

GUIDE DES SPORTS, LOISIRS ET CULTURE

2025 / 2026



TABLE DES MATIÈRES

SERVICE DES SPORTS ET LOISIRS

Mot du maire	p.3
Ligne Info-Loisirs	p.3
Location des salles pour vos célébrations	p.3
Événements offerts par la ville	p.4
Utilisation des photos	p.4

ACTIVITÉS CULTURELLES

Bibliothèque publique de Dollard-des-Ormeaux	p.5
Vendredis culturels	p.6
Centre des arts de Dollard	p.7

ACTIVITÉS AQUATIQUES

Association aquatique de Dollard-des-Ormeaux (A.A.D.D.O.)	p.8
Association de la Piscine Westminster	p.9
Association récréative de Elm Parc inc.	p.9
Le Club de la piscine et des loisirs Glenmore	p.9
Piscine Fairview	p.9

ACTIVITÉS COMMUNAUTAIRES

Accompagnement bénévole de l'ouest (ABOVAS)	p.10
Action Jeunesses de l'Ouest-de-l'Île (AJOI)	p.10
Amis de la santé mentale	p.10
Association Canadienne-Philippine de l'Ouest de l'Île	p.10
Association Chrétienne Canorient	p.10
Association de la communauté noire de l'Ouest de l'Île	p.10
Association de l'Ouest de l'Île pour les handicapés intellectuels	p.11
Association des familles noires du West Island	p.11
Centre des ressources communautaires de l'Ouest de l'Île	p.11
Centre d'action bénévole Ouest-de-l'Île	p.11
Centre communautaire chinois de l'Ouest de l'Île de Montréal	p.11
Chorale Pop DDO	p.11
Club de danse carrée Swinging Stars	p.12
École Confucius de Montréal	p.12
Escadron 803 North Shore Sabre	p.12
Le Groupe d'entraide de la sclérose en plaques de la banlieue ouest.	p.12
Corbeille de Pain	p.12
Groupe Scout Fairview Centennial	p.13
Guides du Canada – Secteur Oakwoods	p.13
Les amis de la jeunesse canadienne-polonaise	p.13
Mission de l'Ouest de l'Île	p.13
Nova l'Ouest de l'Île	p.13
Orchestre symphonique des jeunes du West Island	p.13
Parrainage civique de la banlieue ouest de Montréal	p.13
Partage-Action de l'Ouest-de-l'Île	p.14
Refuge pour les femmes de l'Ouest de l'Île	p.14
Services familiaux AMCAL	p.14
Société Gujarati de Montréal	p.14
Table de Quartier du Nord de l'Ouest-de-l'Île de Montréal	p.14
TOPS	p.14

ACTIVITÉS SPORTIVES ET RÉCRÉATIVES

Arts martiaux

Groupe Qi Gong Santé	p.15
----------------------------	------

Badminton

Club de badminton de l'ouest de la ville	p.15
--	------

Balle-molle

Association exécutive de balle-molle de DDO	p.15
Ligue de balle-molle mixte de Dollard	p.15

Baseball

Association amateur de baseball Dollard (DABA)	p.15
--	------

Basketball

Ligue de basketball extérieur de l'Ouest de l'Île (WIOBL)	p.16
---	------

Curling

Club de curling Glenmore	p.16
--------------------------------	------

Football

Ligue de Football North Shore	p.16
-------------------------------------	------

Football Drapeau

Association de football drapeau Mavericks Montreal	p.16
--	------

Hockey

Association de Hockey Dollard	p.17
Lions du lac St-Louis AAA	p.17

Karaté

Karaté Esprit	p.17
---------------------	------

La Crosse

Association de Crosse de l'Ouest de l'Île	p.17
---	------

Patinage artistique

Club de patinage artistique Dollard	p.17
---	------

Patinage de vitesse

Le Club de patinage de vitesse de DDO (West Island Cyclones)	p.18
--	------

Patinage libre

Offert par l'Association de Hockey Dollard	p.18
--	------

Pickleball

Club de pickleball de l'Ouest de l'Île	p.18
--	------

Programme Tiny Tots

Offert par l'Association de Hockey Dollard	p.18
--	------

Ringuette

Association de ringuette Pierrefonds / DDO / Île Bizard	p.19
---	------

Rugby

Club de rugby Montréal Barbarians	p.19
---	------

Soccer

Association de soccer récréatif Dollard	p.20
Club de soccer Dollard	p.20

Tai chi

Académie de Tai-Chi de Dollard-des-Ormeaux	p.20
--	------

Tennis

Tennis Montréal	p.20
-----------------------	------

Yoga

Centre Holivie	p.20
----------------------	------

AÎNÉS

Aînés de l'Ouest de l'Île et de sa banlieue	p.21
Association des aînés grecs canadiens de l'Ouest de l'Île	p.21
Club des aînés de Montréal Sahyog	p.21
Club des aînés Dollard-des-Ormeaux	p.21
Centre Juif Cummings pour Aînés	p.21
Organisation Punjabi de Santé et d'éducation	p.21
Repit-Ressource	p.21
Société Alzheimer De Montreal	p.21

PRÉSCOLAIRE ET CAMP DE JOUR

Camp de jour Dollard-des-Ormeaux	p.22
Centre de la petite enfance Dollard	p.22
Centre de la petite enfance Les Bois Verts	p.22
Initiative GoDDO Offert par l'Association aquatique de Dollard-des-Ormeaux (AADD0)	p.22
Jardin d'enfants communautaire Westpark de Dollard-des-Ormeaux	p.22

À LA DÉCOUVERTE DE NOS PARCS

 Pour connaître les activités culturelles ou sportives accessibles aux personnes à mobilité réduite, recherchez ce logo.

SERVICE DES SPORTS ET LOISIRS

MOT DU MAIRE

Cher.ère-s ami(e)s et voisin(es),

C'est avec grand plaisir que nous vous présentons, encore cette année, ce guide des Sports, Loisirs et Culture, qui vous propose une variété d'activités enrichissantes pour nos résidents et familles. Je profite de cette occasion pour remercier notre personnel, nos partenaires, nos bénévoles impliqués et nos associations qui se dévouent pour vous offrir une meilleure qualité de vie ici, à Dollard-des-Ormeaux.

De l'enfance au troisième âge, ces activités visent à améliorer la santé physique, renforcer le bien-être et s'assurer que chacun de nous puisse profiter de diverses activités physiques et sociales dans un environnement sécuritaire, joyeux et stimulant, tout en renforçant des liens avec la communauté.

Que ce soit dans le sport, l'art ou la musique, nos résidents peuvent s'immerger dans des passions diverses afin de maintenir l'équilibre personnel et le développement de soi, tout en construisant des relations enrichissantes.

J'encourage tous nos résidents à s'impliquer en tant que bénévole afin de s'assurer que la diversité et la qualité de nos loisirs soient maintenues et que notre communauté puisse continuer à bénéficier des services exceptionnels que nous sommes en mesure d'offrir grâce à vous ! Profitez du guide de cette année et découvrez toutes les opportunités passionnantes qui vous attendent.

Votre participation est non seulement bénéfique, elle est aussi essentielle à notre bien-être.

Ensemble, construisons une communauté plus forte et plus dynamique.

Restez actifs ! Au plaisir de vous revoir bientôt !



Alex Bottausci
Maire

514 684-1465

abottausci@ddo.qc.ca

Facebook : @AlexBottausciDDO

LIGNE INFO-LOISIRS

Avez-vous une question au sujet des loisirs de la Ville de Dollard-des-Ormeaux ?

Avez-vous essayé notre ligne Info-loisirs ? Composez le **514 684-1011** et faites le 2. Ensuite, optez pour l'une des options suivantes :

Événements à venir	Option 1
Patinage libre	Option 2
Activités aquatiques	Option 4
Centre des Arts de Dollard	Option 5

Bibliothèque	Option 6
Club des aînés	Option 7
Pour des renseignements généraux ou pour laisser un message	Option 8

LOCATION DES SALLES POUR VOS CÉLÉBRATIONS

La Ville dispose de deux salles à louer pour des fêtes, des expositions ou des séminaires, avec accès à une cuisine si nécessaire. La capacité assise est de 200 personnes pour **la salle de banquet** et de 64 personnes pour **la salle Vue sur parc**. Les deux salles sont accessibles aux personnes en fauteuil roulant et des espaces de stationnement sont réservés aux personnes handicapées. La réservation inclut tables et chaises ; vous devez faire appel à des services externes si vous désirez un traiteur, des nappes, de la vaisselle, un système de son et microphone ou autres. Un préavis minimum d'un mois est requis pour réserver les salles.

L'information concernant les tarifs, le matériel disponible et les modalités de réservation est disponible sur notre site web.



ÉVÉNEMENTS OFFERTS PAR LA VILLE

Le Département des Sports, des Loisirs et de la Culture est composé d'une équipe dynamique, pleine d'énergie et totalement enthousiaste, toujours prête à vous divertir tout au long de l'année ! C'est pourquoi nous concoctons sans cesse un mélange d'événements qui feront sauter de joie aussi bien les jeunes que ceux qui se sentent jeunes dans leur cœur. Préparez-vous à des moments de fun, de rire et à une tonne d'excitation !

Nous vous invitons à vous abonner à notre page Facebook @DDOville ou bien à notre infolettre par le biais de notre site web <https://ville.ddo.qc.ca> afin d'être à l'affût des dernières nouvelles ainsi que des événements organisés à la Ville.

Notez que les détails du déroulement de chacun des événements tels que l'Halloween, le Carnaval d'hiver, la Journée écologie et jardinage, la Journée internationale et les grandes fêtes d'été seront affichés sur différents médias quelques semaines avant leur tenue. Inscrivez-vous à notre infolettre et ne manquez plus jamais une célébration !

Au plaisir de vous y retrouver.

SOIRÉE D'INFORMATION ET D'INSCRIPTION

Le 13 août 2025, de 18 h 30 à 20 h 30

Salle de Banquet, Centre civique

Entrée #5

Venez profiter de l'occasion pour rencontrer les responsables de plus de 30 associations.



UTILISATION DES PHOTOS PRISES AU COURS DES ACTIVITÉS ET ÉVÉNEMENTS

Pour fins promotionnelles, le Service des sports, loisirs et culture prend régulièrement des photos des activités et des événements qui se déroulent à Dollard-des-Ormeaux. Nous nous réservons le droit de les diffuser, sans offrir de préavis ou de compensation aux personnes figurant sur les photos.

ACTIVITÉS CULTURELLES

BIBLIOTHÈQUE PUBLIQUE DE DOLLARD-DES-ORMEAUX

514 684-1496 • bibliotheque@ddo.qc.ca



Bibliothèque
DDO
Library

La bibliothèque publique de Dollard-des-Ormeaux offre gratuitement aux résidents de DDO une panoplie de services pour ses membres de tous âges. La rénovation de la bibliothèque a permis d'offrir aux usagers une nouvelle bibliothèque spacieuse, à la fine pointe de la technologie, un troisième lieu où il fait bon vivre.

Collection

La collection comprend plus de 125 000 documents. Des livres en français et en anglais, des ouvrages de référence, des livres en gros caractères, des livres en langues étrangères, des cours de langues avec CD, des bandes dessinées et mangas, des magazines et journaux, des DVD/Blu-ray, des livres audio, des livres et magazines numériques, des musiques et films en flux continu et des jeux vidéo sont disponibles.

