d'entraîneurs compétents et coûts
- 22 Des équipements à la fine pointe
- 24 Des professionnels de la santé sur place
- 26 En constante évolution
- 28 Une fenêtre sur le monde
- 30 Un processus de sélection serré
- 32 Une image de marque
- 34 Conciliation sports-études
- 36 Calendrier
- 38 Plusieurs joueurs déjà recrutés
- 40 Contactez-nous





# MOT DU DIRECTEUR GÉNÉRAL



Le Cégep de Thetford, c'est plus de 50 ans d'histoire, mais surtout plus de 50 ans de réussite. De réussite scolaire, de réussite professionnelle, de réussite sportive.

Au fil des ans, ce sont des milliers de jeunes filles et de jeunes garçons qui ont choisi le Cégep de Thetford comme tremplin vers leurs rêves. Ils sont aujourd'hui des éléments importants de notre communauté, des leaders incontournables, des références dans leur profession respective. Ils sont devenus infirmières, médecins, avocats, notaires, comptables, architectes, enseignants, ingénieurs. Tous ont une histoire différente, mais chacune a débuté au Cégep de Thetford.

En raison de sa capacité d'accueil qui se limite à un peu plus d'un million d'étudiants, c'est dans un climat de proximité, presque familial, que sont appelés à évoluer étudiants, professeurs et membres du personnel. Un contexte qui favorise la réussite scolaire comme en témoigne le taux de 86,6 % de réussite pour l'ensemble des étudiants du Cégep de Thetford selon les plus récentes statistiques du ministère de l'Éducation.

Cet élément de fierté n'est pas le seul dont s'enorgueillit le Cégep de Thetford. La qualité de l'enseignement et les nombreuses facilités offertes permettent aux étudiants de parfaire leurs connaissances, mais aussi leurs habiletés sportives. On y retrouve un terrain multisports avec surface synthétique et bâtiment de services qui fait l'envie de nombreux établissements, une salle de conditionnement physique à la fine pointe, une bibliothèque comptant plus de 100 000 ouvrages, un auditorium et plus encore.

Avec ses 13 programmes d'études, ses infrastructures ultramodernes, ses enseignants dédiés et ses entraîneurs sportifs de haut niveau, le Cégep de Thetford s'avère LE choix logique pour les étudiants-athlètes en soif de réussites académique et sportive.

Robert Rousseau  
directeur général



# THETFORD UNE VILLE ACTIVE

Située entre la Beauce et l'Estrie, la ville de Thetford Mines compte 30 000 habitants et offre une qualité de vie incomparable à proximité des grands centres. À seulement une heure de Victoriaville et Québec et à 75 minutes de Trois-Rivières et Sherbrooke, la ville accueille de nombreux étudiants venus de partout au Québec et de l'international.

Elle offre tous les avantages de la grande ville avec, en surplus, de magnifiques paysages, des activités en nature à couper le souffle et un environnement chaleureux et accueillant.

Outre ses nombreux lacs, la région propose le Mont Adstock aux skieurs et planchistes, tandis que les amateurs de golf découvriront deux parcours à faire rêver. Les randonneurs trouveront leur compte avec les sentiers pédestres des 3 Monts et le Grand Morne, sans oublier le Parc national de Frontenac, cinq aré纳斯, 25 kilomètres de piste cyclable et bien plus.





# UNE RECONNAISSANCE MÉRITÉE

Cinq décennies auront pavé la voie à l'institution d'enseignement qu'est aujourd'hui le Cégep de Thetford. Au fil de ces années, les histoires de toutes sortes sont légion et chacune a contribué à l'épanouissement et à l'édification du Cégep comme symbole de prise en main et de réussite.

Aussi est-ce avec une très grande fierté que le Cégep de Thetford a joué le rôle de pionnier dans plusieurs projets mis en place, et ce, tant par son implication dans la communauté que dans le monde scolaire. Toujours à l'avant-garde, le Cégep est régulièrement cité en exemple de succès.

# MISSION ET VALEURS

La mission principale du Cégep de Thetford consiste à offrir à tous les étudiants une formation de grande qualité dans un environnement favorisant l'apprentissage. Cette formation vise à fournir aux étudiants toutes les compétences nécessaires à leur intégration au marché du travail ou à la poursuite d'études universitaires, tout en les préparant à assumer leur rôle au sein de notre société.

