

L'été en


CALA



Programmation culture et loisirs

21 juin —→ 6 septembre 2025

  @culturelasalle

 Apportez vos chaises

RENSEIGNEMENTS

Toutes les activités offertes dans le cadre de *L'été en cavale* sont gratuites!

Culture et médiation culturelle :
lsl_culture@montreal.ca

Animation, loisirs et sports :
montreal.ca/lasalle

LANCEMENT DE LA PROGRAMMATION ESTIVALE

Prenez part à cette fin de journée festive qui souligne le début de la programmation d'été.

Animation pour toute la famille sur le site dès 17 h



Tapis Rouge

✿ Cirque In Toto

THÉÂTRE DE RUE

Judi 10 juillet, 17 h – 60 min.

♥ Piste de danse du parc des Rapides

Trois personnages clownesques tantôt journaliste, photographe ou fan vous invitent à fouler le tapis rouge pour être sous le feu des projecteurs. Jouez la vedette, changez de peau et rêvez d'être qui vous voulez pour un instant.



Les cuillères québécoises : Un héritage à l'honneur

✿ SAMAJAM

MUSIQUE

Judi 10 juillet, 18 h – 45 min.

♥ Piste de danse du parc des Rapides

Ouverte à tous les âges, cette représentation participative initie aux techniques de jeu des cuillères de bois et à leur rôle. Vivez une expérience rythmique inédite qui marie traditions québécoises et percussions du monde.



© Jeff Malot

Mélsande Rembobine

✿ Concert CAMPBELL

CHANSON

Judi 10 juillet, 19 h – 75 min.

♥ Piste de danse du parc des Rapides

Pour célébrer les dix ans de son projet *[électrotrad]*, Mélsande revisite des chansons de son répertoire au son trad acoustique en compagnie de quatre musiciens. Avec une énergie contagieuse, elle fait danser et chanter les foules partout où elle passe.



Gestion de patrimoine
Trust Royal

Présenté dans le cadre des Concerts Campbell grâce au soutien de la succession Charles S. Campbell.

DANS UN PARC PRÈS DE CHEZ VOUS

Une foule de rendez-vous culturels vous attendent sous le soleil. Venez en profiter les pieds dans l'herbe!

Dagobert

✿ Le Théâtre La Roulotte

THÉÂTRE JEUNESSE

Jeudi 17 juillet, 19 h – 50 min.

♥ Parc Ménard

Le roi Dagobert est un roi aimé, bien qu'il soit tête en l'air... Au grand dam de sa fille Irmine, qui a honte des bêtises de son père. Le maléfique Grand Éloi voit alors une occasion unique pour s'emparer du trône. Parviendra-t-il à ses fins?



Le Théâtre
La Roulotte



MAGI par Le Grand Alexandre

✿ La compagnie des autres

CIRQUE ET MAGIE

Lundi 21 juillet, 10 h – 50 min.

♥ Parc Ouellette

Le Grand Alexandre est le meilleur magicien du monde, mais lorsque la magie lui joue un tour, il a besoin de vous pour réussir ses numéros.



Pan in the park

✿ Savoy's Atelier de tambours métalliques

MUSIQUE

Mercredi 23 juillet, 16 h 30 – 60 min.

♥ Parc J.-D.-Ducharme

L'organisme Savoy's et les Golden Stars présentent un spectacle de tambours métalliques en plein air. Leurs chansons rythmées des Caraïbes font danser toute la soirée.



© Allen Molnris



© Édith Bail

La Fanfare Faux-Nez

✿ Fanfare Faux-Nez

MUSIQUE

Dimanche 10 août, 16 h 30 – 60 min.

♥ Parc de Taishan

La Fanfare Faux-Nez, réputée pour ses animations musicales hautement enjouées et dynamiques, est la plus exaltée des fanfares. Ces cinq interprètes talentueux nous proposent un répertoire musical festif et amusant.

Cabaret Noir et blanc

✿ Collectif 4237

CIRQUE ET MUSIQUE

Samedi 6 septembre, 14 h 30 – 45 min.