Retours de documents

Une chute à documents est accessible lorsque la bibliothèque est fermée.

Ressources en ligne

Une variété de ressources en ligne est offerte aux membres de la bibliothèque : des cours de langue, des livres numériques, des magazines numériques, de la généalogie, de la musique, etc.

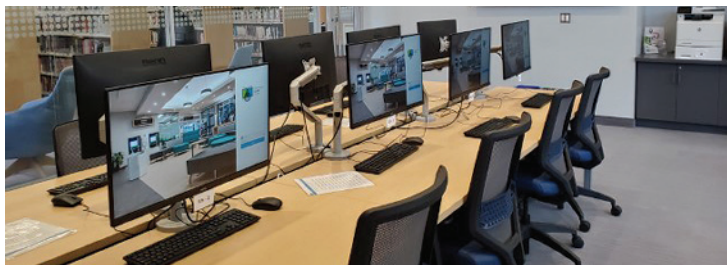
Service de référence et suggestions de lecture

Une aide attentionnée est offerte aux comptoirs de référence pour s'assurer que les usagers trouvent ce qu'ils cherchent. Des suggestions thématiques vous sont proposées à plusieurs endroits dans la bibliothèque afin de faciliter votre sélection. Ne manquez pas les suggestions de Mathieu pour les jeunes sur la page Facebook et le site Web de la bibliothèque!



Laboratoire informatique

La bibliothèque a de nouveaux ordinateurs donnant accès à Internet, aux bases de données, à différents logiciels et permettant entre autres le traitement de photos et le montage vidéo. Ils se retrouvent dans les sections jeunesse, adolescents et adultes.



Impression, photocopie et numérisation

Il est possible d'imprimer à partir d'un portable, tablette ou téléphone partout dans la bibliothèque. Ces services sont offerts moyennant des coûts de 0,25\$ par page pour le noir et blanc et 0,50\$ pour la couleur.

Salles d'étude

Quatre salles d'étude sont disponibles pour les membres. Les salles sont munies de tableaux pour favoriser le travail d'équipe.

Activités culturelles

La bibliothèque offre une variété d'activités culturelles pour toute la famille : soirées d'échecs, soirées de jeux de société, soirées cinéma, etc. Plusieurs activités sont offertes aux enfants : heure du conte, aide aux devoirs, mon copain lecteur, ateliers sur différents sujets, club de codage, spectacles, etc. Certaines activités sont réservées aux adolescents. Les activités pour adultes comprennent, entre autres, des clubs de lecture, des ateliers d'écriture, le ciné-club ONF, des conférences sur différents sujets et les Vendredis culturels.

Le calendrier des activités culturelles de la bibliothèque est publié en janvier, juin et septembre. Il est disponible en ligne et à la bibliothèque.

Club de lecture d'été TD

Le Club de lecture d'été TD de la bibliothèque de DDO offre un été amusant aux jeunes lecteurs de 12 ans et moins. Des défis de lecture variés sont proposés pour tous les niveaux avec des récompenses pour les participants, le tout sous forme de jeu.



Une naissance un livre

Tous les parents d'enfants âgés de moins d'un an sont invités à inscrire leur enfant à la bibliothèque afin de recevoir la trousse bébé-lecteur.

Visite de groupe



une naissance
un LIVRE®

L'équipe de la bibliothèque organise des visites de groupes scolaires et récréatifs afin de leur faire découvrir la bibliothèque et ses services, et de favoriser le plaisir de la lecture.

Livraison à domicile

Un service offert aux membres se trouvant dans l'impossibilité de se déplacer (personnes âgées, malades ou handicapées et aidants naturels) pour conserver le lien avec la bibliothèque et la lecture.

Bénévolat

Des opportunités de bénévolat pour les jeunes du secondaire sont disponibles durant l'année scolaire pour le tutorat, l'aide à la lecture et le codage auprès de jeunes du primaire.

Vendredis culturels

Un rendez-vous culturel à ne pas manquer!

Lieu : Salle de banquet
Réservation : Site Web de la bibliothèque
 Présenté dans le cadre du CAM en tournée

Scannez ici

NOWHERE LAND LITTLE MISTY

24 octobre 2025 à 19 h

Le groupe Little Misty fusionne harmonieusement folk progressif et indie rock. Son répertoire, marqué par une curiosité insatiable, va des paysages cinématiques aux intermèdes fantaisistes, en passant par des solos de guitare épiques.



Source : Alina Herta

REZ-DE-CHAUSSÉE GREENHOUSE ENSEMBLE

21 novembre 2025 à 19 h

Greenhouse Ensemble est un collectif de jazz aux accents folk et orchestraux. Les membres insufflent au groupe toute une variété d'influences. L'agencement de timbres inusités (voix, violon et trompette) donne au collectif une sonorité unique.



Source : Camille Gladu-Drouin

CASSE-NOISETTE THE TAUREY BUTLER TRIO

12 décembre 2025 à 19 h

Le classique des fêtes Casse-Noisette sera réimaginé par le trio Taurey Butler. Préparez-vous à entendre vos thèmes préférés interprétés avec une touche de jazz énergique qui vous remplira de joie et de l'esprit de Noël.

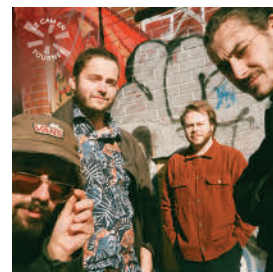


Source : Alex Tran

AUBE/NOCTURNE SOLARIUM

23 janvier 2026 à 19 h

Aube/Nocturne est un florilège de pièces éclectiques et audacieuses, oscillant entre des moments de haute voltige improvisés et des passages savamment interprétés. Les musiciens passent de la fougue du swing au lyrisme de mélodies influencées par la chanson contemporaine et traditionnelle du Québec.



Source : Jules Minville

LE CINÉSTHÉCIRQUE ALEX LEBLANC ET SON ORCHESTRE

20 février 2026 à 19 h

Le CinésthéCrique est un spectacle multidisciplinaire associant jazz ludique et projections visuelles. Cuivres, guitare électrique, télévisions et images provenant d'une autre dimension seront au rendez-vous.



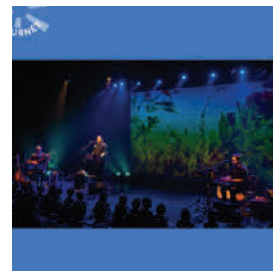
Source : Camille Gladu-Drouin

SOUS LES EAUX LA NEF

6 mars 2026 à 13 h 30

Pour toute la famille

La Nef présente Sous les eaux, un conte musical jeunesse avec vidéo sous-marine. Un jeune garçon rêveur vivant sur une île explore l'univers sous-marin et rencontre des êtres énigmatiques inoubliables !



Source : Danylo Bobyk



Centre des arts de Dollard
Dollard Centre for the Arts



12001, boul. de Salaberry, Dollard-des-Ormeaux, (Québec) H9B 2A7
Centre culturel, bureau E-008

Coordonnées	514 684-1012, poste 6213 arts@ddo.qc.ca centreartsdollard.com
Description	Le Centre des arts de Dollard est un ensemble de studios et de galeries d'art situés dans le Centre civique. C'est ici qu'une communauté dynamique, bilingue et multiculturelle de personnes de toutes origines, de tous âges et de tous intérêts travaillent ensemble pour promouvoir les disciplines intemporelles que sont le dessin, la peinture, la sculpture, la musique, la danse et le théâtre.
Session	Session d'hiver (janvier-mars), Session de printemps (avril-juin) Session d'été (juillet-août) et Session d'automne (septembre-décembre)
Inscription	Inscription continue en ligne, par téléphone ou en personne.
Beaux-arts, musique, danse et théâtre	Découvrez plusieurs cours dans diverses disciplines pour les enfants et les adultes qui souhaitent explorer leur créativité et développer leur technique. Ces cours sont proposés par des professionnels expérimentés et formés dans des studios d'art bien équipés.
Camp d'été des beaux-arts  Camp d'été des beaux-arts de Dollard art musique théâtre danse nature	L'endroit rêvé pour l'artiste en herbe ! En offrant des activités touchant les arts visuels et les arts vivants (beaux-arts, musique, danse et théâtre), ainsi que le plein air (jeux et randonnée), le Centre des arts de Dollard permet aux enfants de créer la magie et les souvenirs inoubliables propres aux camps de vacances.
Galerie de la Ville  Galerie de la Ville	Un espace dédié à la découverte et au dialogue, la Galerie de la Ville explore le rôle de l'art dans nos vies. Des expositions sont présentées tout au long de l'année, mettant en valeur le travail d'artistes visuels professionnels et semi-professionnels, ainsi que celui d'étudiants de tous âges.
Association des Artistes de Dollard 	Rejoignez une association dynamique d'artistes visuels ! Participez à des conférences, des démonstrations, des expositions de groupe, des visites de galeries et de musées ainsi que des événements de peinture en plein air. Des réunions mensuelles sont organisées chaque dernier mardi du mois à 19 h afin d'encourager la discussion et le développement professionnel et pour offrir un soutien mutuel.

ACTIVITÉS AQUATIQUES

 **ASSOCIATION AQUATIQUE DE DOLLARD-DES-ORMEAUX (A.A.D.O.)**
12001, boulevard De Salaberry, Dollard-des-Ormeaux



Coordonnées	514 684-0070, poste 6602 aaddo@ddo.qc.ca www.ville.ddo.qc.ca	Session	Nous offrons quatre sessions par année : - Septembre à décembre - Janvier à mars - Mars à juin - Juin à août
Groupe d'âge	Cours de natation : pour les enfants 4 mois et plus Cours de mise en forme et d'aqua forme : pour les personnes de 16 ans et plus Initiative GO DDO : pour toute la famille Programmes pour adolescents : 11 ans et plus	Coût	Selon le programme Tarif de résident ou non-résident disponible
		Inscription	Veuillez consulter notre site Web : www.ville.ddo.qc.ca ou notre page Facebook AADD0

Programmes éducatifs



Parents et enfants
Préscolaire
Nageur
Adultes
Cours privés



Médaille de bronze
Croix de bronze
Premiers soins – Général
Premiers secours – (petite enfance)
Sauveteur national
Moniteur de Natation
RCR niveau C avec défibrillateur
SN requalification



Croix-Rouge canadienne

Prêts à rester seuls
Gardiens avertis



Action Jeunes et Initiative Go DDO

Voir page 22.

Programmes récréatifs

Pour accéder au bain libre ou à la salle d'entraînement, il est possible de prendre un abonnement de 1, 3, 6 ou 12 mois, de vous procurer une carte de 10 ou 20 entrées.



Aqua-arthrite



Aquaforme



Aqua-poussette



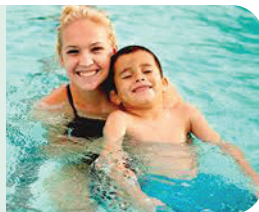
Cours de mise en forme



Salle d'entraînement

Natation adaptée

Nous avons des instructeurs formés pour travailler individuellement avec les personnes ayant une limitation ou une incapacité à cause d'une condition physique ou mentale ou encore un problème de santé chronique.



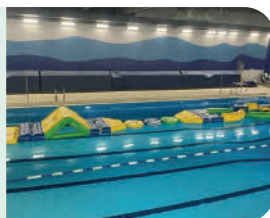
Programme Aqua-école

Vous êtes à la recherche d'une activité pour votre école ou garderie? N'hésitez pas à nous contacter.

