

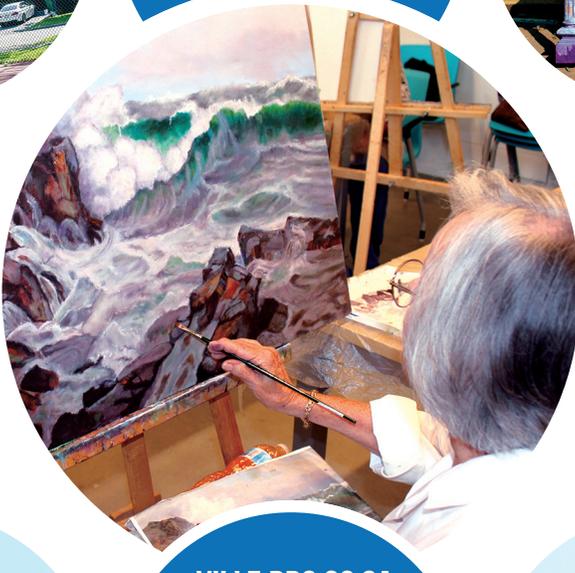


VILLE DE
CITY OF



DOLLARD-DES-ORMEAUX

GUIDE DES SPORTS, LOISIRS ET CULTURE 2024 / 2025



VILLE.DDO.QC.CA
f DDOVILLE
© VILLEDDO

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
Accès universel	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 inc.	p.10
Piscine Fairview	p.10
Piscine Westpark	p.10

ACTIVITÉS COMMUNAUTAIRES

Accompagnement bénévole de l'ouest (ABOVAS)	p.11
Action Jeunesses de l'Ouest-de-l'Île (AJOI)	p.11
Amis de la santé mentale	p.11
Association canadienne-philippine de l'Ouest de l'Île	p.11
Association de l'Ouest de l'Île pour les handicapés intellectuels	p.11
Association de la communauté noire de l'Ouest de l'Île	p.12
Association des familles noires du West Island	p.12
Association chrétienne Canorient	p.12
Centre d'action bénévole Ouest-de-l'Île	p.12
Centre communautaire chinois de l'Ouest de l'Île de Montréal	p.12
Centre des ressources communautaires de l'Ouest de l'Île	p.12
Chorale harmonique de l'ouest de l'Île	p.12
Club de danse carrée Swinging Stars	p.13
Club Toastmasters de Dollard-des-Ormeaux	p.13
École Confucius de Montréal	p.13
Escadron 803 North Shore Sabre	p.13
Fonds d'aide de l'Ouest de l'Île	p.13
Le Groupe d'entraide de la sclérose en plaques de la banlieue ouest	p.13
Groupe Scout Fairview Centennial	p.14
Guides du Canada – Secteur Northshore	p.14
Les amis de la jeunesse canadienne-polonaise	p.14
Mission de l'Ouest de l'Île	p.14
Nova l'Ouest de l'Île	p.14
Orchestre symphonique des jeunes du West Island	p.14
Parrainage civique de la banlieue ouest de Montréal	p.15
Partage-Action de l'Ouest-de-l'Île	p.15
Refuge pour les femmes de l'Ouest de l'Île	p.15
Services familiaux AMCAL	p.15
Société Gujarati de Montréal	p.15
TOPS	p.15

ACTIVITÉS SPORTIVES ET RÉCRÉATIVES

Arts martiaux	
Groupe Qi Gong Santé	p.16
Badminton	
Club de badminton de l'ouest de la ville	p.16
Balle-molle	
Association exécutive de balle-molle de DDO	p.16
Ligue de balle-molle mixte de Dollard	p.16

Baseball

Association amateur de baseball Dollard (DABA)	p.16
--	------

Basketball

Ligue de basketball extérieur de l'Ouest de l'Île (WIOBL)	p.17
---	------

Curling

Club de curling Glenmore	p.17
--------------------------	------

Football

Ligue de Football North Shore	p.17
-------------------------------	------

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.18
---	------

Patinage artistique

Club de patinage artistique Dollard	p.18
-------------------------------------	------

Patinage libre

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

Patinage de vitesse

Le club de patinage de vitesse de West Island	p.18
---	------

Pickleball

Club de pickleball de l'Ouest de l'Île	p.19
Association de pickleball Dollard	p.19

Programme Tiny Tots

Offert par l'Association de Hockey Dollard	p.19
--	------

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
Centre juif Cummings pour aînés	p.21
Club des aînés Dollard-des-Ormeaux	p.21
Club des aînés de Montréal Sahyog	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
Jardin d'enfants communautaire Westpark de Dollard-des-Ormeaux	p.22

