

ACTIVITÉS HEBDOMADAIRES

LES MERCREDIS

18 h 30 à 20 h
Danse en ligne avec le club d'âge d'or Les Pionniers

LES JEUDIS

18 h 30 à 20 h
Qi gong en plein air
Les séances du 10 et 17 mai se dérouleront au 2^e étage du pavillon d'accueil.



PHOTO: GUY BÉGIN

LES SAMEDIS

10 h 15 à 11 h 45
Danse en ligne avec le club d'âge d'or Les Pionniers (relâche le 7 juillet)

12 h à 16 h 30
Chasse au trésor à la boussole
Activité en continu, offerte à compter du samedi 23 juin

14 h à 16 h 30
Les samedis nature!

En famille, découvrez ce qui se cache dans l'environnement de votre demeure. Mélangez apprentissage et plaisir à travers des activités sur la nature, des bricolages, des expériences scientifiques et plus encore! Grâce à un passeport-nature à faire estampiller lors de chaque activité, vous courrez la chance de remporter plusieurs prix de présence!

5 mai : La nature se réchauffe	30 juin : Les insectes
19 mai : Le mystère des graines et des plantes	14 juillet : Les reptiles et les amphibiens
2 juin : Les cinq sens	20 juillet : Les roches et les minéraux
16 juin : Les oiseaux	11 août : Les prédateurs
	25 août : L'alimentation et l'agriculture urbaine

LES DIMANCHES

10 h 30 à 11 h 30
Yoga nature avec Pop Spirit

11 h 30 à 13 h 30
Zumba en plein air

Départs : 13 h et 15 h
Visites guidées du pavillon d'accueil
Durée : 45 minutes

Profitez des visites guidées du pavillon d'accueil du Parcours Gouin, le tout premier bâtiment à consommation énergétique nette zéro à Montréal, pour découvrir les technologies vertes qui le composent.

13 h 30 à 15 h 30
Volley-ball libre sur gazon



Visite du Parcours Gouin avec audio-guide bientôt offerte en ligne!

HALTES DÉCOUVERTES

Découvrez nos kiosques écolos généralement situés sur l'avenue piétonne Park-Stanley! De l'environnement à l'alimentation en passant par la mécanique de vélo, nos amateurs leveront le voile sur une foule de sujets et répondront à vos questions.

Attention! Certains kiosques sont situés dans d'autres parcs du Parcours Gouin.

Présenté par GUEPE

Présenté par Ville en vert

MAI

- 5 Le coyote, entre chien et loup! 13 h à 16 h
- 12 Par ici l'énergie! 10 h à 16 h
- 24 Les boissons sucrées 15 h à 18 h
- 27 S'orienter avec ou sans boussole 12 h à 15 h

JUIN

- 3 Les mystères du Prof Sensas 10 h à 13 h
- 4 Agriculture urbaine : fleurs comestibles 17 h à 20 h
- 5 Les mythes alimentaires 15 h à 18 h
- 10 Le coyote, entre chien et loup! 13 h à 16 h, au parc de Beauséjour
- 14 Alternative aux pesticides du potager et du jardin 12 h à 20 h
- 16 3RV : comment réduire 85 % de ses déchets? 13 h à 16 h
- 17 L'agriculture : des plantes à nos assiettes 13 h à 16 h
- 19 Déjeuner équilibré 17 h à 20 h
- 29 Mise au point de vélos 17 h à 20 h
- 30 À vos filets, prêts? Insectes! 13 h à 16 h

JUILLET

- 4 Mise au point de vélos 13 h à 16 h
- 5 Participer à la lutte aux espèces envahissantes 15 h à 18 h
- 6 Questions de pêche : les poissons de la rivière des Prairies 13 h à 16 h, au parc de Beauséjour

JUILLET (suite)

- 7 Mise au point de vélos 10 h à 13 h, au parc de Beauséjour
- 10 Mise au point de vélos 10 h à 13 h
- 12 Le coyote, entre chien et loup! 10 h à 13 h
- 13 Mise au point de vélos 13 h à 16 h, au parc Raimbault
- 13 Parcs urbains : milieux de vie amusants 17 h à 20 h
- 15 À la découverte de l'agriculture urbaine 13 h à 16 h
- 22 Recycler l'eau : les jardins de pluie 13 h à 16 h
- 24 Mise au point de vélos 10 h à 13 h, au parc Raimbault
- 26 Les mythes alimentaires 10 h à 13 h
- 27 Le compostage domestique : de l'assiette au jardin - 17 h à 20 h

AOÛT

- 2 S'adapter pièce par pièce 10 h à 13 h, au parc de Beauséjour
- 2 Repas de restauration 13 h à 16 h
- 4 Fabriquer son propre vermicomposteur 10 h à 13 h
- 5 Mise au point de vélos 13 h à 16 h, au parc de Beauséjour
- 7 Une rivière majestueuse 13 h à 16 h, au parc Raimbault
- 7 Mise au point de vélos 17 h à 20 h
- 9 Les mycètes sont des champignons 17 h à 20 h
- 11 Mise au point de vélos 10 h à 13 h, au parc Raimbault