Fête d'anniversaire

Venez célébrer votre fête au Centre Aquatique de Dollard-des-Ormeaux!

L'évolution du jeu aquatique. Jeu de tag, faire des courses amicales ou grimpez la tour d'action!



Équipes/programmes compétitifs



Natation/Maîtres

Entraîneur chef : Matt Showers
coachmatt@ddo.qc.ca



Natation artistique

Entraîneurs chefs :
Laura Swift et Christiane Callary
ddoheadcoach@gmail.com



Water-polo

Entraîneur chef : Brian Parillo
coachbrian@ddowaterpolo.com

PISCINES EXTÉRIEURES

ASSOCIATION DE LA PISCINE WESTMINSTER

Westminster Pool, 541 Westminster



Description : Nous visons à créer un sentiment de famille avec la communauté. Nous désirons promouvoir la santé physique et le bien-être par différents sports aquatiques et activités sociales.

Coordonnées	514 620-1677 poolwestminster@gmail.com www.westminsterpool.com
Groupe d'âge	Tous les âges
Cours offerts	Cours de natation, de nage synchronisée, de water-polo, de plongée, d'équipe de natation, Médaille de bronze, Croix de bronze et plus
Session	Mi-juin au début de septembre
Coût	Pour la liste complète de prix, visitez notre site Web. Des rabais sont disponibles si vous vous inscrivez tôt.
Inscription	En ligne sur notre site Web ou communiquez avec nous pour connaître les modalités d'inscription.
Équipes/programmes compétitifs	Nous avons des équipes compétitives de nage synchronisée, de water-polo et de plongée, ainsi qu'une équipe de natation.

ASSOCIATION RÉCRÉATIVE ELM PARC (AREP)

Piscine Elm : 532, rue Montcalm

Description : La piscine Elm Park offre des services aquatiques sécuritaires et abordables à la communauté pendant l'été. Nous offrons une variété de programmes, d'activités et d'événements sociaux pour les membres de tous âges, capacités et origines.

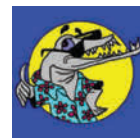


Coordonnées	514 620-1910 info@elparkpool.com www.elparkpool.com
Groupe d'âge	Pour tous les âges
Cours offerts	Leçons de natation. Équipes de sports aquatiques (natation, de plongeon, de nage synchronisée et de water-polo), aquafitness, cours de natation pour parents et tout-petits, équipe de natation pour adultes, cours de bien-être et de fitness, Club des Jeunes ELM Park, programmes de Leaders et de Junior Leaders, cours de sauveteur.
Session	La piscine est ouverte de la mi-juin jusqu'au début de septembre. Nous offrons deux sessions de cours d'une durée de quatre semaines chacune, entre les mois de juin et août. Les cours sont offerts le matin, en journée et en soirée. Contactez-nous pour plus d'info !
Coût	Pour une liste complète des prix, visitez notre site Internet. Des rabais sont disponibles si vous vous inscrivez tôt.
Inscription	L'inscription peut se faire en personne ou en ligne, consultez notre site Web pour plus d'informations..
Équipes/programmes compétitifs	Natation, plongeon, synchro, water-polo et maîtres.
Renseignements supplémentaires	La piscine d'Elm Park propose également une large gamme d'activités sociales pour les membres de tous âges, telles que la soirée peinture, la soirée bingo, Halloween en juillet et bien plus encore !

LE CLUB DE LA PISCINE ET DES LOISIRS GLENMORE

Piscine Glenmore : 120, rue Glenmore

Description : Programmes et activités pour toute la famille. Grand terrain bien ombragé, piscine pour bébés, casse-croûte, aire de jeux pour les petits, terrain de volleyball et plus.



Coordonnées	514 684-3143 (durant l'été) info@glenmorepool.com www.glenmorepool.com
Groupe d'âge	Tous les âges
Cours offerts	Des cours de natation, de plongeon, de nage synchronisée et de water-polo, de Médaille de bronze et Croix de bronze, ainsi qu'un programme de maîtres-nageurs, d'aqua forme et plus.
Session	Mi-juin au début de septembre
Coût	Pour la liste complète des prix, visitez notre site Web. Des rabais sont disponibles si vous vous inscrivez tôt.
Inscription	Communiquez avec nous pour connaître les modalités d'inscription.
Équipes/programmes compétitifs	Nous avons des équipes compétitives.
Renseignements supplémentaires	Nous offrons un programme de leadership pour les jeunes de 12 à 15 ans.

PISCINE FAIRVIEW

Piscine Fairview : 345, rue Blue Haven

Description : La piscine fait partie de la communauté depuis 1968. Nous offrons des activités aquatiques et estivales pour tous. Joignez-vous à notre communauté exceptionnelle.



Coordonnées	514 952-4438 www.fairviewpool.com
Groupe d'âge	Tous les âges
Cours offerts	Natation, plongeon, nage synchronisée, water-polo, aqua-forme, Médaille de bronze et plus.
Session	Mi-juin au début de septembre
Coût	Pour une liste complète des prix, visitez notre site Web : www.fairviewpool.com Des rabais sont disponibles si vous vous inscrivez tôt.
Inscription	Communiquez avec nous pour connaître les modalités d'inscription ou visitez notre site web au www.fairviewpool.com
Équipes/programmes compétitifs	Nous avons des équipes compétitives de natation, nage synchronisée, plongeon et water-polo.
Renseignements supplémentaires	Nous avons un programme exclusif de « Sauveteur Pré-Junior » pour sauveteurs en entraînement.

ACTIVITÉS COMMUNAUTAIRES

ACCOMPAGNEMENT BÉVÉNOLE DE L'OUEST (ABOVAS)

Route Transcanadienne, Pointe-Claire, QC, H9R 1B6



Description : Nous offrons un service d'accompagnement transport aux résidents de l'Ouest-de-l'Île en situation de vulnérabilité qui n'ont pas d'autre solution pour se rendre à leurs rendez-vous médicaux et sociaux sur l'île de Montréal.

Coordonnées	Accompagnements médicaux : 514 694-3838 Accompagnements sociaux : 514 513-3838 Courrier : info@abovas.com Site Web : www.abovas.com
Groupe d'âge	Médical : 18 ans et plus Social : 65 ans et plus (moins de 65 ans avec lettre de référence du CLSC)
Session	Toute l'année

ACTION JEUNESSE DE L'OUEST-DE-L'ÎLE (AJOI)

15632, boulevard Gouin Ouest, Sainte-Genève



Description : En partenariat avec les écoles de la région, notre équipe organise des sessions de gymnases ouverts tout au long de l'année scolaire. Nous offrons également des activités sportives gratuites dans les parcs de Dolard-des-Ormeaux pour les 12 à 25 ans, dans le cadre des Jeux de la rue de l'Ouest-de-l'Île.

Coordonnées	514 267-6029 animation@ajoi.info www.ajoi.info
Groupe d'âge	12 à 25 ans
Session	Été (Juin-Septembre) Scolaire : Septembre - Mai Pour la liste complète des activités et événements sportifs, contactez-nous ou visitez notre site Web et Instagram.
Inscription	Renseignez-vous sur les modalités d'inscription par courriel, téléphone ou lors de la Soirée d'Information et d'Inscription.

AMIS DE LA SANTÉ MENTALE



Amis de la santé mentale
Friends for Mental Health

Description : Notre mission est d'accompagner, de soutenir et d'outiller l'entourage d'une personne vivant avec des enjeux de santé mentale, pour le bien-être de tous.

Coordonnées	514 636-6885 info@asmfmh.org www.asmfmh.org
Groupe d'âge	6 à 12 ans, 13 à 25 ans et 26 ans et plus.
Session	Toute l'année
Inscription	Communiquez avec nous pour connaître les modalités d'inscription ou rendez-vous à la Soirée d'information et d'inscription.

ASSOCIATION CANADIENNE-PHILIPPINE DE L'OUEST DE L'ÎLE

Chalets Lake et Edward Janiszewski



Description : Promouvoir, organiser, mener et gérer des programmes sociaux et culturels.

Coordonnées	514 883-4230 adorsbolusan@hotmail.com www.fcawi.ca
Groupe d'âge	Tous les âges
Session	Septembre à avril
Inscription	Communiquez avec nous pour connaître les modalités d'inscription.

ASSOCIATION CHRÉTIENNE CANORIENT

Description : Donner le sentiment aux Canadiens des deuxième, troisième et autres générations qu'ils sont connectés avec les traditions de partout dans le monde et de différentes équipes.

Coordonnées	canorient.wixsite.com/canorient
Session	Plusieurs événements organisés tout au long de l'année.

ASSOCIATION DE LA COMMUNAUTÉ NOIRE DE L'OUEST DE L'ÎLE

48C, 4^e Avenue Sud, Roxboro



L'ASSOCIATION DE LA COMMUNAUTÉ NOIRE DE L'OUEST DE L'ÎLE

Description : L'Association de la communauté noire de l'Ouest-de-l'Île se consacre à l'extension de ses programmes au bénéfice de tous, sans distinction d'origine ethnique, de couleur, de sexe, de religion ou de race, et pour être intégrée comme une partie dynamique de la société en augmentant continuellement la participation à ses programmes pour atteindre plus de jeunes, d'adultes et d'ainés. Nous cherchons à soulager la solitude, l'isolement et à éduquer les aînés sur les questions de santé, les différentes cultures et le multiculturalisme et nous fonctionnons comme un centre d'accueil pour les jeunes, offrant des conseils et des activités éducatives et récréatives dans un cadre supervisé.

Coordonnées	514 683-3925 admin@wibca.org www.wibca.org
Groupe d'âge	Enfants, jeunes et aînés
Session	Toute l'année



ASSOCIATION DE L'OUEST DE L'ÎLE POUR LES HANDICAPÉS INTELLECTUELS

111, rue Donegani, Pointe-Claire



Description : Depuis 65 ans, WIAIH a pour mission d'améliorer la qualité de vie des personnes ayant une déficience intellectuelle ou un trouble du spectre autistique et d'apporter un soutien à leur famille.

Coordonnées	Tél. : 514 694-6531, poste 218 Courriel : recreation@wiaih.qc.ca Site Web : wiaih.qc.ca
Groupe d'âge	12 ans et plus
Session	Septembre à juin : En présentiel et virtuel en soirée et en fin de semaine. Été : Camp de jour en personne pour les enfants de 6 à 21 ans ne pouvant intégrer les camps municipaux (Doit être un usager du CROM). Camps de jour en personne pour adolescents et campeurs adultes. Camp séjour pour campeurs adultes. Les places sont limitées.
Accessibilité universelle	Certains lieux sont accessibles en fauteuil roulant.

ASSOCIATION DES FAMILLES NOIRES DU WEST ISLAND

Chalets Lake et Edward Janiszewski



Description : Activités pour tous les âges. Nous proposons des ateliers, un programme du samedi pour enfants et l'aide aux devoirs. Nous offrons également un camp de jour d'été pour les enfants de 4 à 13 ans et un programme de moniteurs en formation pour les 14 et 15 ans.