ACTIVITÉS ADOLESCENTS

Actions Jeunes	p.23
----------------	------

RÉPERTOIRE ET CARTE DES PARCS

p.24

SERVICE DES SPORTS ET LOISIRS

MOT DU MAIRE

Chers ami(e)s et voisins(es),

Les activités de sports, loisirs et culture offrent aux résidents la possibilité d'explorer leurs intérêts, de développer de nouvelles compétences et de nouer des relations enrichissantes en dehors de l'école, du milieu de travail ou de leur quotidien. Qu'il s'agisse de sports, d'art ou de musique, ces expériences jouent un rôle crucial dans le développement d'individus équilibrés. Pareillement, à l'âge adulte et au troisième âge, ces activités encouragent la santé physique et la socialisation, tout en favorisant le bien-être en renforçant les liens communautaires.

Tout cela ne serait pas possible sans notre remarquable équipe de bénévoles qui consacrent leur temps précieux et qui partagent leurs compétences et leurs ressources. Leur dévouement est non seulement louable, mais aussi essentiel à la construction d'une communauté plus forte et plus dynamique. L'approche de Dollard-des-Ormeaux en matière de bénévolat est un modèle exemplaire et un élément déterminant de notre identité, qui est au cœur de notre succès en tant que communauté.

Grâce à nos bénévoles, la Ville de Dollard-des-Ormeaux compte une centaine d'associations qui offrent une variété de services et d'activités récréatives favorisant la cohésion sociale et l'unité de nos résidents de tous âges et de tous horizons. Je tiens à souligner l'importance de leur travail et de leur implication auprès de nos partenaires associatifs.

Je vous encourage à vous impliquer bénévolement dans nos associations afin que la diversité et la qualité des loisirs soient maintenues et que notre communauté puisse continuer à bénéficier des services exceptionnels que nous pouvons offrir grâce à vous tous !

Dans ce guide, vous trouverez toutes les activités proposées par nos associations.

Encore une fois, merci de nous donner de votre temps !



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 trois salles à louer pour des fêtes, des expositions ou des séminaires, avec l'accès à une cuisine si nécessaire. La capacité assise est de 200 pour la **salle de banquet**, de 120 pour la **salle de réception** et de 64 personnes pour la **salle Vue sur parc**, accessible aux personnes en fauteuil roulant, avec des espaces de stationnement 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.

Les informations concernant les tarifs, le matériel disponible et les modalités de réservation sont visibles sur notre site Web.



ACCÈS UNIVERSEL

Pour connaître les activités culturelles ou sportives accessibles aux personnes handicapées, recherchez ce logo.

ÉVÉNEMENTS OFFERTS PAR LA VILLE

Le Service des sports, loisirs et culture possède une équipe dynamique, enjouée, enthousiaste et toujours prête à vous divertir tout au long de l'année. C'est pourquoi nous déployons constamment de grands efforts pour vous offrir des événements diversifiés qui sauront plaire aux jeunes et moins jeunes.

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, 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!

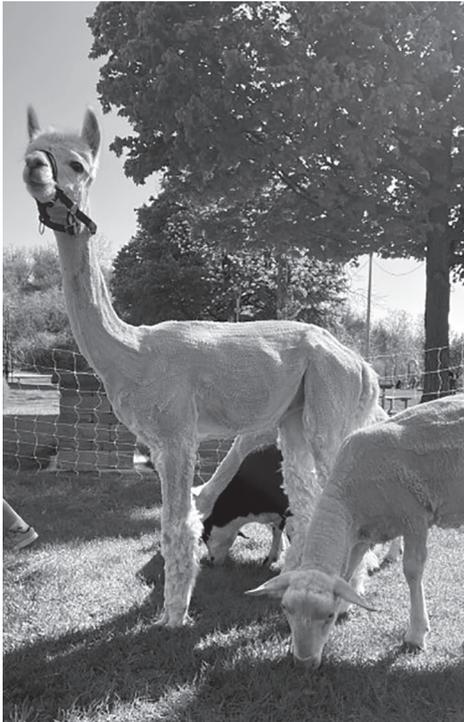
SOIRÉE D'INFORMATION ET D'INSCRIPTION

Le 14 août 2024, 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.



