

**LE SUD-
OUEST**

C'est fou comme je t'aime!



**AGENDA
HIVER-PRINTEMPS 2017
CULTURE, SPORTS ET LOISIRS**



MOT DU MAIRE

Je suis fier de vous présenter ce premier Agenda du Sud-Ouest regroupant les activités culturelles, de sports et de loisirs. Vous trouverez, dans un seul document, toutes les activités que vous pouvez pratiquer!

Dès janvier, les jeunes, les adultes, les aînés et les parents accompagnés de leurs enfants peuvent s'inscrire à de nombreux cours. Vous voulez essayer un nouveau sport d'équipe? Pourquoi pas le volleyball! Vous souhaitez exploiter votre côté créatif? Un petit cours de peinture pourrait être intéressant. Pour vous détendre, la pratique du yoga peut s'avérer fort salutaire! Consultez notre nouvelle section où l'on présente nos partenaires et les activités qu'ils offrent.

La maison de la culture Marie-Uguay vous convie, le 3 février, au programme double de patinage contemporain *Influences et Vertical* et ses chorégraphies spectaculaires exécutées par la troupe Patineurs Anonymes.

Venez encourager nos jeunes sportifs au complexe récréatif Gadbois lors des *Jeux du Sud-Ouest*. Hockeyeurs, nageurs, haltérophiles et judokas vous éblouiront par leur performance! Du 3 au 5 février, allez-y en famille!

Pour la première fois, Michel Robidas dévoile ses dessins et ses costumes lors de l'exposition *Au fil du temps*, qui débutera le 5 février à la maison de la culture.

Aussi, les Journées de la persévérance scolaire seront célébrées dans nos bibliothèques du 13 au 17 février. Participez aux activités et appuyez vos jeunes!

Lors de la Semaine de relâche, du 6 au 10 mars, profitez de nos installations sportives pour nager et pour patiner. C'est également le temps idéal pour fréquenter nos sentiers de ski de fond et d'aller glisser dans nos parcs. Nos bibliothèques proposent aussi des jeux divertissants lors du festival Montréal joue.

En avril, place au Défi Santé. Surveillez nos médias sociaux : nous vous aiderons à bouger davantage.

Et passez le mot à vos ados! Le 5 mai, c'est leur soirée à la bibliothèque. Aucun adulte n'est admis!

Pour terminer la saison en beauté, la soprano Marie-Josée Lord vous séduira avec sa nouvelle production *Femmes*, au Théâtre Paradoxe le 10 mai.

Amusez-vous bien!

Le maire de l'arrondissement,

Benoit Dorais
Chef de la 2^e opposition
à l'Hôtel de Ville

TABLE DES MATIÈRES

CULTURE ET BIBLIOTHÈQUES	3
MAISON DE LA CULTURE	3
Arts visuels et expositions	3
Arts de la scène et cinéma	4
Jeunesse et familles	7
BIBLIOTHÈQUES	8
Jeunesse et familles	8
Adolescents	13
Adultes	14
HEURES D'OUVERTURE ET COORDONNÉES	18
SPORTS ET LOISIRS	19
ORGANISMES SPORTS ET LOISIRS	20
ACTIVITÉS SPORTS ET LOISIRS	31
Parents et enfants	31
Jeunes adultes	32
Aînés	33
INSTALLATIONS SPORTS ET LOISIRS	35
QUOI FAIRE PENDANT LE TEMPS DES FÊTES	38
ÉVÉNEMENTS À NE PAS MANQUER	39
ÉCO-QUARTIER	40
RESSOURCES POUR LES PERSONNES HANDICAPÉES	41
COORDONNÉES SPORTS ET LOISIRS	42

VOS ÉLUS



ANNE-MARIE SIGOUIN
Conseillère de la Ville,
district de Saint-Paul-Émard



CRAIG SAUVÉ
Conseiller de la Ville,
district de Saint-Henri-Petite-
Bourgogne-Pointe-Saint-Charles



ALAIN VAILLANCOURT
Conseiller d'arrondissement,
district de Saint-Paul-Émard



SOPHIE THIÉBAUD
Conseillère d'arrondissement,
district de Saint-Henri-Petite-
Bourgogne-Pointe-Saint-Charles

NOUVELLE POLITIQUE DE BILLETTERIE EN VIGUEUR

Tous les événements sont gratuits, sauf indication contraire.