Coordonnées	514 696-7906 514 823-8914 Sseales02@lbppearson.ca
Session	Septembre à juin : Chalet Lake Juillet à août : Camp d'été (7 semaines) – Chalet Coolbrooke

CENTRE DES RESSOURCES COMMUNAUTAIRES DE L'OUEST DE L'ÎLE

114, avenue Donegani, Pointe-Claire



Description : Le CRC est un organisme sans but lucratif qui se consacre à l'amélioration de la qualité de vie des résidents de l'Ouest de l'île en les reliant aux services et aux programmes offerts par le secteur communautaire. Le CRC relie, promeut et soutient le secteur communautaire de l'Ouest de l'île.

Coordonnées	514 694-6404 info@crcinfo.ca www.crcinfo.ca
Groupe d'âge	Tous les âges
Session	Toute l'année
Inscription	Communiquez avec nous pour connaître les modalités d'inscription.

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE OUEST-DE-L'ÎLE

1, rue de l'Église, Sainte-Anne-de-Bellevue



Description : Recrutement de bénévoles, citoyens de tous âges (de 14 ans et plus), référés aux organismes. Programmes et services destinés aux aînés, personnes vulnérables et en perte d'autonomie.

Coordonnées	514 457-5445 info@volunteerwestisland.org www.cabvwi.org
Groupe d'âge	Citoyens de tous âges : 14 ans et plus Aînés : 55 ans et plus
Session	Toute l'année pour les citoyens et pour les programmes aux aînés : Popote roulante et repas congelés, contact (appels amicaux), activités Club Jeunes de cœur dans la salle communautaire, zoothérapie, programme de Personne à tout faire Cliniques d'impôts en mars et avril.
Inscription	Communiquez avec nous pour des renseignements sur nos services, le bénévolat et autres.

CENTRE COMMUNAUTAIRE CHINOIS DE L'OUEST DE L'ÎLE DE MONTRÉAL

Chalet Fairview



Description : En tant qu'association à but non lucratif dédiée à l'amélioration de l'intégration des membres de la communauté chinoise dans la société canadienne, nous organisons diverses activités telles que le qi gong, le tai-chi, la formation vocale, la danse en ligne, etc. les mercredis, et du tennis de table, du tai-chi, du mah-jong, des jeux de société, de la danse, etc. les samedis.

Nous organisons les célébrations annuelles du Festival de la mi-automne depuis 2018 et le gala annuel célébrant le Nouvel An chinois depuis 2009. Ce sont des festivals importants célébrés en Chine et dans de nombreux pays asiatiques. Tous sont les bienvenus à ces deux événements. Veuillez communiquer avec nous pour plus d'informations.

Coordonnées	514 696-2399 ou 514 691-0412 westchinesecenter@yahoo.ca www.mwestchinesecenter.ca
Groupe d'âge	Tous les âges
Session	Toute l'année
Inscription	https://mwestchinesecenter.ca/join-us

CHORALE POP DDO

Chalet Sunnybrooke



Description : Groupe a cappella à quatre voix pour le plaisir de chanter, tous les niveaux et âges.

Coordonnées	514 777-9409 berelmichaelweiner@gmail.com montrealislandcitychorus.com
Groupe d'âge	15 ans et plus
Session	Toute l'année
Inscription	Contactez-nous pour plus d'informations.

CLUB DE DANSE CARRÉE SWINGING STARS

Description : La danse carrée est pratiquée par 8 personnes jumelées deux par deux exécutant de nombreuses figures chorégraphiées par un câleur. C'est un moyen peu coûteux de profiter de soirées hebdomadaires, tout en étant actif avec des exercices à faible impact. Aucune expérience nécessaire ; les célibataires et les couples sont les bienvenus !



Coordonnées	514 907-0953 Swinging.stars.ddo@gmail.com
Groupe d'âge	18 ans et plus
Session	Septembre à juin
Inscription	Communiquez avec nous pour connaître les modalités d'inscription.



ÉCOLE CONFUCIUS DE MONTRÉAL

4698 Boul. Saint-Jean Dollard-des-Ormeaux, QC H9H 4S5



Description : Nous proposons des cours de langue (français, anglais espagnol et mandarin), d'arts visuels (peinture chinoise, calligraphie chinoise, peinture à l'huile, croquis, manga, etc.), d'arts du spectacle (danses folkloriques chinoises, instruments de musique chinoise, ballet, danse latine, hip-hop, musique vocale, formation de figures, etc.), de sciences (mathématiques, robotique, codage, animation, etc.) et de sport (tai-chi, ping-pong, badminton, Zumba, taekwondo, etc.). Les cours peuvent être suivis en groupe ou individuellement. Nous offrons également des services de camps de jour pendant les vacances de Noël, la semaine de relâche et l'été dans l'Ouest-de-l'Île.

Notre programme parascolaire offre des cours en ligne en semaine de 17h à 21h. Des cours en ligne et en personne sont disponibles les week-ends ainsi que pendant vacances de Noël, la semaine de relâche et l'été.

Nos cours du samedi en personne et nos camps de jour ont lieu à Dollard-des-Ormeaux. Veuillez visiter notre site web pour plus de détails, y compris les horaires des cours, les activités de camp et les informations d'inscription.

Nous avons des postes d'enseignant à temps plein et à temps partiel disponibles, sur place et à distance. La priorité pour les postes de camp d'été sera accordée aux jeunes citoyens canadiens et aux résidents permanents.

Coordonnées	TÉL : 514 691-0412 E-mail : kzschooll@yahoo.ca WeChat : kongzi6910412 Site Web : www.confuciussschool.ca
Groupe d'âge	3 ans et plus
Session	d'une année entière
Inscription	https://confuciussschool.ca/sign-up

ESCADRON 803 NORTH SHORE SABRE

École secondaire Altitude, 3347, boulevard des Sources, Pierrefonds



Description : Nous offrons des programmes de formation pour les jeunes comme le développement du leadership, la promotion du conditionnement physique et l'art de devenir de bons citoyens et de stimuler l'intérêt en aviation.

Coordonnées	438-397-2631 info@803squadron.com www.803squadron.com www.facebook.com/803squadron
Groupe d'âge	12 à 18 ans
Cours offerts	Aviation, formation en pilotage, fanfare, musique, cornemuse, sports, danse écossaise, survie en forêt, voyages et plus.
Session	Septembre à juin
Coût	Gratuit (activité de levée de fonds requise)
Équipes / programmes compétitifs	Nous avons des programmes compétitifs, incluant la marche militaire, la musique et parler en public.
Inscription	En tout temps.
Renseignements supplémentaires	Nous offrons des camps d'été.

LE GROUPE D'ENTRAIDE DE LA SCLÉROSE EN PLAQUES DE LA BANLIEUE OUEST

Chalet Sunnybrooke

SP | MS Canada

Description : Notre mission est d'offrir un soutien moral et physique aux personnes atteintes de sclérose en plaques, ainsi que pour les membres de leur famille et d'aider les personnes atteintes de sclérose en plaques à rester dans leur milieu de vie le plus longtemps possible.

Une variété d'activités hebdomadaires sont offertes gratuitement ainsi que des options en ligne. Sorties occasionnelles, séminaires, groupe de soutien, thérapies, etc.

Coordonnées	514 676-1588 Lisa.witt@mscanada.ca www.spcanada.ca www.mccanada.ca
Groupe d'âge	Adultes
Session	Toute l'année
Inscription	À tout moment.

CORBEILLE DE PAIN

11 Avenue Rodney, Point-Claire



Description : Nous sommes un organisme sans but lucratif qui lutte contre l'insécurité alimentaire dans l'ouest de l'île de Montréal par l'entremise de programmes d'éducation, de développement de la conscience communautaire de l'amélioration de l'accès à des aliments nourrissants, en collaboration avec des partenaires de la communauté. Corbeille de Pain propose des jardins communautaires, des ateliers de cuisine, des marchés solidaires et de nombreux autres programmes.

Contact	514-894-5850 info@corbeilledepain.com www.corbeilledepain.com
Session	Toute l'année
Registration	Communiquez avec nous pour en connaître plus ou rendez-vous à la Soirée d'information et d'inscription.

GROUPE SCOUT FAIRVIEW CENTENNIAL

Chalets Fairview et Westminster

Description : Le scoutisme fait une différence dans la vie des enfants, des adolescents et des jeunes adultes en leur offrant l'opportunité de s'épanouir, de vivre de nouvelles expériences et de devenir de bons citoyens.



Coordonnées	514-591-0514 scouts@camlin.ca www.quescouts.ca www.facebook.com/scoutscanada ou www.facebook.com/Fairview.Centennial
Groupe d'âge	Garçons, filles et jeunes adultes Castors : 5 à 7 ans Louveteaux : 8 à 10 ans Scouts : 11 à 14 ans Aventuriers : 15 à 17 ans Routiers : 18 à 26 ans
Groupe d'âge	De nombreux programmes sont offerts pour tous les âges
Session :	Septembre à juin
Coût	280 \$ par année
Registration:	En personne, en ligne au www.myscouts.ca/ca/netforum_locator/search ou à la Soirée d'information et d'inscription.

GUIDES DU CANADA – SECTEUR OAKWOODS

Chalets Coolbrooke, Elm, Lake Road, et Westminster



Description : Encourager les filles à avoir de l'assurance, de l'initiative et du courage et à faire la différence dans le monde.

Coordonnées	qc-oakwoodscd@district.guidescanada.ca www.girlguides.ca
Groupe d'âge	Sparks : 5 à 6 ans Embers : 7 à 8 ans Guides : 9 à 11 ans Pathfinders : 12 à 14 ans Rangers : 15 à 17 ans Bénévoles : 18 ans et plus
Session	Septembre à juin
Inscription	Inscription en ligne en tout temps : www.register.girlguides.ca
Coût	140 \$ plus le coût de l'uniforme. Aide financière disponible.

LES AMIS DE LA JEUNESSE CANADIENNE-POLONAISE

Description : Nous aidons les jeunes canadiens polonais à s'intégrer et s'adapter à la communauté en préservant leurs racines polonaises, ainsi qu'à acquérir des compétences de vie et à aider les autres.



Coordonnées	kphmontreal@gmail.com
Groupe d'âge	5 à 18 ans
Session	Septembre à juin
Inscription	Communiquez avec nous pour connaître les modalités d'inscription.

MISSION DE L'OUEST DE L'ÎLE

72D, Brunswick, Dollard-des-Ormeaux, H9B 2C5

Description : Banque alimentaire et autres ressources connexes. Mise en place d'un modèle de magasinage type pour les produits d'épicerie.



Coordonnées	514 912-6813 info@wimmoi.org www.wimmoi.org
Groupe d'âge	Tous les âges

NOVA L'OUEST DE L'ÎLE

Description : Nous offrons des soins infirmiers à domicile (palliatifs/cancer/SLA), soutien aux adultes/enfants endeuillés, programme d'activité pour aînés avec troubles neurocognitifs et soutien à domicile.



Coordonnées	514 695-8335 info@novawi.org www.novawi.org
Groupe d'âge	Tous les âges
Session	Toute l'année
Inscription	Communiquez avec nous pour connaître les modalités d'inscription et les lieux d'activités..

ORCHESTRE SYMPHONIQUE DES JEUNES DU WEST ISLAND

Centre communautaire Noël-Legault, Pointe-Claire



Description : L'Orchestre Symphonique des Jeunes du West Island se compose de deux ensembles : l'Orchestre à Cordes (9 à 16 ans) et l'Orchestre Symphonique (14 à 25 ans). L'OSJWI offre aux jeunes musiciens l'opportunité de répéter et de se produire au sein d'un ensemble orchestral sous la direction d'un chef d'orchestre professionnel, tout en bénéficiant d'un encadrement pédagogique et de multiples occasions d'affiner leurs compétences musicales.