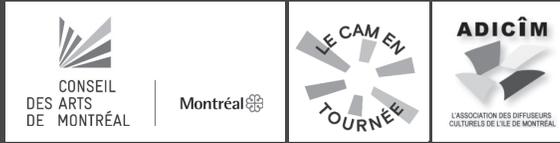
Vendredis culturels

Un rendez-vous culturel à ne pas manquer !

Lieu : Salle de banquet

Réservation : Site Web de la bibliothèque ville.ddo.qc.ca

Présenté dans le cadre du CAM en tournée



ARTIFACT KATE WYATT QUARTET

27 septembre à 19 h

Jazz

La pianiste et compositrice Kate Wyatt présente son album Artifact, un excellent aperçu des nombreuses facettes de son talent de musicienne. L'album comprend une série de compositions originales magistrales et réfléchies, ainsi qu'un brillant standard de Billy Strayhorn.



Source : Julia Marois

FABULA FEMINA CORDÂME

25 octobre à 19 h

Musique classique

Musique émouvante célébrant les poétesses de diverses époques, interprétée par Cordâme et Coral Egan. Un spectacle mémorable et envoûtant alliant musique de chambre, chant lyrique et jazz.



Source : Da Vinci

AUGMENTED REALITY BENJAMIN DESCHAMPS

29 novembre à 19 h

Jazz

Concert mettant de l'avant la musique de l'album jazz primé aux Opus 2023, Augmented Reality, par le saxophoniste Benjamin Deschamps et son quartet. Une performance électrisante, puissante et lyrique.



Source : Bruno Guérin

CANTIQUES DE NOËL MONTREAL CITY VOICES

Dimanche 15 décembre à 14 h

Le chœur Montreal City Voices offre à la communauté locale une harmonie a cappella à quatre voix dans le style barbershop. Venez assister au concert et chanter des cantiques de Noël avec nous!



LA RÉVOLTE DES ANCIENS ENSEMBLE ARION

24 janvier à 19 h

Musique classique

Récipiendaire du Prix Opus dans la catégorie Production de l'année Jeune Public 2022, La révolte des anciens démontre à quel point les compositeurs italiens du début de l'époque baroque avaient un esprit rebelle que l'on retrouve aussi chez les musiciens qui interprètent leur musique aujourd'hui!



Source : Guillaume Gobain

LATIN JAZZ PROJECT RACHEL THERRIEN

21 février à 19 h

Jazz

Avec ce Latin Jazz Project, Rachel Therrien propose un répertoire festif comprenant des compositions et reprises des grands classiques du jazz afro-latin. Un mélange éclatant de jazz de haut niveau et de grooves qui font swinguer les spectateurs!



Source : Claudia Raymat

GLIMPSE RÉMI CORMIER

4 avril à 19 h

Jazz

Les compositions du renommé trompettiste jazz Rémi Cormier apportent un vent de nouveauté et de modernité en fusionnant les genres et les cultures, nous rappelant la musique de Tigran Hamsyan ou Avishai Cohen.



PROJET DHARANI

9 mai à 19 h

Musique du monde

Découvrez Dharani, une collaboration unique entre les riches traditions musicales de l'Inde et de l'Afrique en passant par le jazz latin. Une célébration de la richesse des rencontres, un spectacle magique et inoubliable!



Source : Amar Khoday



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 centreatsdollard.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. Ou à la Soirée d'information et d'inscription.
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 quatre 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 AADDO

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



Prêts à rester seuls
Gardiens avertis



Action Jeunes et Initiative Go DDO

Voir page 23.

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.

Information : 514 684-0070, poste 6262.



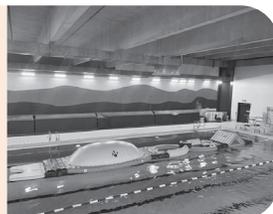
Programme Aqua-école

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 grimper 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

La ville de Dollard-des-Ormeaux est fière d'avoir sur son territoire cinq piscines extérieures communautaires entièrement gérées par des associations à but non lucratif et composées de bénévoles résidents du secteur. L'esprit communautaire, l'apprentissage des sports aquatiques, la baignade récréative et les activités sociales sont autant de valeurs fondamentales que partagent ces communautés aquatiques.

Visitez nos piscines extérieures et trouvez celle qui correspond le mieux à votre rythme de vie. Passez un été inoubliable et devenez membre de l'une d'entre elles. En vous joignant à cette communauté, vous trouverez une façon agréable de demeurer actif, de rencontrer vos voisins, de faire de nouvelles connaissances et de profiter de l'été.

Des laissez-passer pour la journée sont aussi disponibles.