Les laissez-passer sont disponibles deux semaines avant la date de l'activité à la maison de la culture, dans les quatre bibliothèques de l'arrondissement ou en ligne, à accesculture.com (frais de service de 2 \$ par billet).

Pour les abonnés des bibliothèques de l'arrondissement du Sud-Ouest, distribution à compter du **samedi 14 janvier, à 13 h**.

Profitez d'un accès privilégié en vous procurant des laissez-passer pour les spectacles gratuits de la saison grâce à votre carte d'abonné des bibliothèques de l'arrondissement du Sud-Ouest :

- BIBLIOTHÈQUE GEORGES-VANIER
- BIBLIOTHÈQUE MARIE-UGUAY
- BIBLIOTHÈQUE SAINT-HENRI
- BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES

- Les laissez-passer sont offerts à raison de **deux par personne** et par adresse.
- Pour les spectacles destinés au jeune public : **quatre laissez-passer par famille**.
- Chaque laissez-passer donne droit à une place, et ce, jusqu'à 10 minutes avant le début du spectacle. En cas de retard, l'usager ne pourra pas se prévaloir de son laissez-passer.

MAISON DE LA CULTURE ARTS VISUELS ET EXPOSITIONS

ENTRÉE LIBRE POUR VISITER LES EXPOSITIONS

MICHEL ROBIDAS

AU FIL DU TEMPS

Du 5 février au 15 avril

Michel Robidas a conçu des costumes flamboyants pour Diane Dufresne, Céline Dion, Julie Snyder, Robert Charlebois, le Cirque du Soleil et le Cirque de Shanghai. Il a dessiné pour les séries télévisées *Duplessis*, *Laurier* et *Montréal PQ*, et a remporté un prix Génie pour les costumes du film *Stardom*, de Denis Arcand. Au théâtre, il s'est fait remarquer, entre autres, pour ses créations dans *L'abdication*, *La Reine morte* et *La tempête*.

Pour la toute première fois, Michel Robidas présentera une rétrospective de son travail réalisé pour la scène et la télévision au cours des quatre dernières décennies. Un événement haut en couleur, où il expose les dessins et les costumes qui ont fait sa renommée.

Vernissage : le 5 février à 14 h

FERNAND LEDUC

PEINTRE DE LUMIÈRE

Présentée sur les panneaux extérieurs du marché Atwater

Jusqu'au 7 mai

Les cimaises du marché Atwater accueilleront des reproductions de tableaux de Fernand Leduc. Cette présentation d'œuvres ponctue les moments charnières du peintre de l'ombre et de la lumière, signataire du Refus global. Un itinéraire sensible et déterminant dans l'histoire de la peinture canadienne. Ces œuvres font partie de la collection du Musée national des beaux-arts du Québec.

TRIPTYQUE OCRE VIOLET ROUGE, 1965
HUILE SUR TOILE, 195,4 X 291,6 CM
COLLECTION DU MUSÉE NATIONAL DES BEAUX ARTS DU QUÉBEC

JULIE SNYDER



DIANE DUFRESNE



LA TEMPÊTE



JULIANNA JOOS
ÉCHO DE WOOLLOOMOOLOO

Du 30 avril au 11 juin

Écho de Woolloomooloo est une installation d'œuvres textiles jacquard. Le visiteur est invité à déambuler dans un labyrinthe de chauves-souris surdimensionnées, pivotant lentement sur elles-mêmes à un rythme aléatoire. En présentant tour à tour leur côté face puis leur envers, les œuvres créent par leur mouvement un espace en constant changement.

