GUIDE DES PARCS

À vos parcs, prêt... partez !

Vos destinations pour les enfants de 0-5 ans !

LOISIR SPORT OUTAOUAIS

MRC VALLÉE-DE-LA-GATINEAU

DÉVELOPPER SERVIR REPRÉSENTER

TABLE DES MATIÈRES

Page 06 | Parc de la municipalité de Grand-Remous

Page 07 | Parc de la municipalité de Montcerf-Lytton

Page 08 | Parc de la municipalité de Bois-Franc

Page 09 | Parc de la municipalité d'Egan-Sud

Page 10 | Parc de la Ville de Maniwaki

Page 12 | Parc de la municipalité de Déléage

Page 13 | Parc de la municipalité d'Aumond

Page 14 | Parc de la municipalité de Sainte-Thérèse-de-la-Gatineau

Page 15 | Parc de la municipalité de Messines

Page 17 | Parc de la municipalité de Blue Sea

Page 18 | Parc de la municipalité de Bouchette

Page 19 | Parc de la Ville de Gracefield

Page 20 | Parc de la municipalité de Cayamant

Page 21 | Parc de la municipalité de Kazabazua

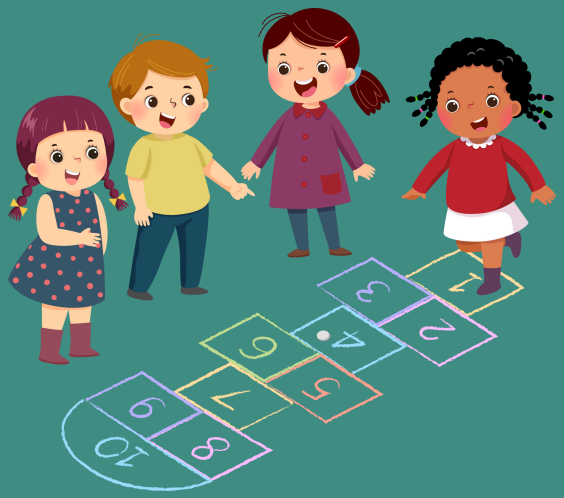
Page 22 | Parc de la municipalité de Lac-Sainte-Marie

Page 23 | Parc de la municipalité de Low

LES PARCS DÉDIÉS AUX 0-5 ANS

Loisir sport Outaouais en collaboration avec la MRC de La Valle-de-la-Gatineau est heureuse d'offrir aux familles un guide des espaces publics contenant des équipements d'aires de jeux destinés à la clientèle des 0-5 ans.

En lançant cette initiative, nous souhaitons que les familles puissent découvrir les parcs municipaux des communautés de la MRC de la Vallée-de-la-Gatineau. Profitons de l'été et de l'automne pour faire des excursions d'une journée à la découverte de nos espaces publics.



MRC
VALLÉE-DE-LA-GATINEAU

DÉVELOPPER SERVIR REPRÉSENTER

LES PARCS DÉDIÉS AUX 0-5 ANS

Grand-Remous

- Parc intergénérationnel de Grand-Remous
- 1508, route Transcanadienne

Montcerf-Lytton

- Parc Evrard-Edmond
- 18, rue principale Nord

Bois-Franc

- Parc Jean-Claude-Branchaud
- 4, rue Branchaud

Egan-Sud

- Parc Labelle
- Coin rue Labelle et route 105

Maniwaki

- Parc Carignan
- Centre du rond point rue Carignan

Maniwaki

- Parc Koko
- 258, rue Koko

Déléage

- Parc Père-Déléage
- 157, route 107

Aumond

- Parc municipal
- rue principale

Sainte-Thérèse-de-la-Gatineau

- Parc municipal
- 29, Chemin principale

Messines

- Parc Antonio Guertin
- Chemin Guertin

LES PARCS DÉDIÉS AUX 0-5 ANS

Messines

- Parc municipal
- 70, rue principale

Blue Sea

- Parc municipal
- 10, rue principale

Bouchette

- Parc 4 saisons
- 4, rue du Centre

Gracefield

- Parc des loisirs
- Rue du parc

Cayamant

- Parc Nathalie Beauregard
- 6, chemin Lachapelle

Kazabazua

- Parc municipal
- 30, chemin Begley

Lac-Sainte-Marie

- Parc municipal
- Rue du Centre

Low

- Parc municipal
- 4, chemin d'Amour

Grand-Remous

Nom du parc : Parc intergénérationnel de Grand-Remous
Adresse civique : 1508, Route Transcanadienne
Numéro : 819 438-2877
Courriel : info@grandremous.ca

Description du parc

Le parc intergénérationnel de Grand-Remous vaut la peine de devenir une excursion d'une demi-journée. Les familles retrouveront une aire de jeux qui sauront plaire aux tout-petits. Le site est grand et gazonné. On y retrouve plusieurs mobiliers urbains ainsi qu'une pergola pour y casser la croûte. Vous aurez accès à un module de jeux moderne, des balançoires et des équipements à grimper.