ASSOCIATION DE LA PISCINE WESTMINSTER

Piscine Westminster : 541, rue 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 des 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 mission d'AREP est de fournir des services récréatifs et éducatifs, des cours en sécurité aquatique, de promouvoir la santé, le bien-être ainsi qu'un mode de vie actif, tout en répondant aux besoins de la communauté de tous âges, habiletés et antécédents culturels.

Coordonnées	514 620-1910 info@elparkpool.com www.elparkpool.com
Groupe d'âge	Pour tous les âges
Cours offerts	Leçons et équipes compétitives de natation, de plongeon, de nage synchronisée et de water-polo, Aquaforme, natation parents et bambins, équipe des maîtres, Cours de conditionnement physique et de bien-être, le Club des Jeunes ELM, des programmes assistant-moniteur et assistant-moniteur junior, cours de sauvetage incluant : Croix de bronze, Médaille de Bronze et Étoile de Bronze, et plus!
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, pendant la journée et en soirée. Contactez-nous pour plus d'info!
Coût	Pour une liste complète des prix, visitez notre site Web. Des rabais sont disponibles si vous vous inscrivez tôt.
Inscription	L'inscription peut se faire en personne ou en ligne, à l'exception des inscriptions au Club des jeunes qui doivent se faire en personne. Consultez notre site Web pour les dates et les heures.
Équipes/programmes compétitifs	Natation, plongeon, synchro, water-polo et maîtres.
Renseignements supplémentaires	Elm Park offre des cours préscolaires Parents & bambins ainsi que des activités amusantes pour les personnes âgées. Moyennant des frais supplémentaires, nous offrons également aux membres de la piscine un Club de jeunes ELM pour les enfants âgés de 6 à 12 ans, comprenant un service pour les journées complètes.



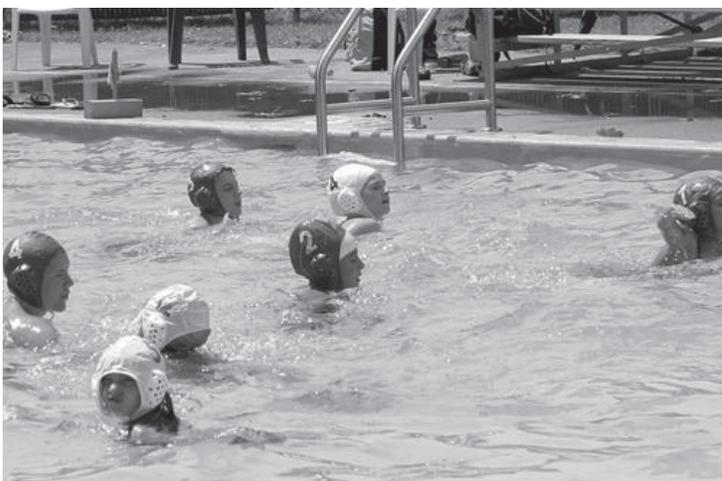
LE CLUB DE LA PISCINE ET DES LOISIRS GLENMORE

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 waterpolo, de Médaille de bronze et Croix de bronze, ainsi qu'un programme de maîtres-nageurs, d'aquaforme 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 : 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, de nage synchronisée, de plongeon et de water-polo.
Renseignements supplémentaires	Nous avons un programme exclusif de « Sauveteur Pré-Junior » pour sauveteurs en entraînement.

PISCINE WESTPARK

Piscine Westpark : 100, rue Wilson



Westpark Pool

Description :

Piscine familiale de 50 mètres avec des activités pour tous.

Coordonnées	514 685-3247 westparkpool@gmail.com
Groupe d'âge	Tous les âges
Cours offerts	Des cours de natation, incluant Médaille de bronze, le plongeon, la nage synchronisée, le water-polo, un programme de maîtres-nageurs, l'aquaforme, le programme des dirigeants « Leaders » et plus.
Session	FERMÉE POUR LA SAISON 2024
Équipes/programmes compétitifs	Nous avons des équipes compétitives de natation, nage synchronisée, water-polo et plongeon.

www.elmparkpool.com

www.fairviewpool.com

www.glenmorepool.com

www.westminsterpool.com

www.westparkpool.org



ACTIVITÉS COMMUNAUTAIRES

ACCOMPAGNEMENT BÉVÉNVOLE 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 : Animation sportive dans les parcs de Dollard-des-Ormeaux offerte gratuitement aux personnes de 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) Pour la liste complète des activités annuelles, contactez-nous ou visitez notre site Web ou notre page Facebook.
Inscription	Communiquez avec nous pour connaître les modalités d'inscription ou à 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 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	Tous les lieux ne sont pas accessibles en fauteuils roulants, mais les activités sont adaptées aux besoins. Veuillez communiquer avec nous pour plus d'informations.