Vernissage : le 30 avril à 15 h



© RICHARD MAX TREMBLAY

3 TEMPS 3 LIEUX

Du 30 avril au 11 juin

Au printemps 2016, les citoyens du Sud-Ouest ont été invités à participer à un grand projet de médiation culturelle, où ils devaient réfléchir sur trois lieux de leurs quartiers et les imaginer autrement. Des ateliers dans les parcs et avec les camps de jour se sont ajoutés aux visites guidées, aux ateliers de création et aux remue-méninges initialement prévus. Des étudiants en design de l'environnement, à l'UQAM, réalisaient des maquettes et des dessins s'inspirant des idées des citoyens. À la manière d'une création évolutive, l'exposition a vu le jour au fil des rencontres. *3 temps 3 lieux* témoigne du dynamisme des citoyens du Sud-Ouest face au passé, au présent et au futur de leurs quartiers.

Ce projet a bénéficié du soutien financier de l'Entente sur le développement culturel de Montréal intervenue entre la Ville de Montréal et le ministère de la Culture et des Communications du Québec.

Vernissage : le 30 avril à 15 h



ENTENTE SUR LE DÉVELOPPEMENT CULTUREL DE MONTRÉAL

Montréal  Culture et Communications Québec 

MAISON DE LA CULTURE ARTS DE LA SCÈNE ET CINÉMA

LA SAUVAGERIE DE L'ORANGE

Dimanche 22 janvier à 14 h

POÉSIE ET MUSIQUE

Fascinés par l'œuvre singulière de l'écrivaine québécoise Marie Uguay et par « l'urgence de dire » dans laquelle cette œuvre s'est déployée et brusquement interrompue, quatre artistes ont bâti une autre forme de tribune que le livre pour permettre au public d'accéder à son œuvre. Un spectacle multidisciplinaire alliant poésie, musique et performance.

AVEC

GABRIELLE BOUTHILLIER | BENOÎT CONVERSET
GENEVIÈVE MARIER | RICHARD SIMAS



© SIMON ELMAJEH

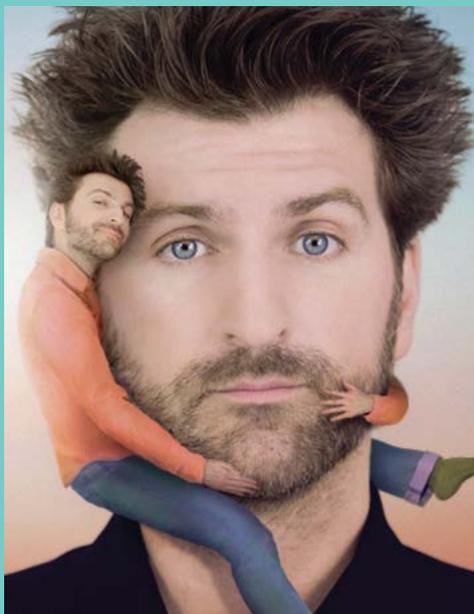
JEAN-THOMAS JOBIN

SOIRÉE DES JARDINS

Vendredi 27 janvier à 20 h

HUMOUR

Jean-Thomas Jobin présentera ses nouvelles divagations. En effet, après le succès indéniable de ses deux premiers spectacles, l'humoriste connu pour son sens aigu de l'absurde remonte sur scène pour pousser le ridicule au-delà de toutes limites. Ce qui saura provoquer l'hilarité totale du public, que Jean-Thomas réussit toujours à surprendre.



LE PATIN LIBRE

Vendredi 3 février à 20 h

PATINAGE CONTEMPORAIN

COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS,
ARÉNA GEORGE-MANTHA

Programme double de patinage contemporain. *Influences* explore les relations entre l'individu et son groupe, expose des tensions et progresse vers l'harmonie. *Vertical*, un essai rythmique et chorégraphique presque vertigineux, établit une nouvelle relation entre la salle et la scène. Le public, installé sur la patinoire, verra de près un patinage qui déplace beaucoup d'air!

CHACUNE DES DEUX PIÈCES DURE ENVIRON 25 MINUTES.