AOÛT (suite)

- 12 Une nature inspirante 17 h à 20 h, au parc-nature de l'Île-de-Visitation
- 15 Mise au point de vélos 10 h à 13 h
- 18 À la découverte de l'agriculture urbaine 13 h à 16 h
- 19 Animaux au poil 10 h à 13 h
- 19 Des conseils pour une boîte à lunch saine 10 h à 13 h
- 21 Les mythes alimentaires 15 h à 18 h
- 21 Curiosités du milieu aquatique 17 h à 20 h
- 23 Pelouses alternative : écologique et fleurie 15 h à 18 h
- 24 SOS Chauve-souris 13 h à 16 h
- 25 Comment faire des conserves de façon sécuritaire? - 13 h à 16 h
- 28 La permaculture 15 h à 18 h
- 30 Démystifions l'étiquetage nutritionnel 13 h à 16 h

SEPTEMBRE

- 1 L'importance des berges 11 h à 14 h, au parc Nicolas-Viel
- 2 Les bestioles sont en ville 10 h à 13 h



PHOTO: VILLE EN VERT

PROGRAMMATION
PRINTEMPS-ÉTÉ
2018
Du 5 mai au 3 septembre



PHOTO: GUY BÉGIN

Services offerts au pavillon d'accueil : information, café et casse-croûte, location de vélos, prêt de jumelles, prêt de jeux de société, prêt de livres, etc.

Heures d'ouverture du pavillon
Tous les jours : 10 h à 21 h
10905, rue Basile-Routhier (à l'angle de l'avenue Park-Stanley)

SUIVEZ-NOUS ParcoursGouin
 parcoursgouin

INSCRIPTIONS ET RENSEIGNEMENTS 514 872-6196
 parcoursgouin@guepe.qc.ca
 www.parcoursgouin.ca

ACTIVITÉS PONCTUELLES ET ÉVÉNEMENTS

Toutes les activités sont gratuites et ont lieu au pavillon d'accueil, à moins d'avis contraire.

MAI

6 mai

 **Sur les traces du Vieux Bordeaux** 


13 h à 15 h
Visite historique à pied
Départ – en face du 800, rue de Salaberry | Arrivée – à l'angle Gouin Ouest et Bois-de-Boulogne

12 mai

 **Vivez le 24 h de science au pavillon d'accueil!**

10 h à 16 h | **Science pour tous**
Regroupement d'activités et de kiosques ludiques dédiés à la découverte des sciences

19 mai

 **Pêche en herbe** 

9 h à 12 h et 13 h à 16 h | **GUEPE**
Formation pour les enfants de 9 à 12 ans seulement
Lieu : parc de Beauséjour

24 mai

 **Trésors d'archives de la Ville de Montréal** 

19 h à 20 h 30 | **Société d'Histoire d'Ahuntsic-Cartierville**
Conférence de Mario Robert, historien et archiviste

27 mai

 **À la vélo-découverte du boulevard Gouin** 

10 h à 12 h
Excursion patrimoniale du boulevard Gouin à vélo
Départ – parc de Beauséjour | Arrivée – parc-nature de l'Île-de-la-Visitation

Location de vélos offerte (\$) au pavillon d'accueil du Parcours Gouin

10 juin

 **Le Sault-au-Récollet : village, anecdotes et légende** 

13 h à 16 h
Visite historique à pied
Départ – pavillon d'accueil du Parcours Gouin | Arrivée – parc-nature de l'Île-de-la-Visitation

16 juin

 **Un coup de pouce pour la nature!**

13 h à 16 h
Événement : plantation et nettoyage des berges de la rivière des Prairies

 **Escouade ÉnergieZ'toi!**

13 h à 16 h
Atelier d'animation d'activités physiques

 **Marché public Ahuntsic-Cartierville**

13 h à 16 h

21 juin

 **Atelier de fabrication de produits de soins solaires** 

18 h 30 à 20 h | Les Trapeuses

30 juin

 **Cinéma en plein air**

21 h
Documentaire à saveur environnementale

Bénévoles recherchés

JUILLET

5 juillet

 **La biodiversité, à quoi ça sert?** 

19 h à 20 h 30 | **UQAM**
Conférence d'Alain Paquette, professeur en écologie forestière et urbaine, suivie d'une visite de l'installation IDENT-Cité*

7 juillet


 **Libellules et demoiselles du Parcours Gouin** 

13 h 30 à 15 h | **Science pour tous**
Conférence d'Alain Mochon, géographe et biologiste, suivie d'une sortie terrain*

8 juillet

Festival Je lis, tu lis

10 h à 13 h
Contes sous la tente pour les tout-petits et échanges avec les parents sur l'éveil à la lecture et à l'écriture

 **Parcours de motricité Karibou**

10 h à 13 h | Sports Montréal

Pour les 0 à 5 ans

12 juillet


 **Burinage de vélos**

11 h à 14 h | Tandem Ahuntsic-Cartierville

PHOTO : GUEPE



JUIN

2 juin

 **Les chauves-souris dans les parcs de Montréal** 

À compter de 19 h 30 | **Science pour tous**
Conférence du biologiste Antonin St-Jean suivie d'une sortie terrain*