 **ASSOCIATION DE LA COMMUNAUTÉ NOIRE DE L'OUEST DE L'ÎLE**
48C, 4^e Avenue Sud, Roxboro



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 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
Session	Septembre à juin : Chalet Lake Juillet à août : Camp d'été (7 semaines) – Chalet Edward Janiszewski

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 à différentes périodes du temps.

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

 **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

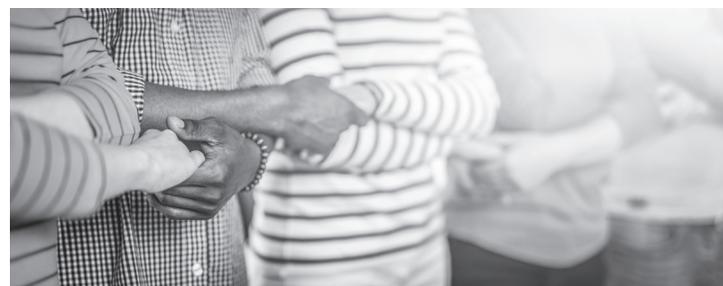
 **CENTRE DES RESSOURCES COMMUNAUTAIRES DE L'OUEST DE L'ÎLE**

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.



 **CHORALE HARMONIQUE DE L'OUEST DE L'ÎLE**
Chambre du conseil municipal, Centre Civique



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 ou lors de la Soirée d'inscription et d'information.

CLUB DE DANSE CARRÉE SWINGING STARS

Description : La danse carrée est pratiquée par huit personnes jumelées deux par deux exécutant de nombreuses figures chorégraphiées par un câlleur. 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 décembre Janvier à juin
Inscription	Communiquez avec nous pour connaître les modalités d'inscription.

CLUB TOASTMASTERS DE DOLLARD-DES-ORMEAUX

Description : Atteignez vos objectifs et devenez un orateur confiant et un leader solide. Le Club offre un milieu d'apprentissage actif et stimulant par la pratique grâce à un programme de renom.



Coordonnées	contact-3021@toastmastersclubs.org www.ddo.toastmastersclubs.org www.facebook.com/ddotoastmasters 514 292-0359
Groupe d'âge	18 ans et plus
Session	Toute l'année - Consultez notre site Web pour plus de détails
Inscription	En tout temps

ÉCOLE CONFUCIUS DE MONTRÉAL

851, rue Tecumseh, Dollard-des-Ormeaux



Description : Nous proposons des cours de langues (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 sports (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'enseignement 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	Année entière
Inscription	https://confuciussschool.ca/sign-up

ESCADRON 803 NORTH SHORE SABRE

École secondaire Riverdale, 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	514 421-0803 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 collecte 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.

FONDS D'AIDE DE L'OUEST DE L'ÎLE

21, rue Centre-Commercial, Roxboro, H8Y 2K6



Description : Nous avons une banque alimentaire qui offre des aliments nutritifs et équilibrés. Nous fournissons des vêtements à travers notre friperie (Friperie Deuxième Vie). Nous offrons des produits d'hygiène personnelle, paniers de Noël et des jouets de Noël. Nous distribuons des fournitures scolaires. Nous produisons les déclarations d'impôt grâce à notre clinique d'impôt. Nous avons un jardin collectif et une cuisine communautaire (pour la transformation de nos surplus alimentaires et pour des ateliers de cuisine).

Coordonnées	514 683-0456 info@fdoi.org www.fdoi.org
Groupe d'âge	Tous les âges
Inscription	Communiquez avec nous pour des renseignements généraux ou pour connaître les exigences.

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

105-1255 Route Transcanadienne, Dorval



Description : Notre mission est d'offrir un soutien moral et physique aux personnes atteintes de sclérose en plaques, de faire de même 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 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.

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 Aventuriers : 15 à 17 ans Louveteaux : 8 à 10 ans Routiers : 18 à 26 ans Scouts : 11 à 14 ans
Session	Septembre à juin
Coût	280 \$ par année
Inscription	En personne, en ligne au www.myscouts.ca/ca/net-forum_locator/search ou à la Soirée d'information et d'inscription

GUIDES DU CANADA – SECTEUR NORTSHORE

Chalets Coolbrooke, Elm, Lake Road, Westminster et Edward Janiszewski



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-oakwoodsdc@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 à 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

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 : Notre orchestre permet aux jeunes musiciens de développer leur talent au sein d'un orchestre sous la direction de chefs professionnels et partager la musique avec leur communauté.