SARATOGA

Jeudi 9 février à 20 h

CHANSON FOLK

Lors de sa création en janvier 2015, le projet *Saratoga* ne devait être que circonstanciel. Le duo, formé de Chantal Archambault et Michel-Olivier Gasse, a cru bon prendre la route avec les chansons de l'une et de l'autre, mais le passe-temps a rapidement pris toute la place. Simples et touchants, les deux artistes ont une complicité qui éveille les sens et qui vous mènera dans une zone de confort dont vous sortirez souriant, et probablement amoureux. C'est ce qu'on dit.



MISMAR

Dimanche 12 février à 14 h

MUSIQUE

Mismar est un ensemble instrumental présentant une musique introspective originale, oscillant entre le jazz, la musique de chambre et les musiques du monde.

Récipiendaire de la première bourse Création jazz du Conseil des arts de Montréal, le groupe présentera fièrement sur scène les compositions tirées de son premier album, décrit comme une trame sonore pour grands espaces.



DANS TA TÊTE ET SIX PIEDS SUR TERRE

Dimanche 26 février à 14 h

GIGUE CONTEMPORAINE

POUR TOUTE LA FAMILLE

Mai(g)wenn et les Orteils, une jeune compagnie de danse contemporaine, présente deux pièces, avec les interprètes Maïgwenn Desbois, Anthony Dolbec et Gabrielle Marion Rivard. Gabrielle a le syndrome de Williams. Anthony, celui d'Asperger. Maïgwenn est sans diagnostic. Les interprètes racontent leurs récits d'intimidation. L'isolement, l'exclusion et le rejet générés par la différence sont au cœur de cette création.



BUZZ BEAT

Jeudi 23 mars à 20 h

QUINTETTE DE CUIVRES, VIBRAPHONE ET BATTERIE

Buzz Beat, c'est la rencontre de la joyeuse bande de cinq cuivres de Buzz et de deux percussionnistes aussi passionnés que polyvalents. Ce percutant concert sur la diversité des Amériques ne manquera pas de soulever les passions et de faire du bruit !



MOIS DE L'HISTOIRE DES NOIRS

AFRICAN GUITAR SPIRIT

Jeudi 16 février à 20 h

MUSIQUE

African Guitar Spirit, 6^e lauréat du Prix de la diversité en musique du Conseil des arts de Montréal, est la nouvelle aventure de Gotta Lago. Des mélodies traditionnelles et urbaines ainsi que des sonorités blues se combineront aux rythmes sénégalais ou takambas. La guitare de Gotta Lago accompagne les sabars et tamas du percussionniste Sadio Sissokho et la basse de Carlo Birri.



LES CANTATES DE L'ÉTHER

Dimanche 5 mars à 14 h

MUSIQUE

Le jeune compositeur Maurice-G. Du Berger a écrit de la nouvelle musique spécialement pour voix, flûte traversière baroque et viole de gambe. Au programme, des œuvres « éthérées », inspirées par la poésie de Claude Gauvreau et de Tina Biello, et interprétées sur instruments historiques. Le concert est complété par des œuvres de Händel.



LA FÊTE SAUVAGE

Dimanche 26 mars à 14 h

CABARET-THÉÂTRE LITTÉRAIRE

La Fête sauvage rassemble huit auteurs-performeurs et un groupe de quatre musiciens dirigé par Chloé Lacasse et Benoit Landry. Ensemble, ils livreront une fête joyeuse sur l'identité québécoise, la force des mots, le désir de s'unir pour grandir. Entre théâtre, cabaret engagé et spectacle musical, cette fête est le cri d'une génération qui a le souffle plein d'espoirs malgré les discours taciturnes de l'heure.

