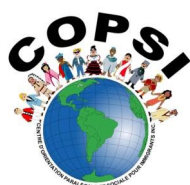


Programmation estivale pour les aîné.e.s de La Petite-Patrie



Juillet et août 2020

Fièrement organisée par les
partenaires communautaires de
La Petite-Patrie pour offrir aux aîné.e.s
du bon temps après cette longue période
de confinement



Ce projet n'aurait pu avoir lieu sans le soutien de nos partenaires financiers,
un grand merci!



Informations importantes

Programmation pour les personnes de
50 ans et plus.

Toutes nos activités sont
gratuites!

Activités annulées en cas de pluie ou
de chaleur extrême.

Les inscriptions pour les
activités dans les parcs sont obligatoires.

Prévoir bouteille d'eau, chapeau
et crème solaire.

Les MARCHÉS ENGAGÉS dans La Petite-Patrie

Kiosque de fruits et légumes à contribution volontaire

Issus des invendus du marché Jean-Talon

Tous les jeudis de 16 h à 18 h

- * Parc Père-Marquette, **16 juillet**
- * Parc Montcalm, **23 juillet**
- * Parc Saint-Édouard, **30 juillet**
- * Parc Carmela-Galardo-Frascarelli, **6 août**
 - * Parc De Gaspé, **13 août**
 - * Parc Luc-Durand, **20 août**
 - * Parc des carrières, **27 août**
- * Parc Père-Marquette, **3 septembre**



Juillet 2020

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
6	7	8	9	10	11	12
13	<p>14</p> <p>Atelier de yoga du rire 10h-11h Parc Père-Marquette Par le Centre NA Rive Inscription : 514 278-2157</p>	<p>15</p> <p>Atelier de Taï Chi 10h-11h Parc Père-Marquette Par le Centre NA Rive Inscription : 514 278-2157</p> <p>Abécédaire / Discussion : Vivre en confinement 11h30-12h30 Parc Père-Marquette Par le Centre NA Rive et le Carrefour Montrose Inscription : 438 520-1327</p>	<p>16</p> <p>Chantons dans le Parc 10h-11h Parc Montcalm Par le Carrefour Montrose Inscription : 438 520-1327</p>	<p>17</p> <p>Zumba Gold Parc Montcalm 10h00-11h30 Par COPSI Inscription : 438 384-3341</p> <p>Activité Masques 2 plages-horaires d'une heure : 14h et 15h Place Hector-Prud'homme Par l'Écho des femmes Inscription : 514 277-7445</p>	18	<p>19</p> <p>Swing (danse) 16h à 17h30 Place Hector-Prud'homme Par l'Écho des femmes et Cat's Corner Inscription : 514 277-7445</p>
20	<p>21</p> <p>Activité Masques 2 plages-horaires d'une heure : 14h et 15h Place Hector-Prud'homme Par l'Écho des femmes Inscription : 514 277-7445</p>	<p>22</p> <p>Atelier de Taï Chi 10h-11h Parc Père-Marquette Par le Centre NA Rive Inscription : 514 278-2157</p> <p>Abécédaire / Discussion : Vivre en confinement 11h30-12h30 Parc Père-Marquette Par le Centre NA Rive et le Carrefour Montrose Inscription : 438 520-1327</p>	23	<p>24</p> <p>Zumba Gold Parc Montcalm 10h00-11h30 Par COPSI Inscription : 438 384-3341</p> <p>Activité Masques 2 plages-horaires d'une heure : 14h et 15h Place Hector-Prud'homme Par l'Écho de femmes Inscription : 514 277-7445</p>	25	<p>26</p> <p>Swing (danse) 16h à 17h30 Place Hector-Prud'homme Par l'Écho des femmes et Cat's Corner Inscription : 514 277-7445</p>
27	<p>28</p> <p>Atelier de yoga du rire 10h-11h Parc Père-Marquette Par le Centre NA Rive Inscription : 514 278-2157</p>	<p>29</p> <p>Atelier de Taï Chi 10h-11h Parc Père-Marquette Par le Centre NA Rive Inscription : 514 278-2157</p> <p>Abécédaire / Discussion : Vivre en confinement 11h30-12h30 Parc Père-Marquette Inscription : 438 520-1327</p> <p>Les balades dansées 10h à 12h Parc Montcalm Par <i>Je suis Julio</i> Inscription (Écho des femmes) : 514 277-7445</p>	<p>30</p> <p>Atelier de yoga du rire 10h-11h Parc Père-Marquette Par le Centre NA Rive Inscription : 514 278-2157</p> <p>Chantons dans le Parc 10h-11h Parc Montcalm Par le Carrefour Montrose Inscription : 438 520-1327</p>	<p>31</p> <p>Zumba Gold Parc Montcalm 10h00-11h30 Par COPSI Inscription : 438 384-3341</p>	1er	<p>2 août</p> <p>Swing (danse) 16h à 17h30 Place Hector-Prud'homme Par l'Écho des femmes et Cat's Corner Inscription : 514 277-7445</p>