S'inscrivant comme un modèle de créativité et d'innovation, le Cégep de Thetford s'engage à travers ces actions à toujours mettre à l'avant-plan ses valeurs que sont l'audace, l'engagement, l'excellence et le savoir-être.



# UN CÉGEP VIVANT

Les activités de toutes sortes ne manquent pas au Cégep de Thetford. Dans un environnement dynamique et motivant, et sous la supervision d'entraîneurs chevronnés, les étudiants pourront s'adonner à leur sport préféré, qu'il s'agisse de football, soccer, hockey, basketball, volleyball, cheerleading, cross-country ou badminton.

En plus de profiter d'équipements de qualité et d'infrastructures modernes, ceux-ci auront un accès gratuit à la salle d'entraînement, à un programme de conditionnement physique préparé par une équipe de kinésiologues et à un encadrement scolaire personnalisé avec un suivi rigoureux par des professionnels.

Le Service d'activités socioculturelles propose, quant à lui, une vie étudiante très dynamique et hors de l'ordinaire grâce à un ensemble d'activités aussi variées que la danse, le théâtre, le design de mode et l'improvisation en plus de convier les étudiants à des conférences, spectacles et concerts.





# UN CAMPUS MODERNE

Dans un souci d'étendre son offre de services, le Cégep de Thetford opère le Centre d'études collégiales de Lotbinière, à St-Agapit. Situé à 25 minutes de Québec, le campus propose un enseignement de qualité avec un encadrement personnalisé et un esprit familial, le tout dans un environnement stimulant et unique.

En plus des programmes offerts, des activités sportives et culturelles sont conçues sur mesure pour les étudiants.





# LE SPORT À L'HONNEUR

La renommée du Cégep de Thetford s'étend également à toutes ses équipes sportives. Évoluant sous le nom des Filons, en référence à un filon d'amiante, – cette ressource naturelle qui a longtemps caractérisé la région – les athlètes ont l'occasion d'exprimer leur talent et leur savoir-faire dans plusieurs disciplines.

C'est ainsi que le Cégep ne ménage aucun effort pour permettre aux 275 étudiants-athlètes et ses 17 équipes sportives d'évoluer et de performer au sommet de leur art en leur offrant les plus hauts standards en matière d'équipements, de stratégies sportives et de spécialistes des divers domaines de la santé.

Il n'est donc pas étonnant que le Cégep soit devenu un modèle de développement pour les étudiants-athlètes. La notoriété acquise par ses équipes de basketball D1-D2 et préparatoire NPA, de football D2 et de son équipe de hockey masculine D1 est source d'inspiration pour l'ensemble des huit autres sports du Cégep. Notons aussi l'amélioration spectaculaire des équipes de hockey D2 masculines et féminines.

Au Cégep de Thetford, le vieil adage « un esprit sain dans un corps sain » prend donc tout son sens.



# UNE FOULE DE SERVICES ET DE MESURES D'AIDE

Voulant offrir un maximum de chances de réussite scolaire, le Cégep de Thetford met à la disposition de ses étudiants toute une série d'outils et de mesures visant à faciliter leur apprentissage. Pour ce faire, des centres d'aide en français, anglais, philosophie et mathématiques sont accessibles aux étudiants qui peuvent obtenir du soutien et des explications de la part des enseignants. Les étudiants-athlètes ont également accès au DECK, une salle d'études réservée uniquement aux joueurs des équipes sportives du Cégep.

De l'aide pédagogique est disponible pour tout le cheminement de l'étudiant, allant de l'élaboration du choix de cours jusqu'à l'obtention du diplôme. Diverses autres mesures d'aide à la réussite sont offertes comme un tutorat par les pairs, des ateliers sur la gestion du stress, sur la préparation aux examens ou sur la prise de notes. Un centre d'autocorrection permet également aux étudiants de venir y corriger leurs fautes de français afin de mieux réussir. Enfin, un accompagnement en orientation, en aide financière, en santé et en aide psychosociale complète la panoplie de services offerts.

## L'OBJECTIF ULTIME

Guidé par plusieurs préoccupations, le Cégep de Thetford n'en a pas moins défini son objectif ultime, soit d'établir Thetford comme une destination de premier plan pour les étudiants qui désirent poursuivre leur cheminement académique en pratiquant un sport dans un contexte d'excellence.