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**



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, pour créer des ponts pour soutenir des populations vulnérables, pour l'autonomisation des femmes pour leur permettre d'atteindre leur plein potentiel, pour elles et leurs familles, et pour combler les besoins essentiels des résidents de l'Ouest-de-l'Île dans le besoin. Pour plus d'informations, 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 de nos 14 appartements de 2^e 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 hébergées. 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 en fonction de 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, de nos visites supervisées, de nos programmes scolaires et de 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.

 **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

GRUPE 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 les adultes. Seul club qui propose également un jeu avancé en simple ainsi qu'un jeu typique en double. Entraîneur de haut niveau canadien pour donner les meilleurs cours techniques et stratégiques aux enfants et aux adultes. L'installation de l'école secondaire des Sources 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. Informations 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, 196 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	514 823-5866 chad@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	Variable selon la saison
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 supervisé de baseball instructif et compétitif 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@dollarbaseball.com www.dollarbaseball.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 (WIOBL)

Parc Elm



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

Coordonnées	514 626-6044 Wiooblstevehall@gmail.com www.wioobl.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 gratuit. Adultes 170 \$, les forfaits 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 les 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 septembre, en ligne www.northshorefootball.org
Équipes/ programmes compétitifs	Nos équipes jouent du football AAA.

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 susanseptgis@gmail.com www.dollardhockey.com
Groupe d'âge	Pour les garçons et filles MAHG : 4 à 6 ans Novice : 7 à 8 ans Atome : 9 à 10 ans Peewee : 11 à 12 ans Bantam : 13 à 14 ans Midget : 15 à 17 ans Junior : 18 à 21 ans Seniors : 21 à 26 ans
Cours offerts	Nous offrons le patinage libre et un programme d'apprentissage Tiny Tots pour enfants (voir page 19).
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.

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 : 70 \$ Pour les débutants et intermédiaires, trois cours par semaine : 140 \$ Pour les avancés, trois cours par semaine : 160 \$
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 : Nous proposons des programmes de formation locaux visant à développer le leadership, le civisme et la condition physique ainsi qu'à stimuler l'intérêt pour l'aviation.



Coordonnées	info@westislandlacrosse.com
Groupe d'âge	U7-U22
Session	Avril à Juillet
Cours offerts	Box lacrosse : Mettre en pratique de bonnes aptitudes de de vie quotidiennes qui correspondent aux enseignements de la crosse au sol. Nous espérons donner à chaque enfant une base solide à la fois dans le sport et au-delà.

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 – Athletes Elites 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 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	Horaire pour tous : Du 4 septembre au 7 mai : Samedi 18 h 30 à 20 h Dimanche 13 h 30 à 15 h Mercredi 18 h 30 à 20 h Horaire spécial durant la période des Fêtes du 23 décembre au 3 janvier et durant la semaine de relâche du 3 au 7 mars. Horaire pour adultes : Du 3 septembre au 8 mai : Mardi 10 h à 11 h Jeudi 10 h à 11 h Cet horaire peut varier en fonction des événements spéciaux.
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).

PATINAGE DE VITESSE

LE CLUB DE PATINAGE DE VITESSE WEST ISLAND



Aréna du Centre civique, 12001, boulevard De Salaberry

Description : Depuis 1996, le Club a pour mission de promouvoir le patinage de vitesse sur courte piste dans la communauté de l'Ouest-de-l'Île. Le Club est ouvert à tous.

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.cpywestisland.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.

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 jouer à l'intérieur. Gratuit à l'extérieur.
Équipes/ programmes compétitifs	Nous tenons plusieurs tournois annuellement.
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.

ASSOCIATION DE PICKLEBALL DOLLARD

Description : Joignez-vous à nous pour jouer au pickleball et nouer de nouvelles amitiés avec des gens de notre communauté.