Présence de service de commodité

Commodité	Cochez la présence
Toilette	
Table de pique-nique	x
Ombrière naturelle ou artificielle	x
Stationnement	x

Pour accéder à la vidéo du parc : cliquez ici

Montcerf-Lytton

Nom du parc : Evrard-Edmond
Adresse civique : 18, rue principale Nord
Numéro : 819 449-4578
Courriel : infos@montcerf-lytton.com

Description du parc

Le parc municipal de Montcerf-Lytton est situé à plein cœur du noyau villageois. On y retrouve un appareil berçant sur ressort, un tunnel, un équipement à tournée vertical, des balançoires pour bébés, des balançoires pour enfant et un grimpeur. Le site est grand et permet aux enfants de bouger en toute sécurité.

Présence de service de commodité

Commodité	Cochez la présence
Toilette	
Table de pique-nique	x
Ombrière naturelle ou artificielle	x
Stationnement	

Pour accéder à la vidéo du parc : cliquez ici

Bois-Franc

Nom du parc : Jean-Claude Branchaud
Adresse civique : 4, rue Branchaud
Numéro : 819 449-2252
Courriel : info@bois-franc.ca

Description du parc

Le parc Jean-Claude Branchaud est situé dans la partie sud de la municipalité. Il est considéré comme un parc de proximité. On y retrouve un module de jeux fonctionnel, un appareil berçant sur ressort et des balançoires pour toutes les clientèles. Une balançoire coulissante permet aux familles de se reposer et de casser la croûte.

Présence de service de commodité

Commodité	Cochez la présence
Toilette	
Table de pique-nique	x
Ombrière naturelle ou artificielle	
Stationnement	

Pour accéder à la vidéo du parc : cliquez ici

Egan-Sud

Nom du parc : Parc Labelle
Adresse civique : Coin rue Labelle et route 105
Téléphone : 819 449-1702
Courriel : info@egan-sud.ca

Description du parc

Le parc municipal d'Egan-Sud est situé a 5 minutes de voiture du centre-ville de Maniwaki. On y retrouve des équipements neufs, dont un module de jeux fonctionnel, un équipement pour l'initiation musical, des balançoires, un grimpeur et une superbe pergola pour se protéger du soleil. Des mobiliers urbains sont disponibles pour les familles qui désirent manger sur place.

Présence de service de commodité

Commodité	Cochez la présence
Toilette	
Table de pique-nique	x
Ombrière naturelle ou artificielle	x
Stationnement	x

Pour accéder à la vidéo du parc : cliquez ici

Maniwaki

Nom du parc : Carignan
Adresse civique : Au centre du rond point de la rue Carignan
Téléphone : 819 449-2800
Courriel : maniwaki@ville.maniwaki.qc.ca

Description du parc

Le parc Carignan est un parc de proximité situé dans un quartier résidentiel. On y retrouve une superbe pergola et plusieurs équipements pour la clientèle 0-5 ans des modules de jeux, des balançoires et une glissade autonome. Les appareils à berçant sur ressort qui sont présents ont une thématique d'insecte. Un filet à grimper est présent pour donner des défis au 4-5 ans ainsi qu'un module de jeux adapté aux enfants aillant un forte capacité motrice.

Présence de service de commodité

Commodité	Cochez la présence
Toilette	
Table de pique-nique	x
Ombrière naturelle ou artificielle	x
Stationnement	

Pour accéder à la vidéo du parc : cliquez ici

Maniwaki

Nom du parc : Parc Koko
Adresse civique : 258, rue Koko
Téléphone : 819 449-2800
Courriel : maniwaki@ville.maniwaki.qc.ca

Description du parc

Le parc Koko est un parc de proximité également situé dans un quartier résidentiel. Bien qu'il soit utile pour les citoyens qui habitent près du site, il ne vaut un long déplacement pour y vivre une expérience enrichissante. On y retrouve peu de variété et il sera difficile de passer une longue période de temps sans se lasser. Une grande zone de verdissement est cependant idéale pour un pique-nique et de beaux mobiliers urbains y sont présents.