♥ Parc Leroux

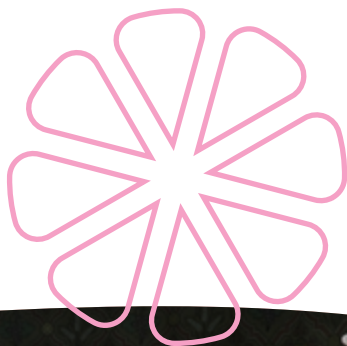
Le Cabaret Noir et blanc propose acrobaties, jonglerie, patin à roulettes et autres prouesses dans une ambiance festive de musique folklorique européenne jouée sur scène. Le tout se termine par un élan de tout le public dansant bras dessus bras dessous avec les artistes.

Ce spectacle est présenté dans le cadre du Pique-nique du Village des Rapides.



CULTURE ET BIBLIO EN DUO

Faites le plein de musique et de lecture en assistant aux concerts présentés dans votre bibliothèque de quartier.



L'ordre de bon temps

✿ Ménéstrel

Janelle Lucyk et Kerry Bursey

MUSIQUE

Mardi 15 juillet, 17 h 30 – 70 min.

▼ Bibliothèque L'Octogone

Ménéstrel s'inspire des chants traditionnels, des voix et instruments que l'histoire et le temps ont façonnés jusqu'à aujourd'hui. Au programme, des airs qui ont forgé la chanson et la culture canadienne-française d'aujourd'hui.



Tevet Sela

MUSIQUE

Mardi 29 juillet, 17 h 30 – 90 min.

▼ Bibliothèque L'Octogone

Le saxophoniste alto Tevet Sela apporte à son jeu une richesse et une étendue d'influences que peu de musiciens possèdent. Sa musique, pleine de sagesse, d'émotion et de narration, s'imprègne d'accents heavy blues, klezmer et moyen-orientales.



3flamencos

✿ Caroline Planté

MUSIQUE ET DANSE

Mardi 12 août, 17 h 30 – 75 min.

▼ Bibliothèque L'Octogone

Caroline Planté, guitariste flamenco et compositrice de renommée internationale, est reconnue pour la qualité et l'originalité de ses créations. Accompagnée par ses complices, le chanteur Manuel Vázquez et la danseuse Julie Fontaine, 3flamencos se veut un voyage musical qui allie modernité et tradition.

Coup de cœur des élu(e)s



Canzone di Notte

✿ Marianne Lambert et Valérie Milot

MUSIQUE

Mardi 26 août, 17 h 30 – 90 min.

▼ Bibliothèque L'Octogone

Ce duo de chant et harpe vous offre une soirée musicale magique qui transporte dans un monde de rêves grâce à une sélection des plus beaux airs de Rossini, Donizetti, Bellini, Mozart et Schubert.



CULTURE AU FRAIS



Toute la famille est invitée à prendre une pause de la chaleur dans le confort de notre salle bien fraîche!

Mélodie merle, l'oiseau rare

✿ Yannick Villedieu

THÉÂTRE JEUNESSE – 5 À 8 ANS

Jeudi 21 août, 14 h 30 – 45 min.

▼ Centre culturel et communautaire Henri-Lemieux

Mélodie Merle n'est vraiment pas un oiseau comme les autres : au lieu d'avoir des plumes, elle a des feuilles. Adaptée d'un conte, cette lecture-spectacle, agrémentée de violon et de guitare, est un éloge de la différence et une célébration de la connaissance.

RÉSERVEZ VOTRE LAISSEZ-PASSER EN LIGNE OU SUR PLACE.



EXPOSITION

Revivez l'histoire fascinante de votre arrondissement en explorant notre exposition en plein air, une immersion culturelle enrichissante au cœur de votre quartier.

✿ Société historique Cavelier de LaSalle

HISTOIRE

Du 4 juillet 2025 au 2 juillet 2026

▼ Parc Félix-Leclerc

Inspirée d'une précédente exposition intitulée *Du portage au Chemin du Roy : l'histoire du boulevard LaSalle*, l'exposition actuelle au parc Félix-Leclerc présente, en huit panneaux, le récit de cette grande artère de l'arrondissement de LaSalle.

ACTIVITÉS DE MÉDIATION CULTURELLE

La médiation culturelle désigne les stratégies d'action culturelle centrées sur les situations d'échange et de rencontre entre les citoyen(ne)s et les milieux culturels et artistiques.

Elle vise à mettre en relation un public avec une œuvre artistique ou patrimoniale par le biais d'ateliers, de conférences, de tables rondes, de visites guidées, etc. Plusieurs de ces projets sont financés dans le cadre de l'Entente sur le développement culturel de Montréal conclue entre la Ville de Montréal et le gouvernement du Québec.