Coordonnées	https://pickleballddo.ca/fr/acceuil president@pickleballddo.ca
Groupe d'âge	18+
Session	La programmation d'été a lieu dans nos magnifiques parcs et la programmation d'hiver se tiendra dans les gymnases scolaires ou des installations locales.
Coût	30 \$ de frais d'adhésion pour l'année civile. Aucun coût supplémentaire pour la programmation estivale. La programmation hivernale entraînera des coûts supplémentaires selon le coût de location des gymnases et des terrains.
Inscription	En ligne au www.pickleballddo.ca/pourquoi-devenir-membre/ , par courriel au president@pickleballddo.ca ou en personne pendant la soirée d'information et d'inscription.
Équipes/ programmes compétitifs	Nous prévoyons d'organiser des tournois pendant l'année.

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 d'équipe. Par contre, pour les 4 à 9 ans, nous avons des équipes mixtes. Ce sport se joue sur la glace. Pas besoin de savoir patiner, vous l'apprendrez 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 se jouent avec chronomètre de décompte pour les moustiques et novice B-C.

Coordonnées	www.ringuettepierrefonds.com ou pour questions : info@ringuettepierrefonds.com
Groupe d'âge	4 ans et plus pour filles 4 ans à 9 ans pour garçons
Cours offerts	Apprendre à patiner : le samedi matin à 9 h à l'aréna de l'Île Bizard Power Skating - cliniques de perfectionnement pour joueuses et gardiennes de but, le lundi à 18 h et 19 h
Session	Septembre à avril
Inscription	Veillez communiquer avec nous pour connaître les modalités d'inscription. registrar@ringuettepierrefonds.com Les inscriptions ainsi que les paiements se font avec Teamsnap
Équipes/ programmes compétitifs	A, B et C - et Programme Élite de Ringuette Québec

RUGBY

CLUB DE RUGBY MONTRÉAL BARBARIANS

Parc Westwood, 45 rue Thornton, DDO, H9B 1X7



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.

Tous les niveaux d'expérience sont les bienvenus.

Coordonnées	514 534-1172 Mini/Junior : montrealbarbariansrugby@gmail.com Senior : info@montrealbarbarians.com 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 : septembre à novembre
Coût	Varie selon le groupe d'âge U8/U10 : 165 \$ U12 : 180 \$ U14 : 235 \$ U16/U18 : 250 \$ Senior : 345\$ Senior étudiant : 250\$
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 jeux 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.drsa-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 U08Les 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.ddo
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 (de 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



Tennis avec Initiative Go DDO

Voir page 23.

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

 **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	Veillez 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

 **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 Sunnybrooke

Description : Assister les membres ayant besoin d'aide, organiser des réunions et des déjeuners pour informer les membres des programmes d'assistance gouvernementale, légale et fiscale disponibles et 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	Septembre à juin

 Club des aînés DDO
DDO Seniors Club



 **CENTRE JUIF CUMMINGS
POUR AÎNÉS**
96, rue Roger-Pilon

 LE CENTRE
Cummings
CENTRE

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 cummingcentre.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.

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 \$

PRÉSCOLAIRE ET CAMP DE JOUR

CAMP DE JOUR DOLLARD-DES-ORMEAUX

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



Description : Depuis plus de 20 ans, le Camp de jour Dollard-des-Ormeaux s'efforce d'apporter de la joie durant l'été à tous les campeurs. Nous visons à fournir une expérience inoubliable, agréable et sécuritaire, à travers une variété de sports, d'arts plastiques et d'activités d'équipe aux 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 : 230.00 \$ / semaine pour les résidents Camp Aventure/Athlétique : 230.00 \$ / 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 <i>La Place 0-5 est l'endroit pour inscrire votre enfant sur les listes d'attente des services de garde subventionnés.</i>

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 <i>La Place 0-5 est l'endroit pour inscrire votre enfant sur les listes d'attente des services de garde subventionnés.</i>

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

Chalet Lake Road

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!



ACTIVITÉS ADOLESCENTS

 **INITIATIVE GODDO**
OFFERT PAR L'ASSOCIATION AQUATIQUE DE DOLLARD-DES-ORMEAUX (AADD0)
 12001, boulevard De Salaberry, Dollard-des-Ormeaux



Coordonnées	514 684-0070, poste 6602 aaddo@ddo.qc.ca
Action Jeunes (11 à 17 ans)	<p>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.</p> <p>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. Grâce à nos excellents entraîneurs et à nos installations accueillantes, les participants apprendront les bases de la musculation et du conditionnement tout en recevant des conseils sur la façon d'adopter des habitudes saines qui dureront toute la vie.</p> <p>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!</p>
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	<p>En collaboration avec des partenaires locaux, nous développons des actions qui encouragent notre communauté à adopter un mode de vie active et saine.</p> <p>Nos activités incluent :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Badminton • Pickleball • Junior Jams • Yoga pour enfants • 7sports • Ateliers gratuits • Mise en forme de groupe • Tennis • ...plus encore!