Présence de service de commodité

Commodité	Cochez la présence
Toilette	
Table de pique-nique	x
Ombrière naturelle ou artificielle	
Stationnement	

Pour accéder à la vidéo du parc : cliquez ici

Déléage

Nom du parc : Père-Déléage
Adresse civique : 157, route 107
Téléphone : 819 449-1979
Courriel : reception@deleage.ca

Description du parc

Le parc de la municipalité de Déléage est un parc de quartier. On y retrouve un module de jeux, une balançoire pour enfant, un appareil berçant sur ressort, des grimpeur et une ombrière artificielle. La présence de mobiliers urbains permet aux utilisateurs de pouvoir casser la croûte et se reposer. Un pumptrack en terre battue est présent sur place pour les familles désirant des défis. Les adultes pourront s'initier sur les équipements d'entraînement.

Présence de service de commodité

Commodité	Cochez la présence
Toilette	x
Table de pique-nique	x
Ombrière naturelle ou artificielle	x
Stationnement	x

Pour accéder à la vidéo du parc : cliquez ici

Aumond

Nom du parc : Parc municipal
Adresse civique : Rue Principale
Téléphone : 819 449-4006
Courriel : info@aumond.ca

Description du parc

Le parc municipal d'Aumond offre aux usagers un mini jeu d'eau. On y retrouve quelques mobiliers urbains, et une pergola. Un module de jeux 0-5 ans est disponible ainsi qu'une balançoire pour les enfants. Le site est situé près du dépanneur permettant aux usagers d'avoir accès à un service de proximité en transport actif.

Présence de service de commodité

Commodité	Cochez la présence
Toilette	
Table de pique-nique	x
Ombrière naturelle ou artificielle	x
Stationnement	x

Pour accéder à la vidéo du parc : cliquez ici

Sainte-Thérèse-de-la-Gatineau

Nom du parc : Parc municipal
Adresse civique : 29, Chemin rue principale
Téléphone : 819 449-4134
Courriel : info@sainte-therese-de-la-gatineau.ca

Description du parc

Le parc dans la municipalité de Sainte-Thérèse-de-la-Gatineau est également la cour de l'école. Il est donc pas accéssible sur les heures d'écoles. On y retrouve des équipements pour les 0-5 ans. Les familles auront accès à un module de jeux, un appareil berçant sur ressort et des balançoires avec des sièges pour enfants seulement. Le site est pratiquement majoritairement sous le soleil.

Présence de service de commodité

Commodité	Cochez la présence
Toilette	x
Table de pique-nique	
Ombrière naturelle ou artificielle	
Stationnement	x

Pour accéder à la vidéo du parc : cliquez ici

Messines
secteur Farley

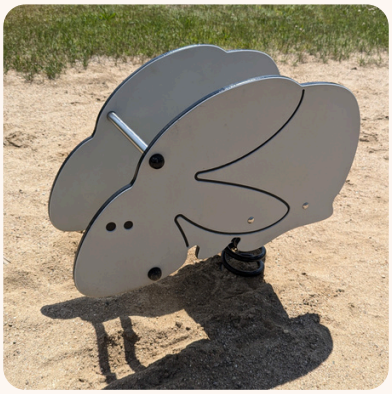
Nom du parc : Antonio Guertin
Adresse civique : Chemin Guertin
Téléphone : 819 465-2323
Courriel : info@messines.ca

Description du parc

Le parc Antonio Farley est situé dans une clairière. On y retrouve beaucoup de soleil et très peu d'ombre. Les familles ont accès à un module de jeux, deux équipements berçants sur ressort et des balançoires. Un deuxième module de jeux pour les 5-12 ans est disponible pour les plus téméraires.

Présence de service de commodité

Commodité	Cochez la présence
Toilette	
Table de pique-nique	
Ombrière naturelle ou artificielle	
Stationnement	x



Pour accéder à la vidéo du parc : cliquez ici

Messines

Nom du parc : Parc municipal de Messines
Adresse civique : 70, rue Principale
Téléphone : 819 465-2323
Courriel : info@messines.ca

Description du parc

Le parc municipal de Messines est un bijoux en matière de design. La conception est compacte et harmonieuse. On y retrouve des aménagements ornementaux vraiment beaux. Un module de jeux, un mur d'escalade, un appareil berçant sur ressort et des mobiliers urbains sont présents. Une pergola et une source d'eau potable sont accessibles près de la zone physique.