3 juin

 **Charles et ses bois épatants** 

10 h 30 à 11 h 15 | **Tortue Berleu**
Pièce de théâtre interactive adressée aux familles
Lieu – 2^e étage du pavillon d'accueil

Pour les 2 à 8 ans

9 juin

 **Démarrer son potager** 

13 h à 14 h 30 | **Ville en vert**
Conférence et atelier de repiquage



PHOTO : VILLE EN VERT

LÉGENDE

-  : volet sports et loisirs
-  : volet histoire
-  : volet environnement
-  : inscription obligatoire

*Selon les conditions météorologiques

13 juillet

 **Dialogue au Parcours Gouin**

19 h à 20 h | **Concerts Ahuntsic en fugue**
Concert d'un quintette de cuivres en plein air

14 juillet

 **À bord du rabaska historique** 

10 h 30 à 12 h
Descente de la rivière des Prairies en rabaska et visite de la maison du Pressoir
Départ – pavillon d'accueil du Parcours Gouin | Arrivée – parc-nature de l'Île-de-la-Visitation

19 juillet


 **Burinage de vélos**

11 h à 14 h | Tandem Ahuntsic-Cartierville

 **Cinéma : entre réalité et fiction** 

À compter de 19 h
Projection d'extraits du film *Gravité* accompagnée d'une démythification animée par Jean-Pierre Urbain et Jacques Kirouac

21 juillet

 **Initiation à la slackline**

17 h à 21 h | Slackline Montréal
Activité supervisée et en continu

 **Cinéma en plein air - Jumanji : Bienvenue dans la jungle**



21 h

27 juillet

 **Dialogue au parc de Beauséjour**

19 h à 20 h | **Concerts Ahuntsic en fugue**
Concert d'un quintette de cuivres en plein air
Lieu – parc de Beauséjour

28 juillet

 **Pêche en herbe** 

9 h à 12 h et 13 h à 16 h | **GUEPE**
Formation pour les enfants de 9 à 12 ans seulement

29 juillet

 **Soirée d'enfer : contes et légendes**

20 h à 21 h 15

AOÛT

4 août

 **Sault-au-Récollet : un village artisan**

13 h à 14 h 30 | **Histo&Co**
Conférence d'Éliane Bélec, historienne associée, sur le patrimoine industriel du Sault-au-Récollet

9 août

 **Burinage de vélos**

11 h à 14 h | Tandem Ahuntsic-Cartierville

 **Initiation à la slackline**

17 h à 21 h | Slackline Montréal
Activité supervisée et en continu

11 août

 **Vélo-rabaska : l'histoire en milieu naturel** 


10 h à 13 h
Balade historique à vélo jusqu'au parc de Beauséjour suivie d'un retour en rabaska

Location de vélo offerte (\$)





PHOTO : JUNE

12 août

 **Dialogue des éléments**

18 h à 22 h | **L'Orchestre des Berges d'Ahuntsic-Cartierville**
Le concert en plein air débute à 20 h et sera précédé d'une présentation des instruments et d'un échange avec les musiciens.
Lieu – parc-nature de l'Île-de-la-Visitation

18 août

 **Atelier Exposition** 

20 h à 21 h | **La marche du crabe**
Activité d'éveil aux arts visuels et à l'improvisation dansée

Pour les 5 à 12 ans

 **Cinéma en plein air - Coco**

21 h

19 août

 **Course familiale ÉnergieZ'toi!** 

Départs du pavillon d'accueil : 10 h – 11 h – 11 h 30
Circuits de : 1, 2,5 et 5 km

Bénévoles recherchés


 **Escouade ÉnergieZ'toi!**

10 h à 13 h
Atelier d'animation d'activités physiques

 **Marché public Ahuntsic-Cartierville**

9 h à 13 h

21 août

 **Pêche en famille** 

18 h à 21 h | **GUEPE**
La formation débute par un atelier de cuisine d'une heure sur la cuisson du poisson présenté par l'Escouade culinaire

25 août

 **L'astronomie en milieu urbain** 

À compter de 20 h | **Science pour tous**
Conférence et sortie terrain animées par Jacques Kirouac en compagnie de l'astronome Jean-Pierre Urbain*

26 août

 **À la vélo-découverte du boulevard Gouin** 

10 h à 12 h
Excursion patrimoniale du boulevard Gouin à vélo
Départ – parc de Beauséjour
Arrivée – parc-nature de l'Île-de-la-Visitation

Location de vélos offerte (\$) au pavillon d'accueil du Parcours Gouin

SEPTEMBRE

1^{er} septembre

 **Pêche en herbe** 

9 h à 12 h et 13 h à 16 h | **GUEPE**
Formation pour les enfants de 9 à 12 ans

2 septembre

 **Parcours de motricité Karibou**

10 h à 13 h | Sports Montréal

Pour les 0 à 5 ans