## UN PROGRAMME RÉPUTÉ

Ce fut après une dizaine d'années d'absence que le programme basketball des Filons du Cégep de Thetford a repris vie en 2014 chez les hommes et 2 ans plus tard du côté féminin. Le programme, jadis réputé, n'a pas mis de temps à regagner ses lettres de noblesse et à rapidement s'établir parmi les meilleurs au niveau québécois de par son encadrement et ses performances.

En effet, entre 2014 et 2019, l'équipe masculine D2 a affiché un rendement en saison régulière de 94 victoires et seulement 4 défaites, 5 championnats de saison régulière, 3 championnats régionaux et 2 championnats provinciaux.

C'est d'ailleurs une des raisons qui a poussé le Réseau des Sports du Québec (RSEQ) à autoriser dès l'automne 2021, la venue d'une équipe masculine de basketball en division 1 au Cégep de Thetford.

Ce succès n'est pas le fruit du hasard. Il est le résultat d'un travail de recrutement acharné, d'entraîneurs chevronnés désireux d'inculquer aux joueurs non seulement les notions techniques nécessaires, mais également la discipline exigée pour atteindre les plus hauts niveaux.

Peu d'institutions peuvent s'enorgueillir d'un programme qui a fait ses preuves aussi rapidement. Toutefois, loin de s'en contenter, les Filons repoussent continuellement les standards d'excellence.

Le programme de basketball compte aujourd'hui 3 entraîneurs à temps plein et 2 entraîneurs à temps partiel en plus d'être supporté par un préparateur physique et d'équipements de pointe.

## COMPOSITION DU PROGRAMME BASKETBALL 2020-2021 :

- 1 équipe masculine préparatoire évoluant dans la Nationale Preparatory Association (NPA)
- 1 équipe masculine collégiale D1
- 1 équipe masculine collégiale D2
- 1 équipe féminine collégiale D2
- 1 équipe Prep Élite féminine





## UN PERSONNEL D'ENTRAÎNEURS COMPÉTENTS ET DÉDIÉS

Les Filons basketball sont fiers de compter sur une équipe d'entraîneurs aguerrie, présente et passionnée. Sous la direction du directeur du programme basketball, Jacques Paiement, le groupe d'entraîneurs puise sur une vaste expérience dans le monde du basketball québécois.

Qu'il s'agisse de rencontres individuelles, d'entraînements en gymnase ou en salle, de séances vidéo ou de suivis médicaux, tous les outils sont mis à la disposition des étudiants-athlètes pour leur permettre de développer leurs habiletés et ainsi atteindre un haut niveau.

A Cégep de Thetford, le succès est synonyme de stabilité. C'est ainsi que le responsable des sports, Alain Rajotte s'est entouré d'entraîneurs de basketball de qualité et d'expérience. Ayant lui-même évolué et dirigé à un haut niveau de compétition, il connaît les ingrédients nécessaires au succès et le Cégep a entouré son directeur de programme basketball, Jacques Paiement, d'adjoints tout aussi passionnés pour aller chercher le meilleur des étudiants-athlètes. Finalement, la direction du Cégep de Thetford supporte activement le groupe d'entraîneurs et est à l'écoute des besoins de ceux-ci et des étudiants-athlètes.



## LES COÛTS 2020-2021

- Inscription au basketball :
  - Équipes NPA et D1 : 945\$
  - Équipe D2 : 740\$
- Inscription scolaire : environ 250 \$ par session
- Hébergement en résidences : environ 280 \$ par mois
- Vignette de stationnement : environ 130 \$ par année
- Livre et documentation : Selon le programme choisi
- Repas : Comparable aux frais en résidence familiale

## CE QUI EST INCLUS

- Programme vestimentaire de Under Armour
- Abonnement au CAPS
- Accès aux spécialistes de l'équipe : médecin, physiothérapeute, kinésiologues, etc.
- Encadrement et tutorat par les pairs
- Programme d'entraînement spécialisé : cross-training, spinning, yoga, plyométrie
- Repas lors des matchs à l'extérieur



## DES ÉQUIPEMENTS À LA FINE POINTE

En plus de compter sur 2 gymnases doubles, d'une salle de spinning, d'une salle de musculation dédiée uniquement aux étudiants-athlètes et d'un Centre des activités physiques et sportives (CAPS), le Cégep de Thetford compte aussi sur d'autres installations sportives dont une piste d'athlétisme ceinturant le terrain de football, un vestiaire dédié uniquement au basketball, une salle d'études exclusives aux étudiants-athlètes et une salle vidéo.