Présence de service de commodité

Commodité	Cochez la présence
Toilette	x
Table de pique-nique	x
Ombrière naturelle ou artificielle	x
Stationnement	x

Pour accéder à la vidéo du parc : cliquez ici

Blue Sea

Nom du parc : Parc municipal de Blue Sea
Adresse : 10, rue principale
Téléphone : 819 463-2261
Courriel : info@bluesea.ca

Description du parc

Le parc est située au cœur du village. On y retrouve un stationnement à sol dur sécuritaire. Pour manger à l'ombre ou vous protéger de la pluie, les utilisateurs ont accès à une pergola. Pour se divertir, on retrouve sur place un équipement berçant à ressort et un module de jeux. Des tables de pique-niques sont disponibles ainsi que l'accès à des toilettes.

Présence de service de commodité

Commodité	Cochez la présence
Toilette	x
Table de pique-nique	x
Ombrière naturelle ou artificielle	x
Stationnement	x

Pour accéder à la vidéo du parc : cliquez ici

Bouchette

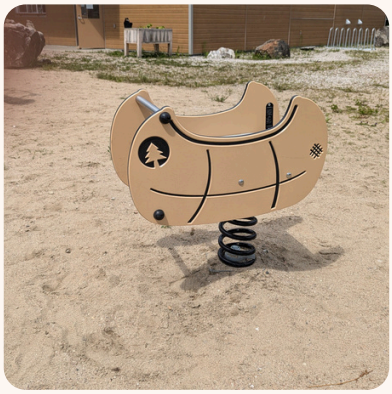
Nom du parc : Parc municipal de Bouchette
Adresse civique : 4, rue du Centre
Téléphone : 819 465-2555
Courriel : info@bouchette.ca

Description du parc

Le parc municipal est une destination toute désignée pour les familles ayant des enfants de 0-5 ans. Son jeu d'eau demeure un produit d'appel. On y retrouve une grande ombrière artificielle, un module de jeux, un appareil berçant sur ressort ainsi que des balançoires. Un tipi grimpeur permet aux enfants de pratiquer les jeux en hauteurs et de créer des jeux de rôles. Plusieurs mobiliers urbains sont disponibles pour les utilisateurs qui désirent se reposer.

Présence de service de commodité

Commodité	Cochez la présence
Toilette	x
Table de pique-nique	x
Ombrière naturelle ou artificielle	x
Stationnement	x



Pour accéder à la vidéo du parc : cliquez ici

Gracefield

Nom du parc : Parc des loisirs
Adresse civique : 1, rue du parc
Téléphone : 819 463-3458
Courriel : info@gracefield.ca

Description du parc

Le parc municipal de Gracefield est un parc central. On y retrouve un superbe jeu d'eau, une grande pergola pour se protéger de la pluie et du soleil. Les familles auront accès également à un module de jeux et des balançoires. Les services de proximités sont accessibles du parc dont un dépanneur et un restaurant. C'est un site idéal pour passer un avant-midi ou un après-midi lors des chaudes journées d'été.

Présence de service de commodité

Commodité	Cochez la présence
Toilette	x
Table de pique-nique	x
Ombrière naturelle ou artificielle	x
Stationnement	x

Pour accéder à la vidéo du parc : cliquez ici

Cayamant

Nom du parc : Parc Nathalie Beauregard
Adresse civique : 6, chemin Lachapelle
Téléphone : 819 463-3587
Courriel : info@cayamant.ca

Description du parc

Le parc municipal de Cayamant en est dans ces premières étapes. On y retrouve deux modules de jeux dont un pour les 0-5 ans. Un parcours d'entrainement est disponible pour les adultes qui souhaitent être actifs tout en permettant à leurs enfants de jouer. Une pergola offre de l'ombre et un abri pour la pluie. Le module de jeu offre plusieurs station de jeux ludiques sous sa plateforme.

Présence de service de commodité

Commodité	Cochez la présence
Toilette	
Table de pique-nique	
Ombrière naturelle ou artificielle	x
Stationnement	x

Pour accéder à la vidéo du parc : cliquez ici

Kazabazua

Nom du parc : Parc municipal de Kazabazua
Adresse civique : 30, chemin Begley
Téléphone : 819 467-2852
Courriel : infos@kazabazua.ca

Description du parc

Le parc municipal de Kazabazua est situé près de l'hôtel de ville. On y retrouve un gros module de jeux, deux appareils berçants sur ressort, un tunnel et des balançoires. Une ombrière artificielle permet aux familles de casser la croûte tout en se protégeant du soleil. Le stationnement est sécuritaire et à proximité de l'aire de jeux. Les services de proximités sont situés à 5 minutes de marche du site.