Nom/Name	Adresse / Address	Localisation / Location	Carte / Map	Anneau de glace / Skating ring	Aire d'exercices / Exercise area	Balle-molle / Softball	Baseball	Basketball	Chalet	Football	Hockey balle / Ball hockey	Jeux d'eau / Water park	Module de jeux / Playground equipment	Micro bibliothèque / Micro library	Parc à chiens / Dog run	Patinoire / Hockey rink	Patinoire / Skating rink	Pente pour glissade / Sledding hill	Pétanque / Bocce	Pickleball	Piste d'athlétisme / Running track	Piste de ski randonnée / Cross-country trails	Rugby	Soccer (11 VS 11)	Mini-soccer (7 VS 7)	Micro-soccer (5 VS 5)	9 VS 9 soccer	Tennis	Tennis sur table / Ping-pong	Volleyball
Audubon		Sunnybrooke et Séville	1																											
Barcelone		De Salaberry et Barcelone	34																											
Belcourt		Boul. des Sources, Belcourt et Pinecrest	8																											
Bois-de-Liesse		Sunnybrooke, coin Saturn	28																											
Calumet		Spring Garden, Calumet	2																											
Capri		Boul. des Sources, Churchill et Capri	9																											
Centenaire et École des Sources		Lake et Manuel	10																											
Columbia		Boul. des Sources, Sunshine et Columbia	31																											
Coolbrooke		Spring Garden et Coolbrooke	3																											
Dawn		Brunswick, Spring Garden et Dawn	4																											
Dollard-des-Ormeaux		12010, De Salaberry	32																											
Edward Janiszewski		264, Ernest	11																											
Elm		530, Montcalm	25																											
Evergreen		Anselme-Lavigne, Beaufort et Evergreen	29																											
Fairview		345, Blue Haven	12																											
Florence		Boul. St-Jean et Blue Haven	13																											
France		Anselme-Lavigne, Bafin et Florence	14																											
Frederick-Wilson		Anselme-Lavigne, France et Sandria	14																											
Frontenac		98 A, Fredmir	15																											
Frontenac		De Salaberry et Frontenac	16																											
Glamis		Anselme-Lavigne, Allé et Glamis	30																											
Lake Road		85, Hemingway	17																											
Les Serres		Boul. St-Jean, Lake et Hemingway	18																											
Medley		De Salaberry, Tecumseh et Thornhill (dir. est)	19																											
Oslo		Boul. St-Jean, Blue Haven, Medley	20																											
Pinecrest		Anselme-Lavigne et Oslo	20																											
Shakespeare		Anselme-Lavigne, Oslo et Pinecrest	33																											
Spring Garden		Boul. St-Jean et Shakespeare	26																											
Sunnybrooke		Brunswick, Spring Garden, Kingsley et Sonata	5																											
Teresa-DeLier/Alouette		7, Cadman	6																											
Terry- Fox		Boul. des Sources, Sunshine et Cadman	24																											
Thornhill		Westminster, Durham et Balko	21																											
Trottier		Westpark et Wilson	22																											
Westminster		De Salaberry, Tecumseh et Thornhill (dir. ouest)	23																											
Westwood		Boul. des Sources, Joseph Palment et Trottier	27																											
		Boul. St-Jean, Westminster et Durham	7																											
		De Salaberry, Davignon et Thornton																												

Selon la météo, les patinoires extérieures sont ouvertes à compter de la fin décembre jusqu'à la relâche scolaire.

Selon la météo, 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 des raisons de sécurité, prenez note que durant la période hivernale de novembre à mars, les équipements de jeux dans les parcs sont fermés.

Consulter notre site Web page des Conditions hivernales ou estivales pour connaître en temps réel l'état des terrains sportifs et des patinoires. Les vestiaires et salles de bains sont disponibles lorsque les installations sont ouvertes.

<https://parcs.ddo.qc.ca>

Depending on the weather, outdoor rinks are open from late December until spring break.

Depending on the weather, the water parks are opened from the long weekend in May until the long weekend in October from 9 a.m. to 9 p.m.

For safety reasons, please take note that during the winter season, November until March, the playground equipment in the parks are closed.

Visit our web site page Conditions of winter or summer facilities to know in real time the state of our sports and outdoor rinks facilities. Locker rooms and bathrooms are available when facilities are open.

<https://parcs.ddo.qc.ca>