

MONTREAL ESTIVAL

Calendrier d'activités 2026

AU RT21



ACTIVITÉS – PLACES LIMITÉES

INSCRIPTIONS AUX ACTIVITÉS

- Les inscriptions se font à la carte : 20 \$ / jour (non remboursable)
- Merci de nous aviser en cas d'absence

ADMISSIBILITÉ ET ENCADREMENT

- Vous devez être membre à jour pour participer aux activités
- Le ratio est de 1 intervenant pour 5 participants (1:5)
- Les participants doivent être en mesure de fonctionner dans ce cadre
- Une journée d'essai au RT21 est obligatoire pour tous nouveaux membres

MODIFICATIONS ET ANNULATIONS

- Une activité peut être annulée en cas de :
 - faible nombre d'inscriptions
 - mauvaises conditions météorologiques

POLITIQUE ET ENCADREMENT

- Le RT21 se réserve le droit de mettre fin à une participation si l'activité ne convient pas aux besoins de la personne
- Veuillez consulter la politique Montréal Estival 2026 avant le début des activités

ARGENT DE POCHE

- Il est demandé d'apporter de l'argent de poche ou carte bancaire pour les achats de nourriture et de breuvages

ESSENTIEL POUR TOUTES LES ACTIVITÉS (VOIR LA LISTE COMPLÈTE)

- Bouteille d'eau
- Crème solaire
- Linge de rechange

INFORMATION ET INSCRIPTION

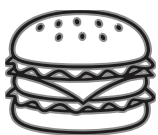
Pour toute information ou pour être ajouté à la liste d'attente (si l'activité est complète) :

Claudie Drolet

514-850-0666 poste 224

claudie@trisomie.qc.ca

LÉGENDE – MATÉRIEL À APPORTER



Apportez un repas froid ou de l'argent



Apportez un repas froid complet et une bouteille d'eau



Apportez de l'argent de poche



Consommation d'alcool permise avec autorisation parentale.



Maillot de bain (sous les vêtements), crème solaire et serviette

Lundi
22 juin



EN ROUTE VERS L'ÉTÉ: FÊTE DE LA RENTRÉE

Heure:

9h30 à 15h30

Arrivée et départ:

Regroupement pour la
Trisomie 21: 3250 boulevard
Saint-Joseph Est, Montréal
H1Y 3G2

* Note : à l'arrivée, sonner au 01

Mardi
23 juin



JOURNÉE DANSE: ZUMBA AVEC MÉLANIE

Heure:

9h30 à 15h30

Arrivée et départ:

Regroupement pour la
Trisomie 21: 3250 boulevard
Saint-Joseph Est, Montréal
H1Y 3G2

* Note : à l'arrivée, sonner au 01

Mercredi
24 juin

CONGÉ SAINT- JEAN-BAPTISTE

***Le RT21 est
fermé, il n'y a pas
d'activité lors de
cette journée***

Jeudi
25 juin



JOURNÉE CINÉMA

Heure:

9h30 à 15h30

Arrivée et départ:

Regroupement pour la
Trisomie 21: 3250 boulevard
Saint-Joseph Est, Montréal
H1Y 3G2

* Note : à l'arrivée, sonner au 01

Lundi
29 juin



JOURNÉE ARTISTIQUE: ARGILE ET DESSIN

Heure:

9h30 à 15h30

Arrivée et départ:

Regroupement pour la
Trisomie 21: 3250 boulevard
Saint-Joseph Est, Montréal
H1Y 3G2

* Note : à l'arrivée, sonner au 01

Mardi
30 juin

JOURNÉE CUISINE: BAR À SANDWICH

***LUNCH FOURNI PAR LE RT21**

Heure:

9h30 à 15h30

Arrivée et départ:

Regroupement pour la
Trisomie 21: 3250 boulevard
Saint-Joseph Est, Montréal
H1Y 3G2

* Note : à l'arrivée, sonner au 01

Mercredi
01 juillet

CONGÉ FÊTE DU CANADA

***Le RT21 est
fermé, il n'y a pas
d'activité lors de
cette journée***

Jeudi
02 juillet



ATELIER DE GYMNASTIQUE ET BINGO

Heure:

9h30 à 15h30

Arrivée et départ:

