

Activités

intergénérationnelles

dans les parcs

Saint-Victor &
de la Promenade Bellerive



Le projet a été réalisé grâce au partenariat entre le MTESS et la Ville

Montréal 

Travail, Emploi
et Solidarité sociale
Québec 




Le **Chez-Nous**
de Mercier-Est

Programmation juillet-août 2019

Mon quartier tissé serré

Un animateur vous attend tout l'été dans les parcs pour vous proposer des activités gratuites pour tous les âges. Retrouvez Pascal près des chalets, lundi et jeudi à la Promenade Bellerive, mardi et vendredi au parc Saint-Victor !

les mardis
jusqu'au
27 août

Zumba

18 h - 19 h débutant
19 h 30 - 20 h 30 intermédiaire

PROMENADE BELLERIVE



jeudi
25
juillet

Soirée Jeux de société

14 h 30 - 17 h 30

PROMENADE BELLERIVE

Venez jouer à des jeux de société : Scrabble géant, cartes, Cluedo, Monopoly, Loup Garou, le tout avec notre animateur Pascal qui vous expliquera les règles.



vendredi **Fais-moi un dessin**

26
13 h - 20 h

juillet SAINT-VICTOR

Affrontez vos amis dans un super concours où chaque équipe doit faire deviner un mot par un dessin.



les mercredis
& vendredis
jusqu'au
30 août

Danse en ligne et danse sociale

19 h - 21 h 45

PROMENADE BELLERIVE



les samedis
jusqu'au
10 août

Taïchi

11 h - 12 h

PROMENADE BELLERIVE



lundi **Exposition** mardi
29 «**Pour que vieillir soit gai**» **30**
juillet 13 h - 16 h juillet
PROMENADE BELLERIVE SAINT-VICTOR



Cette exposition de 8 panneaux dérouleurs présente en quelques grands points les réalités des personnes âgées LGBT (grandes dates, bonnes pratiques, statistiques, etc.).

avec la collaboration de la Fondation Émergence

jeudi **Initiation au djembé**
1^{er} 16 h - 17 h
août PROMENADE BELLERIVE



Animée par l'école Sultanosto, cette initiation permet de s'imprégner du mouvement et de développer l'habileté à sortir les différents sons au djembé, tel que la basse, la tonique, le claqué et le son étouffé.

vendredi **Croquet**
2 13 h - 20 h
août SAINT-VICTOR



Venez tester votre dextérité sur ce fameux jeu *british* dans lequel vous devrez faire passer votre balle sous chaque cerceaux à l'aide d'un maillet.

lundi **Jeux Molki et Kubb**
5 13 h - 16 h
août PROMENADE BELLERIVE



Venez vous affronter les uns les autres au Molki, ce fameux jeu d'adresse finlandais de plus en plus populaire. Un peu moins connu que son cousin de Finlande, le Kubb ou «jeux d'echec viking» associe adresse et stratégie.

mardi **Jeux d'échecs géant**
6 13 h - 16 h
août SAINT-VICTOR



Vous connaissez les échecs et bien ceux là sont énooooooormmes ! Venez jouez une partie avec notre échiquier géant !

jeudi
8
août

«Clue» grandeur nature

14 h 30 - 16 h

PROMENADE BELLERIVE

Menez l'enquête comme dans un Clue mais sous forme de grand jeu extérieur. Les enquêteurs qui élucideront le mystère recevront une récompense.

En collaboration avec le PITREM



jeudi
8
août

Balade à vélo

16 h - 17 h

PROMENADE BELLERIVE

Joignez-vous aux membres du Chez-Nous pour une balade à vélo intergénérationnelle. Départ du chalet.



vendredi
9
août

Pique-nique et jeux

13 h - 15 h

SAINT-VICTOR

Amenez votre lunch pour ce grand pique-nique. Des jeux seront disponibles (Loup Garou, Molki, Croquet, Jungle speed, Dames, etc.).



vendredi
9
août

«Clue» grandeur nature

15 h 30 - 17 h

SAINT-VICTOR

Menez l'enquête comme dans un Clue mais sous forme de grand jeu extérieur. Les enquêteurs qui élucideront le mystère recevront une récompense.

En collaboration avec le PITREM



12
août



Jeux d'échecs géant

16 h - 18 h

PROMENADE BELLERIVE

Vous connaissez les échecs et bien ceux là sont énoooooorrrrmmes ! Venez jouez une partie avec notre échiquier géant !

mardi
13
août



Pique-nique, pétanque et jeux de poches

12 h - 14 h 30

SAINT-VICTOR

Amenez votre lunch pour ce grand pique-nique. Activité pétanque et jeux de poches.

jeudi
15
août



Activité de danse de mise en forme

13 h 30 - 14 h 30

PROMENADE BELLERIVE

Inspiré de la danse en ligne et des danses sociales, Prima Danse offre des activités de danse variées s'adressant à tous les niveaux et aux personnes à mobilité réduite.

jeudi
15
août



Arts du cirque

14 h 30 - 16 h

PROMENADE BELLERIVE

Venez apprendre le jonglage, avec des diabolos, des assiettes chinoises, et bien d'autres arts avec Clown Sans Frontière.

vendredi **Initiation au djembé**

16
août

13 h - 14 h

SAINT-VICTOR



Animée par l'école Sultanosto, cette initiation permet de s'imprégner du mouvement et de développer l'habileté à sortir les différents sons au djembé, tel que la basse, la tonique, le claqué et le son étouffé.

vendredi **Initiation au djembé**

16 13 h - 14 h

août **SAINT-VICTOR**



Animée par l'école Sultanosto, cette initiation permet de s'imprégner du mouvement et de développer l'habileté à sortir les différents sons au djembé, tel que la basse, la tonique, le claqué et le son étouffé.

vendredi **Calligraphie sur**

16 **casquette**

août 15 h - 17 h

SAINT-VICTOR

Encadrés par des artistes-graffeurs, venez apprendre l'art du lettrage et repartez avec votre création.

Atelier animé par le Café Graffiti.

jeudi **Contes et belles**
histoires

22 14 h - 16 h

août



PROMENADE BELLERIVE

Venez avec vos enfants écouter des histoires fabuleuses qui raviront petits et grands.

en collaboration avec la Maison des Familles

Flashmob dans le parc! vendredi **Danse pour toute**

27 13 h - 14 h

août **SAINT-VICTOR**

Rassemblons-nous pour réaliser un gros événement de danse inspiré des films comme *Dancez dans les rues* et des émissions comme *Révolution* ou *Danser pour Gagner!*

Ouvert à tous, chorégraphie inspirée des vidéoclips et des artistes urbains actuels.

30

août



13 h 30 - 14 h 30

SAINT-VICTOR

Parents, enfants, grands-parents sont invités à bouger sur des rythmes et musiques variés. Jeux coopératifs et créatifs accessibles à tous, aucune expérience en danse n'est requise ! Activité animée par Prima Danse.