Coordonnées	514 834-9025 info@osjwi.qc.ca www.osjwi.qc.ca
Groupe d'âge	Orchestre symphonique : 14 à 25 ans Orchestre à cordes : 9 à 16 ans
Session	Septembre à juin
Inscription	Communiquez avec nous pour des renseignements sur les auditions (un courriel à auditions@osjwi.qc.ca), le bénévolat et autres. Nous serons aussi présents à la Soirée d'information et d'inscription.

PARRAINAGE CIVIQUE DE LA BANLIEUE OUEST DE MONTRÉAL

152, ave Concord Crescent, Pointe-Claire



Description : Le Parrainage Civique de la Banlieue Ouest a pour but de soutenir et de défendre les droits des personnes vulnérables ou défavorisées de sa communauté afin d'améliorer leur qualité de vie.

Coordonnées	514 694-5850 info@pcbo-wica.com www.benevolepcbo.com
--------------------	--

PARTAGE-ACTION DE L'OUEST-DE-L'ÎLE

451 boulevard Beaconsfield, suite 205,
Beaconsfield, QC H9W 4C2



Description : Partage-Action de l'Ouest-de-l'Île est une organisation caritative enregistrée qui se consacre à la construction d'une communauté forte, résiliente, inclusive et en santé. Pour ce faire, nous amassons des fonds essentiels pour plus de 40 groupes communautaires et projets locaux qui se concentrent sur le développement d'enfants forts et résilients, à créer des ponts pour soutenir des populations vulnérables, à l'autonomisation des femmes pour leur permettre d'atteindre leur plein potentiel, pour elles et leurs familles, et pour combler les besoins essentiels de résidents de l'Ouest-de-l'Île dans le besoin. Pour plus d'information, visitez notre site web à partageaction.ca

Coordonnées	514 695-8694 info@partageaction.ca www.partageaction.ca
Session	Nous organisons des événements à longueur d'année. Pour les détails, veuillez consulter notre site web à partageaction.ca

REFUGE POUR LES FEMMES DE L'OUEST DE L'ÎLE



Description : Le Refuge est une maison chaleureuse qui te donnera la possibilité de te reconstruire et reprendre du pouvoir sur ta vie. Malgré le contexte actuel, nos services sont toujours offerts et disponibles pour toi et tes enfants. Une équipe multidisciplinaire assure les divers services offerts aux femmes et aux enfants victimes de violence conjugale. En plus d'assurer un hébergement temporaire par l'entremise de notre maison d'hébergement et nos 14 appartements de 2e étape, nous avons développé au fil des années différents services de soutien, d'écoute, d'aide, d'accompagnement et de suivi, lesquels ont profité aussi à de nombreuses femmes et enfants non hébergés. Une intervenante est disponible pour toi 24h/7jrs afin de t'aider à faire la lumière sur ce que tu vis, et ce, en toute confidentialité. De plus, dans nos bureaux de services en externe, tu peux, selon tes besoins et adapté à ta réalité, rencontrer une intervenante pour t'accompagner dans ce que tu vis. Nous avons également consacré une partie de nos énergies à l'information et à la sensibilisation de la population en ce qui concerne la violence conjugale.

Coordonnées	514 620-4845 info@rfoi.org www.rfoi.org
Groupe d'âge	Femmes de tout âge et leurs enfants

SERVICES FAMILIAUX AMCAL

7, rue Sainte-Anne, Pointe-Claire

Description : Les Services à la famille AMCAL est un organisme communautaire à but non lucratif situé dans l'Ouest-de-l'Île qui dessert les familles de Montréal et des régions avoisinantes depuis 40 ans. Notre équipe de professionnels dévoués est déterminée à répondre aux besoins des jeunes, des jeunes adultes et des parents par le biais de nos programmes résidentiels, de sensibilisation, visites supervisées, scolaires et groupes communautaires. Notre approche consiste à soutenir les jeunes en protégeant, promouvant et préservant des relations familiales saines, renforçant ainsi les communautés.

Coordonnées	514 694-3161 afs@amcal.ca www.amcal.ca
Groupe d'âge	0 à 30 ans, selon le programme.
Session	Toute l'année, selon le programme.
Inscription	Communiquez avec nous pour connaître les modalités d'inscription.



SOCIÉTÉ GUJARATI DE MONTRÉAL

C.P. 38120, 3347, boulevard des Sources



Description : Activités culturelles annuelles, selon le calendrier des festivités de la communauté Gujarati

Coordonnées	514 836-3880 info@gujaratisamaj.ca www.gujaratisamaj.ca
Groupe d'âge	Tous les âges
Session	Toute l'année, selon le calendrier des festivités de la communauté Gujarati.
Inscription	Communiquez avec nous pour connaître les modalités d'inscription.

TABLE DE QUARTIER DU NORD DE L'OUEST-DE-L'ÎLE DE MONTRÉAL



Description : Nous développons des projets en concertation dans le but d'améliorer notre communauté autour des thèmes de la sécurité alimentaire, du logement, de la diversité, de la transition socio-écologique et de l'accès aux services.

Coordonnées	514-788-4150 info@tbnoim.org www.tbnoim.org
Groupe d'âge	Tous âges
Session	Toute l'année
Renseignements supplémentaires :	Pour toute information, consultez notre site Web et nous serons présents à la Soirée d'information et d'inscription.



TOPS

Chalet Coolbrooke



Description : Groupe de support pour perdre du poids.

Coordonnées	514 636-0903 TOPS.DDO@gmail.com www.tops.org
Groupe d'âge	13 ans et plus
Session	Toute l'année Les lundis de 18 h à 19 h 30
Inscription	Communiquez avec nous pour connaître les modalités d'inscription.

ACTIVITÉS SPORTIVES ET RÉCRÉATIVES

ARTS MARTIAUX

GROUPE QI GONG SANTÉ

Chalet Edward Janiszewski

Description : Le Groupe Qi Gong Santé a pour objectif de promouvoir la santé de la communauté à travers la pratique du Qi Gong, un art martial millénaire chinois. Cet art favorise le maintien de l'équilibre mental et physique et aide aussi à éviter les maladies.

Coordonnées	514 627-9088 hoalu51@gmail.com
--------------------	-----------------------------------

BADMINTON

CLUB DE BADMINTON DE L'OUEST DE LA VILLE

Polyvalente Des Sources : 2900, rue Lake, Dollard-Des Ormeaux, Quebec H9B 2P1
École DDO : 35, Av. Anselme-Lavigne, Dollard-des-Ormeaux, QC H9A 1N5
École Bois de Liesse : 175, Rue Sonata, Dollard-des-Ormeaux, QC H9B 2M6

Description : Notre club offre un excellent programme d'enseignement pour les juniors ainsi qu'un programme récréatif et compétitif pour adultes. Seul club proposant également un jeu avancé en simple ainsi qu'un jeu typique en double. Entraîneur de haut niveau canadien qui donne les meilleurs cours techniques et stratégiques aux enfants et aux adultes. L'installation ESDS dispose de 8 courts de haut calibre sur des planchers de bois souples et sécuritaires et l'École DDO est le meilleur endroit pour jouer au badminton dans l'ouest de l'île. Nous jouons et nous nous entraînons toute l'année !! Nous avons plus de 300 membres !!

Coordonnées	514 588-8324 wibc@ap2000sports.com (courriel) www.ap2000sports.com (site Web) www.badmintonwibc.com (site Web)
Groupe d'âge	6 ans – 80+
Session	Été : juin - août Automne : septembre – décembre Hiver/printemps : janvier – juin
Inscription	Inscription en ligne en continu jusqu'à ce que le programme soit complet. Information et inscription en ligne ou à la Soirée d'information et d'inscription.
Équipes/ programmes compétitifs	Nous avons des équipes juniors et adultes compétitives de classe nationale. Après avoir suivi notre programme Élite Olympique Plus, plusieurs membres se retrouvent dans les équipes juniors du Québec et du Canada.



BALLE MOLLE

ASSOCIATION EXÉCUTIVE DE BALLE-MOLLE DE DDO

Description : Balle-molle pour les hommes âgés de plus de 35 ans. 14 équipes, 182 joueurs inscrits et 26 parties excluant les séries éliminatoires. La saison débute en mai et se termine avec les séries éliminatoires en septembre.

Coordonnées	www.ddosoftball.com
--------------------	---------------------

LIGUE DE BALLE-MOLLE MIXTE DE DOLLARD

Parc Spring Garden



Description :

Nous offrons une ligue de balle-molle mixte aux résidents et aux non-résidents.

Coordonnées	info@dollardmixedsoftball.ca www.dollardmixedsoftball.ca
Groupe d'âge	18 ans et plus
Session	Mai à août Les dimanches de 10 h 00 à 17 h 30
Coût	110\$ pour les résidents de DDO 120\$ pour les non-résidents de DDO
Équipes/ programmes compétitifs	Il y a huit équipes compétitives qui jouent chaque semaine.

BASEBALL

ASSOCIATION AMATEUR DE BASEBALL DOLLARD (DABA)

12001, boulevard De Salaberry, bureau H-173



Description : Nous offrons un programme instructif et compétitif supervisé de baseball en vertu des règles de Baseball Québec. Notre objectif est d'implanter les idéaux du bon esprit sportif, de l'honnêteté, de la fidélité, du courage et du respect de l'autorité.

Coordonnées	514 683-0386 contactus@dollardbaseball.com www.dollardbaseball.com
Groupe d'âge	4 à 23 ans
Cours Offerts	Été : - Le programme Novice est axé sur le développement. - Les joueurs 9U à junior jouent deux parties par semaine ainsi que des entraînements, divisés en équipes A et B dépendamment de l'habileté Automne : - Une ligue de baseball d'automne de 10 parties est disponible qui prolonge la saison jusqu'à l'Action de grâce. - Divers programmes de développement sont disponibles pendant l'hors-saison.
Session	Toute l'année
Coût	Varie selon l'âge et le programme. Pour une liste complète des prix, visitez notre site Web.
Inscription	Réservée aux résidents de Dollard-des-Ormeaux. Inscription en ligne sur notre site Web.
Équipes/ programmes compétitifs	Il y a trois niveaux d'équipes compétitives : les joueurs AA jouent pour les équipes régionales dirigées par les LSL Tigers et les joueurs A et B représentent D.D.O. dans la ligue du Lac St-Louis, contre des équipes de toute la région.

BASKETBALL

LIGUE DE BASKETBALL EXTÉRIEUR DE L'OUEST DE L'ÎLE (LBEOL)

Parc Elm

Description : Promouvoir, organiser, superviser et stimuler l'intérêt et la participation des garçons, filles, hommes et femmes au basketball extérieur.



Coordonnées	514 626-6044 Wioblstevehall@gmail.com www.wiobl.com
Groupe d'âge	Jeunes de 7 à 17 ans Adultes de 18 ans et plus
Session	Mai à fin août
Coût	Forfaits familiaux disponibles Tarif régulier jeunesse : Premier enfant 170 \$, deuxième enfant 160 \$, troisième enfant de la même famille 85 \$ et quatrième enfant et plus gratuit pour le mois de mars. Tarif régulier pour les jeunes : à partir du 1er avril, Premier enfant 180 \$, deuxième enfant 170 \$, troisième enfant de la même famille 90 \$ et quatrième enfant et plus gratuit. Adultes 180 \$, les tarifs familiaux ne s'appliquent pas.