Regroupement pour la
Trisomie 21: 3250 boulevard
Saint-Joseph Est, Montréal
H1Y 3G2

* Note : à l'arrivée, sonner au 01

Lundi
06 juillet



JOURNÉE MUSIQUE: ATELIER DE CHANSON AVEC SAFIA NOLIN

Heure:

9h30 à 15h30

Arrivée et départ:

Regroupement pour la
Trisomie 21: 3250 boulevard
Saint-Joseph Est, Montréal
H1Y 3G2

* Note : à l'arrivée, sonner au 01

Mardi
07 juillet



PÉTANQUE ET CRÉMERIE

Heure:

9h30 à 15h30

Arrivée et départ:

Regroupement pour la
Trisomie 21: 3250 boulevard
Saint-Joseph Est, Montréal
H1Y 3G2

* Note : à l'arrivée, sonner au 01

Mercredi
08 juillet



YOGA DÉTENTE ET PEINTURE

Heure:

9h30 à 15h30

Arrivée et départ:

Regroupement pour la
Trisomie 21: 3250 boulevard
Saint-Joseph Est, Montréal
H1Y 3G2

* Note : à l'arrivée, sonner au 01

Jeudi
09 juillet



JOURNÉE THÉMATIQUE ANNÉES 70: CAFÉ DISCO

Heure:

9h30 à 15h30

Arrivée et départ:

Regroupement pour la
Trisomie 21: 3250 boulevard
Saint-Joseph Est, Montréal
H1Y 3G2

* Note : à l'arrivée, sonner au 01

Lundi
13 juillet



AQUARELLE ET MOCKTAILS

Heure:

9h30 à 15h30

Arrivée et départ:

Regroupement pour la
Trisomie 21: 3250 boulevard
Saint-Joseph Est, Montréal
H1Y 3G2

* Note : à l'arrivée, sonner au 01

Mardi
14 juillet



L'HEURE DU THÉ AU RT21: PÂTISSERIE

Heure:

9h30 à 15h30

Arrivée et départ:

Regroupement pour la
Trisomie 21: 3250 boulevard
Saint-Joseph Est, Montréal
H1Y 3G2

* Note : à l'arrivée, sonner au 01

Mercredi
15 juillet



JOURNÉE QUIZ ET JEUX DE SOCIÉTÉ

Heure:

9h30 à 15h30

Arrivée et départ:

Regroupement pour la
Trisomie 21: 3250 boulevard
Saint-Joseph Est, Montréal
H1Y 3G2

* Note : à l'arrivée, sonner au 01

Jeudi
16 juillet



BOXE ET RELAXATION

Heure:

9h30 à 15h30

Arrivée et départ:

Regroupement pour la
Trisomie 21: 3250 boulevard
Saint-Joseph Est, Montréal
H1Y 3G2

* Note : à l'arrivée, sonner au 01

Lundi
20 juillet



JOURNÉE ARTISTIQUE: INITIATION AU GRAFITI

Heure:

9h30 à 15h30

Arrivée et départ:

Regroupement pour la
Trisomie 21: 3250 boulevard
Saint-Joseph Est, Montréal
H1Y 3G2

* Note : à l'arrivée, sonner au 01

Mardi
21 juillet

JOURNÉE CUISINE: BRUNCH ET PYJAMA ***LUNCH FOURNI PAR LE RT21**

Heure:

9h30 à 15h30

Arrivée et départ:

Regroupement pour la
Trisomie 21: 3250 boulevard
Saint-Joseph Est, Montréal
H1Y 3G2

* Note : à l'arrivée, sonner au 01

Mercredi
22 juillet



NOËL DES CAMPEURS

Heure :

9h30 à 15h30

Arrivée et départ :

Regroupement pour la
Trisomie 21: 3250 boulevard
Saint-Joseph Est, Montréal
H1Y 3G2

* Note : à l'arrivée, sonner au 01

Jeudi
23 juillet



HALLOWEEN

Heure :

9h30 à 15h30

Arrivée et départ :

Regroupement pour la
Trisomie 21: 3250 boulevard
Saint-Joseph Est, Montréal
H1Y 3G2

* Note : à l'arrivée, sonner au 01

Lundi
27 juillet



LES TROPIQUES DU RT21: DANSE AVEC DAYTON

Heure :

9h30 à 15h30

Arrivée et départ :