Août 2020

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
3	4 Atelier de yoga du rire 10h-11h Parc Père-Marquette Par le Centre NA Rive Inscription : 514 278-2157	5 Atelier de Tai Chi 10h-11h Parc Père-Marquette Par le Centre NA Rive Inscription : 514 278-2157	6 Atelier de yoga du rire 10h-11h Parc Père-Marquette Par le Centre NA Rive Inscription : 514 278-2157	7 Zumba Gold Parc Montcalm 10h00-11h30 Par COPSI Inscription : 438 384-3341	8	9 Swing (danse) 16h à 17h30 Place Hector-Prud'homme Par l'Écho des femmes et Cat's Corner Inscription : 514 277-7445
10	11 Atelier de yoga du rire 10h-11h Parc Père-Marquette Par le Centre NA Rive Inscription : 514 278-2157	12 Atelier de Tai Chi 10h-11h Parc Père-Marquette Par le Centre NA Rive Inscription : 514 278-2157	13 Atelier de yoga du rire 10h-11h Parc Père-Marquette Par le Centre NA Rive Inscription : 514 278-2157 Abécédaire / Discussion : Vivre en confinement 11h30-12h30 Parc Père-Marquette Par le Centre NA Rive et le Carrefour Montrose Inscription : 438 520-1327	14 Zumba Gold Parc Montcalm 10h00-11h30 Par COPSI Inscription : 438 384-3341	15	16 Swing (danse) 16h à 17h30 Place Hector-Prud'homme Par l'Écho des femmes et Cat's Corner Inscription : 514 277-7445
17 Rencontre dansée avec Ballet de ruelles 10h-11h Parc Molson Par la Maison de la culture de Rosemont-La Petite-Patrie Inscription : 514 872-1730	18 Atelier de yoga du rire 10h-11h Parc Père-Marquette Par le Centre NA Rive Inscription : 514 278-2157	19 Atelier de Tai Chi 10h-11h Parc Père-Marquette Par le Centre NA Rive Inscription : 514 278-2157	20 Atelier de yoga du rire 10h-11h Parc Père-Marquette Par le Centre NA Rive Inscription : 514 278-2157 Abécédaire / Discussion : Vivre en confinement 11h30-12h30 Parc Père-Marquette Par le Centre NA Rive et le Carrefour Montrose Inscription : 438 520-1327	21 Zumba Gold Parc Montcalm 10h00-11h30 Par COPSI Inscription : 438 384-3341	22	23 Swing (danse) 16h à 17h30 Place Hector-Prud'homme Par l'Écho des femmes et Cat's Corner Inscription : 514 277-7445
24	25 Rituel du deuil - COVID-19 10h à 11h30 Parc du Père-Marquette Par DARD (Dynamique d'accompagnement et de rituel du deuil) Inscription : 438 405-2439	26	27 Chantons dans le Parc 10h-11h Parc Montcalm Par le Carrefour Montrose Inscription : 438 520-1327	28 Zumba Gold Parc Montcalm 10h00-11h30 Par COPSI Inscription : 438 384-3341	29	30 Swing (danse) 16h à 17h30 Place Hector-Prud'homme Par l'Écho des femmes et Cat's Corner Inscription : 514 277-7445