CURLING

CLUB DE CURLING GLENMORE

120 rue Glenmore

Description : Liges : Curling de jour, ouvert, mixte, TGIF, dimanche et double mixte, petites pierres et junior pour les enfants et adolescents.



Coordonnées	514 684-6350 mail@glenmorecurling.com www.glenmorecurling.com
Groupe d'âge	Enfants de 5 à 12 ans et de 12 à 18 ans Pour adultes de 18 ans et plus
Cours	Plusieurs leçons sont offertes au cours de la saison dont les dimanches pour les enfants. Liges avec instructions les vendredis et dimanches soirs.
Session	Septembre à avril Visitez notre site Web pour l'horaire et le calendrier des événements
Inscription	Communiquez avec nous pour connaître les modalités d'inscription ou à la Soirée d'information et d'inscription..
Équipes/ programmes compétitifs	Équipes de compétition de tous les niveaux, débutant à élite.

FOOTBALL

LIGUE DE FOOTBALL NORTH SHORE

Description : Depuis plus de 60 ans, la LFNS fait partie intégrante de la communauté de Dollard-des-Ormeaux et de l'Ouest de l'Île. Les enfants jouent par plaisir et tout le monde participe.



Coordonnées	514 347-2183 info@northshorefootball.org www.northshorefootball.org
Groupe d'âge	Niveau parc (garçons et filles) 5 à 13 ans Niveau inter cité (garçons et filles) 14 à 17 ans
Session	Mars à Novembre
Coût	Niveau parc : 300 \$ avec escompte pour plusieurs enfants de la même famille Niveau inter cité : 450 \$ L'équipement et l'uniforme sont fournis par la Ligue, à l'exception des chaussures.
Inscription	Début avril au 1 ^{er} septembre, en ligne www.northshorefootball.org
Équipes/ programmes compétitifs	Nos équipes jouent du football AAA.

FOOTBALL DRAPEAU

ASSOCIATION DE FOOTBALL DRAPEAU MAVERICKS MONTREAL

Diverses terrains synthétiques



Description : Montreal Mavericks Youth Flag Football est la plus grande organisation de football flag jeunesse du Québec, comptant plus de 950 athlètes et mettant l'accent sur le développement des compétences athlétiques ainsi que des valeurs personnelles comme le travail d'équipe et le fair-play. L'organisation organise plus de 350 matchs annuellement, propose des programmes de formation spécialisés et participe à plus de 10 tournois nationaux et internationaux, avec un personnel entièrement bénévole et les bénéfices réinvestis dans le programme.

Contact	jesse@mavericksflagfootball.com www.mavericksflagfootball.com
Age Group	Garçons et filles U8 au U16
Session	Juin à août, les dimanches après-midi.
Cost	165 \$ par joueur
Inscription :	En personne, en ligne ou à la Soirée d'information et d'inscription.



HOCKEY

ASSOCIATION DE HOCKEY DOLLARD

Aréna du Centre civique, 12001, boulevard De Salaberry, salle H-183

Description : Nous offrons une expérience d'apprentissage positive axée sur le développement des habiletés fondamentales et athlétiques de tous les participants dans un environnement amusant, agréable et sécuritaire. Nous stimulons le développement en enseignant les valeurs de franc jeu, de respect, d'égalité et de travail d'équipe.



Coordonnées	514 683-3825 chris.corbeil@dollardhockey.ca www.dollardhockey.com
Groupe d'âge	Pour les garçons et filles MAHG : 4 à 6 ans Bantam : 13 à 14 ans Novice : 7 à 8 ans Midget : 15 à 17 ans Atome : 9 à 10 ans Junior : 18 à 21 ans Peewee : 11 à 12 ans
Cours offerts	Nous offrons le patinage libre et un programme d'apprentissage Tiny Tots pour enfants (voir plus bas).
Session	Août à avril
Coût	150 \$ plus budget par équipe
Inscription	Communiquez avec nous pour connaître les modalités d'inscription.
Équipes/ programmes compétitifs	Les équipes AA débutent au niveau Atome (10 ans) et vont jusqu'à Junior. Les équipes comprenant seulement des filles peuvent commencer au niveau Atome, s'il y a suffisamment de joueuses.

LIONS DU LAC ST-LOUIS AAA

Description : Ligue Midget AAA de hockey

Coordonnées	https://lions.liguemidgetaaa.ca
--------------------	---

KARATÉ

KARATÉ ESPRIT

Chalet Elm

Description : Le karaté traditionnel Wado-Kai et le karaté sport sont offerts aux garçons et filles ainsi qu'aux adultes. Ce type de karaté est un excellent moyen de se maintenir en forme pour les sportifs de tous âges. Organisme sans but lucratif, Karaté Esprit est un membre en règle de Karaté Québec (www.karatequebec.com).



Coordonnées	514 347-4668 karate.esprit@gmail.com www.canadajkwadokai.org/dojo/karate-esprit
Groupe d'âge	8 ans et plus
Cours offerts	Cours pour débutants, intermédiaires et avancés Les lundis et mercredis soirs et les samedis matins
Session	Automne : septembre à décembre Hiver : janvier à mars Printemps : avril à juin
Coût	Pour les débutants, un cours par semaine : 80 \$ Pour les débutants et intermédiaires, trois cours par semaine : 160 \$ Pour les avancés, trois cours par semaine : 180 \$
Inscription	En classe, pendant la première semaine de chaque session ou à la Soirée d'information et d'inscription.
Équipes/ programmes compétitifs	Équipes de compétition de karaté.

LA CROSSE

ASSOCIATION DE CROSSE DE L'OUEST DE L'ÎLE

Description : Fondée en 2002, l'Association de crosse de l'Ouest-de-l'Île (WILA) promeut la crosse en enclos pour les joueurs de 6 à 21 ans à travers des matchs, jamborees et tournois dans le Grand Montréal et la région de Québec. Engagée dans le développement d'athlètes-étudiants et en collaboration avec des organisations autochtones, la WILA soutient la préservation du savoir traditionnel du jeu de crosse.



Coordonnées	info@westislandlacrosse.com
Groupe d'âge	U7-U22
Session	Mars à Juillet
Cours offerts	En enseignant des habiletés de vie et des compétences techniques en crosse, nous visons à offrir aux jeunes joueurs une base solide pour progresser dans le sport et au-delà, dans un contexte où la crosse connaît une croissance rapide et sera ajoutée aux Jeux olympiques de 2028.

PATINAGE ARTISTIQUE

CLUB DE PATINAGE ARTISTIQUE DOLLARD

Aréna du Centre civique,
12001, boulevard De Salaberry, bureau H-172



Description : Le Club de patinage Dollard offre des cours de patinage pour tous les âges pour apprendre les bases, se développer ou faire des compétitions. Le tout est encadré par des entraîneurs professionnels certifiés dans un environnement amusant et dynamique.

Coordonnées	contacteznous@cpadollard.com www.cpadollard.com
Groupe d'âge	3 ans et plus
Cours offerts	Canskate – Apprendre à patiner Prestar – Développement pour patinage artistique Starskate – Apprendre à compétitionner Sports Etudes – Athlètes d'élites Adulte – Canskate adulte (apprendre à patiner)
Session	Toute l'année
Coût	Les prix varient autour de 360 \$
Équipes/ programmes compétitifs	Patinage artistique (Patinage STAR ET SPORTS-ÉTUDES)



PATINAGE DE VITESSE

LE CLUB DE PATINAGE DE VITESSE DE DOLLARD-DES-ORMEAUX (WEST ISLAND CYCLONES)



Aréna du Centre civique, 12001, boulevard De Salaberry

Description : Le club des Cyclones du West Island favorise un style de vie actif via le patinage de vitesse. Les Cyclones offrent une école de patin et cinq niveaux d'enseignement du patinage de vitesse, y compris l'entraînement sur glace et hors glace avec des entraîneurs certifiés. Chaque patineur a l'opportunité de participer à des compétitions. Nos membres créent de nouvelles amitiés à travers les multiples événements sociaux.

Coordonnées	cpvwestisland@gmail.com
Groupe d'âge	Pour les ages 4 +
Session	Septembre à avril + extension optionnelle à mai
Coût	Consulter le site Web
Inscription	www.cpvwestisland.ca
Équipes/ programmes compétitifs	Des programmes allant jusqu'aux niveaux de compétitions régionales, inter-régionales et provinciales sont disponibles.
Renseignements supplémentaires	Les patins de vitesse seront inclus avec l'inscription. Des équipements de protection sont obligatoires et peuvent être achetés dans la boutique en ligne du Club.

PATINAGE LIBRE

OFFERT PAR L'ASSOCIATION DE HOCKEY DOLLARD

Aréna du Centre civique, 12001, boulevard De Salaberry

Description : Patinage public offert à tous et patinage public pour adultes seulement.



Coordonnées	514 684-1011
Session	<p>Horaires pour tous : Du 3 septembre au 6 mai : Samedi 18 h 30 à 20 h Dimanche 13 h 30 à 15 h Mercredi 18 h 30 à 20 h</p> <p>Horaires spécial durant la période des Fêtes du 22 décembre au 4 janvier et durant la semaine de relâche du 2 au 6 mars.</p> <p>Horaires pour adultes : Du 2 septembre au 7 mai : Mardi 10 h à 11 h Jeudi 10 h à 11 h</p> <p>Cet horaire peut varier en fonction des événements spéciaux. Veuillez-vous référer à la page du patin libre sur le site web de la Ville.</p>
Coût	Résidents : 2 \$ (entrée gratuite pour les enfants de moins de 5 ans) Non-résidents : 3 \$ pour tous
Renseignements supplémentaires	Règle de sécurité : Pendant le patinage public, les enfants de douze ans et moins doivent porter un casque protecteur approuvé par l'ACNOR (le protecteur facial n'est pas obligatoire).

PICKLEBALL

CLUB DE PICKLEBALL DE L'OUEST DE L'ÎLE

Description : Joignez-vous à nous pour jouer au pickleball.



Coordonnées	pickleballwestisland.com pickleballwestisland@gmail.com
Groupe d'âge	6-99 ans
Session	A l'année longue, dans l'ensemble de l'Ouest-de-l'Île.
Coût	30 \$ par année pour l'adhésion
Équipes/ programmes compétitifs	Nous tenons plusieurs tournois annuellement.
Inscription :	En personne ou en ligne.

PROGRAMME TINY TOTS

OFFERT PAR L'ASSOCIATION DE HOCKEY DOLLARD

Aréna du Centre civique, 12001, boulevard De Salaberry



Description : Le but de ce programme est d'aider l'enfant à acquérir les techniques de base du patinage. L'enfant doit obligatoirement porter un casque approuvé par l'Association canadienne des normes (ACNOR).

Coordonnées	514 683-3825 dhabook@videotron.ca www.dollardhockey.com
Groupe d'âge	Pour 4 ans et plus
Session	Session d'automne et session d'hiver. Pour les dates des sessions, suivez le lien de Tiny Tots sur le site Web. https://www.dollardhockey.ca/tinytots
Coût	130 \$ par session
Inscription	Communiquez avec nous pour connaître les modalités d'inscription.
Renseignements supplémentaires	La carte d'assurance maladie de l'enfant est requise à la première inscription. Un groupe peut être annulé si le nombre d'inscriptions est insuffisant.