## DES PROFESSIONNELS DE LA SANTÉ SUR PLACE

Pour les Filons, la sécurité des joueurs apparaît tout au haut de la liste des priorités. C'est pour ce faire que l'équipe compte sur la présence de professionnels de la santé.

Qu'il s'agisse de médecins, de physiothérapeutes, de préparateurs physiques ou autres, ces professionnels s'assurent de dispenser les meilleurs soins aux athlètes. Des protocoles stricts sont d'ailleurs établis et se doivent d'être observés avant qu'un joueur blessé ou ayant reçu un contact ne revienne dans la mêlée.

En ce sens, les Filons ont développé, en partenariat avec de réputés spécialistes, un protocole de gestion des commotions cérébrales digne des plus grandes organisations.

## UNE ÉQUIPE MULTIDISCIPLINAIRE

Outre l'accès à des professionnels de la santé afin de prévenir ou de soigner les blessures, c'est à toute une équipe de spécialistes de divers domaines à laquelle ont droit les athlètes. Ainsi, qu'il s'agisse d'un préparateur physique qui proposera un programme d'entraînement spécifique permettant le développement de l'athlète sur une base annuelle ou d'un physiothérapeute qui s'assurera de recommander les exercices appropriés, rien n'est négligé pour offrir aux joueurs tous les services nécessaires.

L'aspect académique n'en est pas délaissé pour autant et s'avère un incontournable puisqu'un suivi rigoureux est exercé. Les étudiants ont ainsi l'opportunité de compter sur des séances d'études supervisées et sont accompagnés afin de réussir le nombre prédéterminé de cours pour assurer leur éligibilité, et ce, en conformité avec les règles établies par le Réseau du sport étudiant du Québec (RSEQ). Pour les aider dans cet objectif, une vigie constante est exercée et les ressources nécessaires, qu'il s'agisse des enseignants, des employés de la direction des études, dont les conseillers pédagogiques, conseillers en orientation ou autres, sont mises à la disposition des étudiants.





## EN CONSTANTE ÉVOLUTION

La reconnaissance du programme de basketball des Filons n'est pas le résultat du hasard. Les efforts du passé ont mené à de belles réussites, mais les ambitions sont grandes pour l'avenir.

Si les résultats obtenus au fil des ans, dont la conquête du championnat provincial D2 masculin en 2014-2015 et 2016-2017, permettent de faire rayonner le logo des Filons aux quatre coins de la province et même au-delà de l'Atlantique, le sérieux démontré par l'organisation et l'importance accordée aux performances académiques sont autant d'éléments qui font l'envie de bon nombre de maisons d'enseignement.

Cependant, au-delà de toutes ces considérations, ce sont les valeurs auxquelles le Cégep adhère et transmet aux étudiants qui en font sa fierté. Bien que souhaitant son succès au niveau athlétique, le Cégep vise d'abord et avant tout à faire de chaque étudiant une bonne personne, respectueuse, honnête et engagée.





## UNE FENÊTRE SUR LE MONDE

Issus de nombreuses écoles secondaires d'un peu partout, les joueurs et joueuses des Filons ont l'occasion d'exhiber leurs talents non seulement sur la scène québécoise, mais également à l'étranger.

C'est ainsi qu'outre le calendrier régulier de rencontres au sein du Réseau du sport étudiant du Québec (RSEQ), les équipes féminine et masculine participent en cours d'année à diverses compétitions en Ontario et aux États-Unis.





## UN PROCESSUS DE SÉLECTION SERRÉ

La notoriété acquise au fil des ans et l'expérience du passé permettent maintenant à l'organisation d'appliquer un processus de sélection plus raffiné. Bien qu'elle soit toujours à l'affût de bons athlètes, l'équipe n'en est pas moins à la recherche de bons étudiants avec des comportements responsables et répondant aux normes établies par l'institution.