RENSEIGNEMENTS : LSL_CULTURE@MONTREAL.CA

Poste de traite et collations autochtones

✿ Familles d'autrefois

HISTOIRE ET PATRIMOINE

Samedi 21 juin, 13 h – 150 min.

▼ Parc des Rapides
(boul. LaSalle, entre les 6^e et 7^e Avenues)

Un Canadien français et une Autochtone abénaquise vous invitent à un goûter typique de l'époque des coureurs des bois. Leurs personnages présentent la vie quotidienne d'une famille métissée, ainsi que des objets patrimoniaux communs aux deux cultures du XIX^e au XX^e siècle.



© Familles d'autrefois



© Patsy Van Roost

Banderoles J'AIME

✿ Patsy Van Roost

ARTS VISUELS ET INTERACTION

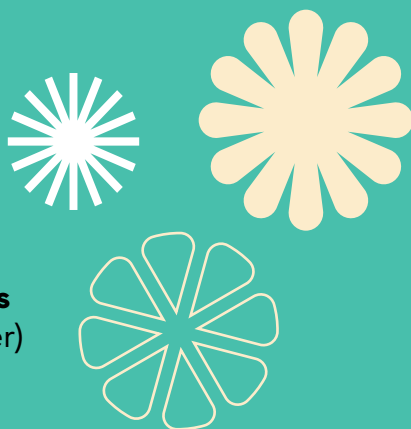
Jeudi 17 juillet, 14 h – 180 min.

▼ Parc Ménard

L'atelier vous invite à créer des banderoles qui expriment ce que vous aimez le plus, afin de le répandre dans l'espace public. Affichez ensuite votre message à la communauté sur la devanture de votre maison ou de votre balcon. J'AIME, c'est l'occasion de le dire haut et fort!

ANIMATION ET ACTIVITÉS DE LOISIRS

▼ **Activités au parc des Rapides**
(boul. LaSalle et Bishop-Power)



LUNDI

Essentrics

ÉTIREMENTS

7 juillet au 25 août, 10 h – 60 min.

Essentrics est une méthode d'entraînement physique qui combine des mouvements d'étirement et de renforcement musculaire pour améliorer la mobilité, la force et la souplesse du corps. Les séances d'Essentrics sont conçues pour être accessibles à toutes et à tous, quel que soit l'âge ou le niveau de condition physique, et peuvent aider à réduire les douleurs, améliorer la posture, augmenter l'énergie et la vitalité, et offrir une meilleure amplitude de mouvement.

*En collaboration avec le
Centre du Vieux Moulin de LaSalle.*



Danses traditionnelles africaines et étirements

ACTIVITÉ DE DANSE

7 juillet au 25 août,
18 h 30 – 90 min.

Claudine Malard est professeure, chorégraphe et interprète en danses d'expressions africaines. Elle vous propose un voyage dans les rythmes et mouvements traditionnels d'Afrique de l'Ouest et de leurs influences.

En collaboration avec le Bronx Yoga.



MARDI

Zumba Gold 50+

MISE EN FORME

8 juillet au 26 août, 10 h – 60 min.

Idéal pour les aîné(e)s recherchant un cours de Zumba alternatif re-créant les mouvements originaux, mais avec une intensité moindre.

*En collaboration avec le
Centre du Vieux Moulin de LaSalle.*



Yoga

MISE EN FORME

8 juillet au 26 août, 18 h – 60 min.

Expérimentez des mouvements sélectionnés du yoga, le principe d'alignement et d'équilibre, le concept d'étirement pour bien utiliser vos muscles.

APPORTEZ VOTRE TAPIS DE YOGA

En collaboration avec le Bronx Yoga.

MERCREDI

Zumba Enfants

MISE EN FORME

9 juillet au 6 août, 18 h – 60 min.

Zumba Enfants est une activité amusante et dynamique pour les enfants. Musique entraînante et mouvements faciles leur permettront de danser et de s'amuser tout en améliorant leur coordination.

*En partenariat avec Loisirs
Notre-Dame-du-Sacré-Cœur.*



Zumba Adultes

MISE EN FORME

9 juillet au 27 août, 19 h – 60 min.
AUCUNE ACTIVITÉ LE 30 JUILLET

Zumba Adultes est une activité énergisante et amusante pour les adultes. Musique entraînante et mouvements dynamiques vous permettront de danser tout en améliorant votre forme physique.