RINGUETTE

ASSOCIATION DE RINGUETTE PIERREFONDS / DDO / ÎLE BIZARD

Sportplexe 4 Glaces, Centre civique et Complexe sportif
Saint-Raphaël

Description : La ringuette est un sport féminin et mixte de 4 à 9 ans. Ce sport se joue sur la glace. Pas besoin de savoir patiner, vous apprendrez à patiner en même temps que les règles du jeu. Les joueurs (jusqu'à 9 ans) et joueuses doivent porter de l'équipement de protection obligatoire. Les parties et pratiques se déroulent surtout les fins de semaine pour les plus jeunes et dans la région du Lac St-Louis. 2 périodes de 15 minutes chronométrées.



Coordonnées	www.ringuettepierrefonds.com ou pour questions : registrar@ringuettepierrefonds.com
Groupe d'âge	4 ans et plus pour filles 4 ans à 9 ans pour garçons
Cours offerts	Apprendre à patiner - Power Skating - cliniques de perfectionnement pour joueuses et gardiennes de but.
Session	Septembre à avril
Inscription	Veuillez communiquer avec nous pour connaître les modalités d'inscription. registrar@ringuettepierrefonds.com
Équipes/ programmes compétitifs	A, B et C - et Programme Élite de Ringuette Québec

RUGBY

CLUB DE RUGBY MONTRÉAL BARBARIANS

Parc Sunnybrooke



Description : Fondé en 1953, le club de rugby Montreal Barbarians est l'un des plus anciens clubs du Québec ! Nous avons une équipe masculine +, une équipe féminine + et plusieurs équipes de jeunes et juniors.

Nous sommes un club inclusif et tous les niveaux d'expérience sont bienvenus.

Coordonnées	514 534-1172 Mini/Junior : youth@montrealbarbarians.ca et juniors@montrealbarbarians.ca Senior : women.plus@montrealbarbarians.ca et men.plus@montrealbarbarians.ca www.montrealbarbarians.ca Instagram and Facebook : Montreal Barbarians Rugby Club
Groupe d'âge	Mini/Junior : 5 à 17 ans Senior : pour les 18 ans et plus
Session	Jeunesse /Junior : mai à août Senior : février à novembre
Coût	Varie selon le groupe d'âge U8/U10 : 163 \$ U12 : 178 \$ U14 : 231 \$ U16/U18 : 246 \$ Senior : 348 \$ Senior étudiant : 283 \$
Inscription	Communiquez avec nous pour connaître les modalités d'inscription.
Équipes / programmes compétitifs	Les seniors jouent dans les ligues de la Fédération de Rugby Québec.

SOCCER

ASSOCIATION DE SOCCER RÉCRÉATIF DOLLARD

Description : Nous sommes une ligue de soccer active pour les joueurs amateurs de Dollard-des-Ormeaux. Les parties se jouent toute l'année dans une ambiance conviviale et informelle. Nos membres proviennent de diverses communautés et notre association est ouverte à toute personne âgée de 35 ans et plus.

Coordonnées	www.drso-web.com
--------------------	--

CLUB DE SOCCER DOLLARD

12001, boulevard De Salaberry, Local H-186

Description : Tout au long de l'année, le Club de soccer de Dollard planifie des activités pour les filles et les garçons de 4 ans et plus. Nous avons des programmes récréatifs et des programmes de développement qui suivent le modèle de Soccer Canada. De plus, il y a des ligues récréatives juvéniles et seniors, des ligues compétitives juvéniles et seniors (régionales et provinciales) ainsi qu'un camp d'été de huit semaines avec service de garde pour les U09 à U14. Venez jeter un coup d'œil sur notre site web et suivez-nous sur Facebook, Instagram et Twitter pour plus de détails..



Coordonnées	514 421-2928, poste 102 info@dollardsoccer.ca www.dollardsoccer.ca
Groupe d'âge	4 ans - Adultes (aînés)
Session	ÉTÉ : de mai à septembre HIVER : (partie 1) d'octobre à décembre (partie 2) de janvier à avril
Inscription	Consultez notre site Web pour les formalités d'inscription.
Équipes / programmes compétitifs	<ol style="list-style-type: none"> Soccer de base pour les U04 à U08 Les programmes pour les U09 à U12 comportent 2 options : <ul style="list-style-type: none"> i. CDC : Un programme de développement qui a pour but d'améliorer les compétences techniques, physiques et cognitives (liées au soccer) de l'athlète. Ce programme est encadré par un personnel qualifié et animé sous forme d'ateliers avec une participation à la ligue régionale. ii. REC : Un programme de ligue récréative est parfait pour satisfaire ceux et celles qui veulent jouer pour le plaisir. À partir de 13 ans (incluant les seniors), nous proposons des équipes pour les ligues récréatives (LLJ/REC) ainsi que pour les ligues compétitives régionales (LDR, LDIR) et provinciales (LDP).
Information complémentaire	Étoiles Filantes est un programme pour les enfants de 4 à 18 ans ayant besoin d'une attention particulière. Pour plus d'information, consultez notre site Web : www.dollardsoccer.ca .

TAI CHI

ACADÉMIE DE TAI-CHI DE DOLLARD-DES-ORMEAUX

Chalet Sunnybrooke

Description : Le tai chi est une série de mouvements lents et approfondis. Il améliore la santé, résout les problèmes de stress, de sommeil, de rigidité dans les articulations, de circulation et autres. Bienvenue aux débutants.

Coordonnées	514 799-7703 danny.rabinowitz@gmail.com www.facebook.com/#/groups/taichi.ddd
Groupe d'âge	12 ans et plus
Cours offerts	Tai chi, Chi kung, Lok-hup Ba Fa, Hsing-I, Sabre et Epee
Session	Toute l'année
Coût	30 \$ par mois

TENNIS

TENNIS MONTRÉAL

Parc Lake Road



Description : Notre mission est de promouvoir et de développer la pratique du tennis chez les sportifs de tous âges et de tous niveaux (débutant à élite), en regroupant toutes les personnes intéressées à ce sport et en organisant des cours, des entraînements, des activités et des compétitions.

Coordonnées	514 270-2724 www.tennismontreal.qc.ca
Groupe d'âge	7 à 17 ans
Session	Deux sessions pendant l'été : juin à juillet et juillet à août, du lundi au vendredi
Inscription	En ligne ou par téléphone au poste 0

YOGA

CENTRE HOLIVIE

Chalet Edward Janiszewski



Description : Un cours d'Hatha-yoga pour hommes, femmes et enfants de 14 ans et plus, incluant des exercices de respiration, d'étirements et d'asanas (postures de yoga).

Coordonnées	514 684-5133
Groupe d'âge	14 ans et plus
Session	Septembre à juin
Inscription	Communiquez avec nous pour connaître les modalités d'inscription.

AÎNÉS



AÎNÉS DE L'OUEST DE L'ÎLE ET DE SA BANLIEUE

Chalet Coolbrooke

Description : Association pour les aînés. Bingo de 13 h à 16 h suivi de Zumba ou danse en ligne de 16 h à 17 h selon le nombre de personnes intéressées. Fermeture du Club à 16 h.

Coordonnées	514 421-1504 anitapoitras3@gmail.com
Groupe d'âge	55 ans et plus

ASSOCIATION DES AÎNÉS GRECS CANADIENS DE L'OUEST DE L'ÎLE

Chalet Sunnybrook

Description : Assister les membres ayant besoin d'aide, organiser des réunions d'information quant que programmes d'assistance gouvernemental, légal et fiscal, organiser des excursions aux endroits intéressants.

Coordonnées	514 962-4471 514 891-9648 Michael.antoniadis@gmail.com prassasp@gmail.com
Groupe d'âge	65 ans et plus
Session	Juin à Septembre



CLUB DES AÎNÉS DE MONTRÉAL SAHYOG

Chalet Westwood

Description : Activités pour les aînés. Renseignez-vous auprès de nous pour en savoir plus sur les différentes activités et sorties que nous offrons.

Coordonnées	514 862-6374 ou 514 952-6745 sahyog.seniors@gmail.com sahyogseniorclubmontreal.com
Groupe d'âge	55 ans et plus
Session	Toute l'année (tous les samedis au chalet Westwood)
Inscription	Frais d'adhésion annuel de 50 \$



CLUB DES AÎNÉS DOLLARD-DES-ORMEAUX

Centre communautaire

12001, boulevard De Salaberry

Description : Fier de servir la communauté depuis 25 ans, le Club des aînés DDO propose des programmes dynamiques et enrichissants créés par des professionnels pour améliorer le bien-être physique, social et intellectuel des résidents âgés de 55 ans et plus. Découvrez des activités dynamiques adaptées à vos intérêts, à votre niveau d'activité et selon vos préférences d'horaire. Profitez d'opportunités de bénévolat amusantes, d'événements spéciaux et d'ateliers exclusivement offerts à nos membres. Ensemble, créons une communauté chaleureuse et engageante où chaque personne se sent accueillie et inspirée!

Coordonnées	514 684-1013 clubseniorddo@ddo.qc.ca www.ddoclub55.com
Groupe d'âge	55 ans et plus
Cours offerts	Tai chi, Hatha yoga, Yoga, danse en ligne, Zumba Or, espagnol, français, chant, Backgammon, Bingo, Canasta, billard, Mah Jongg, Whist, Club de lecture, sorties, événements spéciaux et beaucoup plus.
Session	Programme saisonnier offert 12 mois par année.
Coût	Veuillez nous contacter ou visiter notre site Web : www.ddoclub55.com
Inscription	Contactez-nous au 514 684-1013 ou clubseniorddo@ddo.qc.ca ou visitez notre site Web au www.ddoclub55.com



CENTRE JUIF CUMMINGS POUR AÎNÉS

96, rue Roger-Pilon



Description : Favoriser l'épanouissement des adultes de 50 ans et plus et améliorer leur qualité de vie en offrant des programmes dynamiques et novateurs, des services sociaux et des occasions de bénévolat dans un environnement vivant, respectueux, inclusif et empreint de compassion. Ancré dans son héritage juif, le Centre Cummings ouvre ses portes aux personnes de tous les horizons ethniques, culturels et socio-économiques.

Coordonnées	514 734-1763 Marcy Beraznik cummingscentre.org/west-island
Groupe d'âge	50 ans et plus
Session	Toute l'année et chaque saison
Inscription	Appelez-nous au 514 343-3510 pour connaître les modalités d'inscription.

ORGANISATION PUNJABI DE SANTÉ ET D'ÉDUCATION

Description : Nous organisons des activités sociales pour les personnes âgées, telles que des excursions, des symposiums sur la santé, des événements sociaux et culturels afin de les maintenir engagées, actives et en bonne santé.



Contact	514-921-7291 / 514-793-2461 Punjabi.health.org@gmail.com
Age group:	55 ans et plus
Session:	Toute l'année
Registration:	Communiquez avec nous pour en connaître plus ou rendez-vous à la Soirée d'information et d'inscription.



RÉPIT-RESSOURCE

Description : Répit-Ressource est un organisme à but non lucratif offrant des services d'aide à domicile pour soulager les familles et les aînés.