Désireuse d'instaurer un contexte d'excellence et de permettre à ses joueurs d'évoluer à l'intérieur d'un tel contexte, l'organisation préconise une approche rigoureuse. L'atteinte de l'excellence sportive passant alors par la rigueur, celle-ci s'applique dès le processus de sélection. Grâce à une telle méthode, c'est le développement à long terme de chacun des étudiants-athlètes qui sera ainsi assuré.

## DES CRITÈRES RIGoureux

Si les Filons mettent à la disposition de leurs athlètes toutes les facilités nécessaires à leur épanouissement et à leur bon développement, que ce soit en matière d'équipements ou d'accompagnement tant sur le plan sportif qu'académique, le Cégep n'en déroge pas moins à des critères rigoureux lorsque vient le temps d'évoluer sur le terrain.

En effet, afin de mériter le droit de participer aux rencontres, tournois ou autres compétitions, l'étudiant doit observer des règles strictes quant à la réussite scolaire, à une présence assidue aux cours et aux entraînements en plus de démontrer une discipline exemplaire sur et hors du terrain. Au terme de l'année académique 2017-2018, le taux de réussite des cours suivis par les étudiants-athlètes du Cégep s'est élevé à 85,8 %.

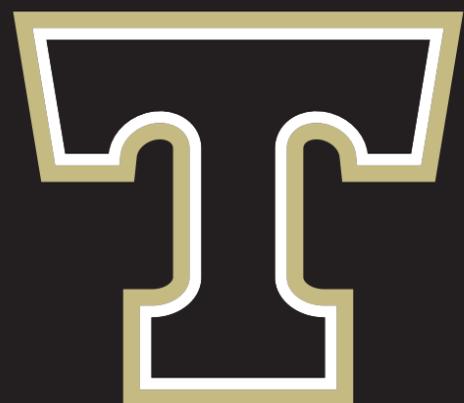


# UNE IMAGE DE MARQUE

Quiconque souhaite un jour arborer les couleurs des Filons apprendra tout le respect qu'il devra porter au logo et à l'uniforme noir et or.

Que ce soit sur le terrain, dans le Cégep, ailleurs dans la ville ou à l'extérieur, c'est en tant que fiers représentants et ambassadeurs du Cégep de Thetford que les joueurs ont le devoir de se rappeler leur engagement envers l'organisation. Outre l'uniforme officiel, des vêtements d'entraînement et de sortie portés par les joueurs, tout comme la flotte de véhicules aux couleurs de l'équipe et servant à transporter joueurs et entraîneurs, font en sorte de projeter une image professionnelle.

C'est aussi avec fierté que chacun devra défendre le logo de l'équipe illustré par le fameux T qui rappelle non seulement le nom de la ville, mais qui se veut aussi l'abréviation de « Tu es » comme « Tu es Filon », « Tu es Cégep de Thetford », « Tu es basketball ».



## BASKETBALL





## CONCILIATION SPORTS-ÉTUDES

Ayant à cœur le succès académique de ses athlètes, le Cégep de Thetford s'assure d'offrir à ceux-ci toutes les chances de réussite. C'est ainsi que les horaires d'entraînement sont adaptés en fonction des heures de cours. Par les mesures mises en place, on vise à aider les étudiants-athlètes à atteindre un équilibre de vie entre les études et le sport.

Alors que la saison régulière s'amorce en octobre, les entraînements débutent dès la rentrée des classes au mois d'août et se poursuivent jusqu'à la fin de la campagne, au printemps. Si les études et le sport cohabitent une majeure partie de la saison, les dernières semaines de l'année sont consacrées exclusivement aux études et au rattrapage scolaire, si nécessaire.

Afin de s'assurer qu'ils conservent leur coordination et leur vitesse d'exécution pendant l'entre-saison, les joueurs sont soumis à un programme d'entraînement particulier conçu par un préparateur physique et échelonné sur toute l'année.





## CALENDRIER

La saison des Filons se compose de rencontres préparatoires, d'un calendrier régulier de 14 matchs en plus des séries éliminatoires. À cela s'ajoutent les entraînements sur le terrain et en salle, de même que les tournois.

Outre les Filons, six équipes complètent les rangs du circuit féminin, tandis que sept autres formations disputent la victoire à nos représentants en catégorie masculine.