Regroupement pour la
Trisomie 21: 3250 boulevard
Saint-Joseph Est, Montréal
H1Y 3G2

* Note : à l'arrivée, sonner au 01

Mardi
28 juillet



JOURNÉE NATURE

Heure :

9h30 à 15h30

Arrivée et départ :

Regroupement pour la
Trisomie 21: 3250 boulevard
Saint-Joseph Est, Montréal
H1Y 3G2

* Note : à l'arrivée, sonner au 01

Mercredi
29 juillet

JOURNÉE SPORT ET PIZZA

***LUNCH FOURNI PAR LE RT21**

Heure :

9h30 à 15h30

Arrivée et départ :

Regroupement pour la
Trisomie 21: 3250 boulevard
Saint-Joseph Est, Montréal
H1Y 3G2

* Note : à l'arrivée, sonner au 01

Jeudi
30 juillet

***Aucune activité
au bureau n'a lieu
cette journée en
raison d'une
sortie en autobus***

Lundi
03 août



CRÉATION DE SAVON ET DIY

Heure :

9h30 à 15h30

Arrivée et départ :

Regroupement pour la
Trisomie 21: 3250 boulevard
Saint-Joseph Est, Montréal
H1Y 3G2

* Note : à l'arrivée, sonner au 01

Mardi
04 août



DÉTAILS À VENIR

Heure :

9h30 à 15h30

Arrivée et départ :

Regroupement pour la
Trisomie 21: 3250 boulevard
Saint-Joseph Est, Montréal
H1Y 3G2

* Note : à l'arrivée, sonner au 01

Mercredi
05 août

JOURNÉE CUISINE: MENU FRAÎCHEUR

***LUNCH FOURNI PAR LE RT21**

Heure :

9h30 à 15h30

Arrivée et départ :

Regroupement pour la
Trisomie 21: 3250 boulevard
Saint-Joseph Est, Montréal
H1Y 3G2

* Note : à l'arrivée, sonner au 01

Jeudi
06 août

***Aucune activité
au bureau n'a lieu
cette journée en
raison d'une
sortie en
autobus***

Lundi
10 août

ÉPLUCHETTE DE MAÏS ET SCRAPBOOKING

***LUNCH FOURNI PAR LE RT21**

Heure:

9h30 à 15h30

Arrivée et départ:

Regroupement pour la
Trisomie 21: 3250 boulevard
Saint-Joseph Est, Montréal
H1Y 3G2

* Note : à l'arrivée, sonner au O1

Mardi
11 août



JOURNÉE THÉMATIQUE ESPACE ET GALAXIE

Heure:

9h30 à 15h30

Arrivée et départ:

Regroupement pour la
Trisomie 21: 3250 boulevard
Saint-Joseph Est, Montréal
H1Y 3G2

* Note : à l'arrivée, sonner au O1

Mercredi
12 août



PARTY FIN D'ÉTÉ

***LUNCH FOURNI PAR LE RT21**

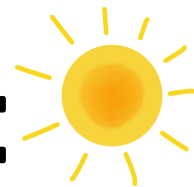
Heure:

17h30 à 20h

Arrivée et départ:

Service des loisirs
Angus-Bourbonnière (SLAB)
5350 Rue Lafond,
Montréal QC H1X 2X2

MERCI! BON ÉTÉ



Pour plus d'information sur l'activité ou pour être
sur notre liste d'attente si celle-ci est complète,
communiquez avec Claudie Drolet au :

claudie@trisomie.qc.ca
514-850-0666 poste 224

RT21
REGROUPEMENT POUR
LA TRISOMIE 21



LES ESSENTIELS

Édition Montréal Estival 2026

- Bouteille d'eau



- Crème solaire



- Chapeau ou casquette



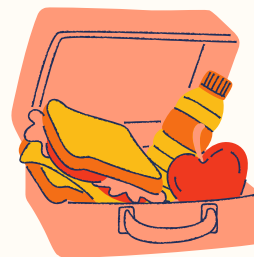
- Du linge de rechange



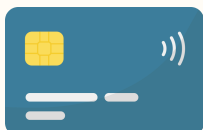
- Chaussures confortables



- Un lunch froid (sauf exception)



- De l'argent de poche (lorsque nécessaire)



- Du linge adapté à la température

