

Événement Proximité Plein Air 2025 : à la découverte de la Réserve naturelle de Waterloo!

WATERLOO, LE 2 JUIN 2025 – Le 14 juin prochain, de 11 h à 16 h, la Ville de Waterloo invite la population à jouer dehors lors de la première édition de **Proximité Plein Air**, un événement provincial qui célèbre le plein air de proximité. Pour l'occasion, la Réserve naturelle de Waterloo devient un terrain de découverte avec une foule d'activités gratuites pour toute la famille.

Au programme :

Tai-chi Qi Gong avec *Céline Gagné*

→ Séances à 11 h 15 et 13 h 15 (15 minutes)

Initie-toi à la présence en nature avec des conseils pour une marche japonaise « Shinrin yoku » en forêt.

Marche d'initiation à l'observation des oiseaux avec le *Club d'observateurs d'oiseaux de la Haute-Yamaska (COOHY)*

→ Départs à 11 h et 14 h (durée : 1 h 30)

Découvre les bases de l'ornithologie et apprends à reconnaître les espèces qui habitent nos sentiers. N'oublie pas tes jumelles!

Course d'orientation *Mission Tortues des bois* avec le *Corps de cadets de la Marine royale canadienne 291 – Waterloo*

→ De 13 h à 15 h 30 (départs en continu)

Carte, boussole et sens de l'aventure : repère les balises cachées, relève des défis variés et accumule des points. L'équipe qui aura trouvé le plus de balises et accompli le plus de défis dans le temps imparti remportera la mission!

Balade guidée à la découverte des plantes médicinales locales avec *Anny Schneider*, herboriste thérapeute accréditée, auteure et conférencière

→ Départ à 14 h (durée : 2 h)

Découvre les trésors végétaux locaux lors d'une promenade à la découverte des plantes médicinales de chez nous.

SOURCE

Marilynn Guay Racicot
Conseillère en communication
450 539-2282, poste 234
m.guayracicot@ville.waterloo.qc.ca

INFORMATION

Mathieu St-François
Directeur du service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire
450 539-2282, poste 231
m.stfrancois@ville.waterloo.qc.ca

Kiosque de sensibilisation avec Action Lac Waterloo

→ De 11 h à 16 h

Rencontre l'équipe sur place pour en apprendre davantage sur les jardins intelligents et les actions de préservation du lac Waterloo.

À propos de Proximité Plein Air

Proximité Plein Air est une initiative du ministère de l'Éducation du Québec visant à rapprocher les citoyen-nes de la nature et à encourager la pratique régulière d'activités physiques extérieures.

Le 14 juin, partout au Québec, des municipalités et des organismes proposeront des activités gratuites en plein air. À Waterloo, l'événement est organisé par le Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire, en collaboration avec le comité citoyen des sentiers de la Réserve naturelle.

En savoir plus : proximitepleinair.ca | ville.waterloo.qc.ca/evenements#pleinair

-30-

SOURCE

Marilynn Guay Racicot
Conseillère en communication
450 539-2282, poste 234
m.guayracicot@ville.waterloo.qc.ca

INFORMATION

Mathieu St-François
Directeur du service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire
450 539-2282, poste 231
m.stfrancois@ville.waterloo.qc.ca