*En partenariat avec Loisirs
Notre-Dame-du-Sacré-Cœur.*



JEUDI

Tonus & Stretching 50+

MISE EN FORME

17 juillet au 28 août,
10 h – 60 min.

AUCUNE ACTIVITÉ LE 10 JUILLET

Ce cours comprend non seulement des exercices favorisant la flexibilité afin d'améliorer la mobilité articulaire, mais aussi des exercices musculaires qui visent à renforcer les muscles posturaux et stabilisateurs.

En collaboration avec le
Centre du Vieux Moulin de LaSalle.



Pilates, mobilité et entraînement

MISE EN FORME

17 juillet au 28 août, 18 h – 60 min.
AUCUNE ACTIVITÉ LE 10 JUILLET

Découvrez les bienfaits du Pilates, de la mobilité et de l'entraînement. Musique apaisante et ambiance relaxante vous attendent, vous permettant de vous concentrer sur votre posture, votre flexibilité et votre force. Préparez-vous à une expérience équilibrée et revitalisante!

APPORTEZ VOTRE TAPIS DE YOGA

En collaboration avec le Bronx Yoga..



En équilibre avec KSF

MISE EN FORME

17 juillet au 28 août,
19 h 30 – 60 min.

AUCUNE ACTIVITÉ LE 10 JUILLET

Améliorez votre équilibre, votre force et votre coordination lors de ces ateliers avec des planches d'équilibre.

APPORTEZ VOTRE PLANCHE, SINON PRÊT D'ÉQUIPEMENT DISPONIBLE. PREMIERS(ÈRES) ARRIVÉ(E)S, PREMIERS(ÈRES) SERVI(E)S

En partenariat avec
Kayak Sans Frontières (KSF)



VENDREDI

Cardio Drums

MISE EN FORME

18 juillet au 29 août, 19 h – 60 min.

Plongez-vous dans l'énergie dynamique du Cardio Drums. Musique entraînante et rythme effréné vous attendent, vous permettant de vous défouler tout en améliorant votre endurance et votre coordination.

En partenariat avec le centre culturel
et communautaire Henri-Lemieux.



SAMEDI

Taï-chi

MISE EN FORME

5 juillet au 30 août, 9 h – 150 min.
AUCUNE ACTIVITÉ LE 12 JUILLET

Venez vous initier au taï-chi, art martial qui implique un travail sur le souffle et non sur la force.

Animation et danse en ligne

MISE EN FORME

5 juillet au 30 août, 19 h – 180 min.
AUCUNE ACTIVITÉ LE 12 JUILLET
ET LES 2, 16 ET 23 AOÛT

Dancez dans une ambiance festive! Apprenez les techniques de base et les chorégraphies de la danse en ligne.



TOUTES LES ACTIVITÉS ONT LIEU AU PARC DES RAPIDES

(boul. LaSalle et Bishop-Power)



ACTIVITÉS DÉCOUVERTES NATURE

▼ **Au parc des Rapides**
par Héritage Laurentien

Toutes les fins de semaine,
entre le 6 juillet et le 24 août



Becs, plumes, etc. :
Le Refuge d'oiseaux
migrateurs de l'île
aux Hérons

Dimanche 6 juillet, 10 h à 12 h

Au fil de l'eau :
récit géologique
et historique des
Rapides de Lachine

Dimanche 13 juillet, 10 h à 12 h



Balade botanique
et herbier spontané

Dimanche 20 juillet, 10 h à 12 h

Rallye sur les
principes Sans Traces

Dimanche 27 juillet, 10 h à 12 h

Chasse aquatique :
à la découverte de la
biodiversité du bord
de l'eau

Dimanche 3 août, 10 h à 12 h

Randonnée au
crépuscule : à
la rencontre des
chauves-souris

Samedi 9 août, 21 h à 23 h

Exploration
des amphibiens
et reptiles du parc

Dimanche 17 août, 10 h à 12 h

Projet Monarque,
science citoyenne et
chasse aux insectes

Dimanche 24 août, 10 h à 12 h



CARTE DES PARCS



montreal.ca/lasalle

@culturelasalle



L'été en

CA



VA

TE



MERCI À NOS PARTENAIRES



Maisons
de la
culture



Montréal  Québec 

Entente de développement culturel