Contact	514-353-1479 info@repit-ressource.com www.repit-ressource.com
Age Group	Principalement les 65 ans et plus
Session	Toute l'année

SOCIÉTÉ ALZHEIMER DE MONTRÉAL

Société Alzheimer Society
MONTRÉAL

Description : Notre mission est d'alléger les conséquences sociales et personnelles de la maladie d'Alzheimer et des maladies apparentées en offrant des interventions, des soins et des services de soutien de pointe qui ont un impact positif à long terme.

Contact	514-369-0800 info@alzheimermontreal.ca www.alzheimermontreal.ca
Session:	Toute l'année
Registration:	Communiquez avec nous pour en connaître plus ou rendez-vous à la Soirée d'information et d'inscription.

PRÉSCOLAIRE, CAMP DE JOUR ET ACTIVITÉS ADOLESCENTS

CAMP DE JOUR DOLLARD-DES-ORMEAUX

Parcs Elm, Westminster, Sunnybrooke, Westwood, Fairview
Bureau : 12001, boulevard De Salaberry, bureau H-193,
Dollard-des-Ormeaux



Description : Une expérience inoubliable, agréable et sécuritaire, à travers une variété de sports, d'arts plastiques et d'activités d'équipe pour les jeunes âgés de 5 à 13 ans. Nos activités sont supervisées et animées par notre personnel qualifié et dynamique.

Coordonnées	514 684-0970 info@campdejourddo.com www.campdejourddo.com www.facebook.com/campdejourddo
Groupe d'âge	5 à 13 ans
Session	Été
Coût	Camp Kidz : 230 \$ / semaine pour les résidents Camp Aventure/Athlétique : 230 \$ / semaine pour les résidents
Inscription	Communiquez avec nous pour connaître les modalités d'inscription, ou en ligne www.campdejourddo.com

CENTRE DE LA PETITE ENFANCE DOLLARD

12000, Boulevard de Salaberry, Dollard-des-Ormeaux



Coordonnées	514 683-7366 info@cpedollard.ca www.cpedollard.ca
Groupe d'âge	0 à 5 ans
Session	Toute l'année
Inscription	Pour s'inscrire ou pour plus de renseignements, visitez le site www.laplace0-5.com La Place 0-5 est l'endroit pour inscrire votre enfant sur les listes d'attente des services de garde subventionnés.

CENTRE DE LA PETITE ENFANCE LES BOIS VERTS

50, rue Séville, Dollard-des-Ormeaux

Description : Centre de la petite enfance sans but lucratif.



Coordonnées	514 684-7712, poste 1 cpe.boisverts@videotron.ca
Groupe d'âge	18 mois à 5 ans
Session	Toute l'année
Inscription	Pour s'inscrire ou pour plus de renseignements, visitez le site www.laplace0-5.com La Place 0-5 est l'endroit pour inscrire votre enfant sur les listes d'attente des services de garde subventionnés.

INITIATIVE GODDO

OFFERT PAR L'ASSOCIATION AQUATIQUE DE DOLLARD-DES-ORMEAUX (AADD)

12001, boulevard De Salaberry, Dollard-des-Ormeaux



Coordonnées	514 684-0070, poste 6602 aaddo@ddo.qc.ca
Action Jeunes (11 à 17 ans)	Action Jeunes Grâce à notre liste impressionnante d'activités, à notre équipe d'animateurs dynamiques et à la participation des ados. Action Jeunes est une expérience qui n'est pas près d'être oubliée ! Des activités telles que Laser Quest, Escalade, Arbraska, Super Aqua Club, salles d'évasion, et encore plus sont proposées aux adolescents de 11 à 17 ans tout au long de l'année. FitClub Le FitClub invite les adolescents âgés de 11 à 17 ans à s'initier aux principes du conditionnement physique et de la nutrition dans un environnement amusant et sûr. Les programmes pour jeunes de GoDDO offrent aux participants la possibilité d'acquérir de nouvelles compétences, de rencontrer de nouvelles personnes, de gagner en indépendance et de profiter d'activités amusantes. Rejoignez-nous tout au long de l'année. Nous avons hâte de vous rencontrer !
Groupe d'âge	Une variété de programmes offerts pour tous âges
Session	Session d'été – session d'automne – session d'hiver – session de printemps
Renseignements supplémentaires	En collaboration avec des partenaires locaux, nous développons des actions qui encouragent notre communauté à adopter un mode de vie active et saine.

JARDIN D'ENFANTS COMMUNAUTAIRE WESTPARK DE DOLLARD-DES-ORMEAUX

100 Fairview, Dollard-des-Ormeaux

Description : Notre école offre deux programmes dirigés par une enseignante qualifiée, visant à incorporer l'éducation à travers des jeux guidés et de nombreuses expériences amusantes.



Coordonnées	514 400-8133 westparkpreschool@hotmail.com www.westparkpreschool.weebly.com
Groupe d'âge	2 ans : parents et tout-petits 3 et 4 ans : prématernelle
Session	Septembre à juin Parents et tout-petits : lundi de 9 h à 11 h Prématernelle : mardi au vendredi de 9 h à 12 h
Coût	Parents et tout-petits : 50 \$ par mois Prématernelle : 180 \$ par mois pour 3 jours/semaine ou 195 \$ par mois pour 4 jours/semaine
Inscription	Visitez notre site web pour plus d'information ou contactez-nous pour une visite !

À la découverte de nos parcs

La ville de Dollard-des-Ormeaux est reconnue pour ses nombreux parcs et ses espaces verts; des lieux prisés pour les activités de plein air et la détente. Nous avons également diverses installations sportives et récréatives pour tous les goûts et tous les âges.

Le saviez-vous?

La Ville vous offre 15 grands parcs ainsi que l'accès au parc Bois-de-Liesse. Elle vous offre aussi 18 petits parcs de quartier dotés chacun d'un équipement de jeu. Pour des raisons de sécurité, noter que les équipements de jeux sont **fermés** durant la période hivernale soit de **novembre à mars**.

Selon les conditions météorologiques :

- Les **patinoires extérieures** sont ouvertes à compter de la fin décembre jusqu'à la relâche scolaire.
- Les **jeux d'eau** sont ouverts à partir de la longue fin de semaine de mai jusqu'à la longue fin de semaine d'octobre de 9 h à 21 h.

Pour connaître en temps réel l'état des terrains sportifs extérieurs et des patinoires, consultez notre site web à la page **Conditions des installations** hivernales ou estivales. Les vestiaires et salles de toilettes sont disponibles lorsque les installations sont ouvertes.



VISITEZ NOTRE
SITE WEB



LÉGENDE DES ACTIVITÉS

Anneau de glace



Aire d'exercices



Balle-molle



Baseball



Basket-ball



Chalet



Football



Hockey balle



Jeux d'eau



Micro bibliothèque



Module de jeux



Parc à chiens



Patinoire de hockey



Patinoire de plaisance



Pente pour glissade



Pétanque



Pickleball



Piste d'athlétisme



Piste de ski de randonnée



Rugby



Soccer (11 VS 11)



Soccer (9 VS 9)



Mini-soccer (7 VS 7)



Micro-soccer (5 VS 5)



Tennis



Tennis sur table



Sentier pédestre



Sentier de raquettes

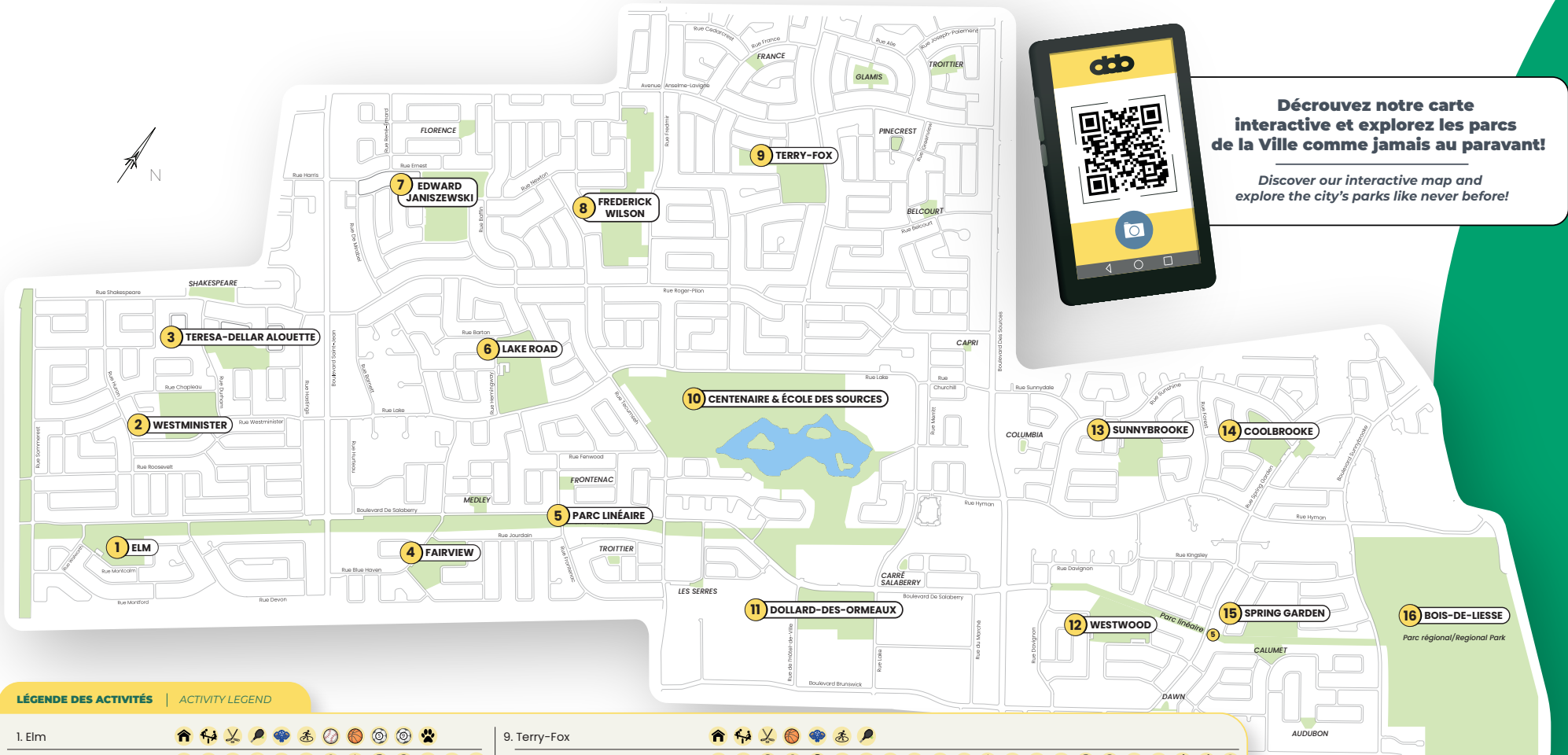


Volleyball



Zone communautaire





Découvrez notre carte interactive et explorez les parcs de la Ville comme jamais au paravant!

Discover our interactive map and explore the city's parks like never before!

LÉGENDE DES ACTIVITÉS | ACTIVITY LEGEND

1. Elm	
2. Westminister	
3. Teresa-Dellar-Allouette	
4. Fairview	
5. Parc linéaire	
6. Lake Road	
7. Edward Janiszewski	
8. Frederick-Wilson	

9. Terry-Fox	
10. Centenaire & École des Sources	
11. Dollard-des-Ormeaux	
12. Westwood	
13. Sunnybrooke	
14. Coolbrooke	
15. Spring Garden	
16. Bois-de-Liesse	