## PLUSIEURS JOUEURS DÉJÀ RECRUTÉS

Après 7 ans d'existence, le programme de basketball des Filons du Cégep de Thetford a gagné ses lettres de noblesse. En effet, la réputation des Filons s'étend maintenant au-delà des frontières en ce qui a trait au recrutement des joueurs. L'excellence du programme, la notoriété de ses entraîneurs et l'encadrement offert se révèlent autant d'incitatifs pour les joueurs désireux de poursuivre leur carrière à Thetford.

L'intérêt de plus en plus marqué des joueurs et dépisteurs pour notre programme démontre à quel point celui-ci est reconnu. D'ailleurs, la présence accrue de recruteurs d'équipes universitaires canadiennes dans l'entourage de l'équipe se traduit à chaque année par la sélection de joueurs des Filons par ces universités.

### QUELQUES ANCIENS AYANT JOUÉS EN DIVISION COLLÉGIALE D2 AU CÉGEP DE THETFORD

C'est avec fierté que les Filons ont contribué à développer plusieurs espoirs qui évoluent ou ont évolué au niveau universitaire et professionnel :

Mary-Tracy Cilien	Université Laval, Québec
David Bohoussou	Université Bishop's, Lennoxville
Ibrahim Diawara-Cape	Breton University, Nouveau Brunswick
David Bokanga	Algoma University, Sault Ste-Marie et Nipissing University Lakers
Jeffrey Tezo, Dinos	Calgary University, Calgary
Marlon Lafortune	Algoma University, Sault Ste-Marie et Nipissing University Lakers
Wilfried Balata	Simon Fraser University, Burnaby, NCAA div.2
Henderson Charles	Université Concordia, Montréal, Québec
Falain Doukaga	Rouge et Or Université Laval, Québec
Silvio Biabo	Gillette College, Wyoming, NJCAA et Rouge et Or Université Laval
Mouhamed Ndiaye	Ryerson Rams, Toronto
Maxime Bellony	Algoma University, Sault Sainte-Marie, Ontario
Teddy Boddock	Université du Cap Breton, Nouveau Brunswick
Borys Minger	Université d'Ottawa, Ottawa
Tamsyr Dioumassi	Rouge et Or Université Laval, Québec
Joel Thabize	Thalahassee College, Floride, NJCAA
François Alexandre Betchi	Nipissing University Lakers, Ontario
Kany Saucat	Sorgues basket Club, Sorgues, NM1, France
Nicolas Desjardins	Université Laval, Québec
Joshua Alexander Martel	Nipissing University Lakers puis Algoma Thunderbirds, Sault Ste-Marie, Ontario
Qeïla Mbonihankuye	Algoma University, Sault Ste-Marie, ON
Jeremiah Lfejeh	Virginia Beach Sports Academy, Virginie, NJCAA
Haris Assoua	Algoma University, Sault-Ste-Marie, ON
Valence Guerekoyaza	Denain Voltaire Basket, NM3, Denain, France
Ibouroihim Mohamed	CRO LYON, NM3, Lyon, France

## CONTACTEZ-NOUS

Nous souhaitons que ce guide vous aura permis de mieux connaître le Cégep de Thetford et le programme de basketball des Filons. Si vous désirez en connaître davantage ou si vous avez des interrogations, n'hésitez pas à consulter notre site Internet à l'adresse [www.cegepthetford.ca](http://www.cegepthetford.ca) ou nos pages Facebook et Instagram.

Vous pouvez aussi communiquer avec les divers responsables ci-dessous :

### MARIE-CHANTAL ROUSSIN

Directrice des études

[mcroussin@cegepthetford.ca](mailto:mcroussin@cegepthetford.ca)

T. 418 338-8591, poste 230

T. sans frais 1 855 338-8591

.....

### JACQUES PAIEMENT

Directeur du programme de basketball

[jpaiement@cegepthetford.ca](mailto:jpaiement@cegepthetford.ca)

T. 418-805-0382

.....

### ALEX KATAHWA

Entraîneur-chef

[akatahwa@cegepthetford.ca](mailto:akatahwa@cegepthetford.ca)

T. 418 559-2264

.....

### ALAIN RAJOTTE

Responsable des sports  
Service d'affaires étudiantes

[arajotte@cegepthetford.ca](mailto:arajotte@cegepthetford.ca)

T. 418 338-8591, poste 254

T. sans frais 1 855 338-8591