Présence de service de commodité

Commodité	Cochez la présence
Toilette	
Table de pique-nique	x
Ombrière naturelle ou artificielle	x
Stationnement	x

Pour accéder à la vidéo du parc : cliquez ici

Lac Sainte-Marie

Nom du parc : Parc municipal de Lac-Sainte-Marie
Adresse civique : Rue du Centre
Téléphone : 819 467-5437
Courriel : municipalite@lac-sainte-marie.com

Description du parc

Le parc municipal de Lac-Sainte-Marie est situé sur un site enchanteur. On y retrouve une superbe pergola pour se protéger de la pluie et du soleil. Les toilettes du bâtiment de service du camping municipal sont accessibles à pied. Un module de jeux, des balançoires et un jeu ludique sont disponibles pour les enfants. Les parents pourront utiliser le parcours d'entraînement qui est situé à proximité.

Présence de service de commodité

Commodité	Cochez la présence
Toilette	x
Table de pique-nique	x
Ombrière naturelle ou artificielle	x
Stationnement	x

Pour accéder à la vidéo du parc : cliquez ici

Low

Nom du parc : Parc municipal de Low
Adresse civique : 4, chemin d'Amour
Téléphone : 819 422-3528
Courriel : reception@lowquebec.ca

Description du parc

Le parc municipal de Low est situé derrière le bureau municipal. C'est un petit parc de proximité. On y retrouve un module de jeux, une glissade autonome et deux appareils berçant sur ressort. L'accès au site n'est pas évident, surtout pour les jeunes familles ayant une poussette.

Présence de service de commodité

Commodité	Cochez la présence
Toilette	
Table de pique-nique	
Ombrière naturelle ou artificielle	x
Stationnement	x

Pour accéder à la vidéo du parc : cliquez ici

Les organismes familiaux à consulter sur le territoire

Repère familiale Vallée-de-la-Gatineau
www.mdf-cps-vg.com

Maniwaki 819 449-0282
251, rue Cartier J9E 1R4

Gracefield 819 463-1343
42, rue St-Joseph J0X 1W0

Familles d'abord
www.famillesdabord.com

Gracefield 819 463-4500
38, rue Principale J0X 1W0

CPE - Réseau Petit Pas
150, rue Principale Nord,
Maniwaki, QC J9E 2B8
819 449-7659

CPE - La Bottine
322, rue du Couvent,
Maniwaki, QC J9E 1H4
819 449-5375

CPE - Vallée Sourire
1 A, rue Roy,
Gracefield, QC J0X 1W0
819 463-0615

Encourageons les enfants à jouer librement dehors… comme dans le bon vieux temps!

Réapprendre aux enfants à jouer dehors et à délaisser les tablettes est important pour leur équilibre. Beaucoup d'enfants ratent les expériences sensorielles que la nature offre, en dehors des murs de l'école et de la maison.

Le jeu en plein air est essentiel à l'équilibre des enfants. Il favorise leur autonomie, leur gestion des émotions et leur capacité à prendre des risques. Un encadrement bienveillant est nécessaire : il s'agit d'observer sans surprotéger, permettant ainsi aux enfants d'explorer librement.

Les jeunes enfants ont besoin d'adultes qui les encadrent et qui acceptent d'avoir peur pour eux. Cette peur doit être maîtrisée pour rester vigilante sans les empêcher de prendre des risques. En tant que parents, il est important d'accepter cette peur, car c'est ainsi qu'on grandit et qu'on aide les enfants à grandir.

Le jeu libre se distingue des activités organisées car il n'a pas de règles strictes comme dans les sports d'équipe ou les disciplines encadrées. Les enfants inventent leurs jeux dans la nature : courir, grimper aux arbres, construire des forts, ou ramasser des coquillages. Cela les aide à se connaître, à résoudre des problèmes, à prendre des décisions, et à interagir avec des enfants d'âges différents.

Christine St-Arnaud
Agente de planification, programmation et de recherche
Direction de santé publique – Promotion et prévention en milieu communautaire
Centre intégré de santé et de services sociaux de l'Outaouais

Quatre conseils pour encourager les enfants à jouer dehors

- Laissez les enfants jouer et créer leurs propres jeux;
- Les enfants devraient passer deux à trois heures par jour à jouer librement dehors;
- Un environnement varié, comme un ruisseau ou des arbres, stimule le jeu créatif;
- Restez simple. Proposez des équipements amusants (ex. pneu sur une corde).

Références :
[1](AQCPE — PEGF — Jeu actif : Guide d'élaboration de mesures structurantes [version Web])
[2]Jeu libre et actif, saines habitudes : Petite enfance, grande forme (PEGF), qualité des services éducatifs et développement de l'enfant
[3]Alex – Cadre de référence : L'éducation par la nature en service de garde éducatif à l'enfance