AUTEURS-ACTEURS
SARAH BERTHIAUME | FRÉDÉRIC BLANCHETTE |
JOËLLE BOND | VÉRONIQUE CÔTÉ | EVELINE GÉLINAS |
MATHIEU GOSSELIN | JUSTIN LARAMÉE | HUGO LATULIPPE
MUSICIENS
JEAN-ALEXANDRE BEAUDOIN | VINCENT CARRÉ |
CHLOÉ LACASSE | BENOÎT LANDRY



SARAH TOUSSAINT-LÉVEILLÉ

Jeudi 23 février à 20 h

CHANSON

Quatre ans après *La mal lunée*, Sarah Toussaint-Léveillé a lancé plus tôt cette année *La mort est un jardin sauvage*, que l'Académie Charles Cros a récompensé d'un prix Coup de cœur. Imprégnées de mélancolie, ses chansons douces-amères oscillent élégamment entre pop, chanson folk et accents jazzy. Une forêt musicale dense et des textes travaillés, construits dans un esprit poétique.



LES AMOURS DU POÈTE

Dimanche 19 mars à 14 h

RÉCITAL, PIANO ET VOIX

Le baryton Pierre Rancourt et le pianiste Michel Franck unissent l'incontournable cycle *Dichterliebe* de Schumann à des mélodies de Tosti et Donaudy. Le résultat est un mariage contrastant entre le lyrisme ensoleillé de l'Italie et le sentiment intime de l'Allemagne, sous le signe du romantisme.



SATIE VARIATIONS

Jeudi 30 mars à 20 h

MUSIQUE

Pour souligner le 150^e anniversaire de la naissance d'Erik Satie (1866), le groupe Cordâme présentera un concert dédié à la musique du célèbre compositeur français. Jean Félix Mailloux a repensé sa musique en l'arrangeant et en écrivant de nouveaux airs à partir de certains thèmes, pour une instrumentation originale avec piano, harpe, violon, violoncelle, contrebasse et percussions. Un concert lauréat du prix Accès Culture.



FÉLIX ET MEIRA

Dimanche 2 avril à 14 h

CINÉMA

Ce film de Maxime Giroux présente Félix, un hurluberlu francophone sans le sou, dont le père fortuné est mourant, et Meira, une femme juive hassidique mariée et mère d'un enfant, à la recherche de nouveauté. Tous deux tombent amoureux l'un de l'autre. *Félix et Meira* est l'histoire d'un amour impossible entre deux êtres à part qui veulent s'abreuver de ce qu'ils ne connaissent pas.

LA PROJECTION SERA SUIVIE D'UNE DISCUSSION AVEC UN INVITÉ.



PAR 5 CHEMINS

Jeudi 13 avril à 20 h

MUSIQUE

POUR TOUTE LA FAMILLE

Résultat d'un parcours éclectique, passionné et créatif, Guillaume Martineau (Révélation Radio-Canada 2015-2016) nous présentera *Par 5 chemins*. Ayant passé des années à approfondir la musique classique, parallèlement au rock et à l'improvisation libre, c'est finalement dans la « philosophie » du jazz que se rejoignent les divers chemins du pianiste pour donner une création des plus originales. Une musique de l'imaginaire, atmosphérique, voire cinématographique.



© JENNA KATE

JE SUIS UN ARBRE SANS FEUILLE

Dimanche 30 avril à 14 h

THÉÂTRE

Cette pièce, écrite en collaboration avec les camelots du journal *L'Itinéraire*, est une présentation du festival Metropolis bleu. Véritable laboratoire de médiation culturelle, ce projet place le citoyen au cœur même de la démarche artistique. C'est de l'amour maladroit, atavique, brutal et lumineux. Jean-Feu aime Léa et le jour où Léa s'éclipse, tout s'écroule.



SPLendeur DU MOBILIER RusSE

Jeudi 4 mai à 20 h

THÉÂTRE

Cette pièce repose sur une situation dramatique simple : les membres d'une compagnie de théâtre sont égarés et tentent de retrouver leur chemin. Ils s'interrogent sur ce qui a pu les faire dévier de leur quête et les mener là où ils se trouvent, dans des lieux qui ne leur conviennent pas. Ce parcours en forme de labyrinthe évoque, parfois avec humour, la quête du pays perdu des idéaux.

AVEC

PASCAL CONTAMINE | LARISSA CORRIVEAU |
SOPHIE FAUCHER | CHRISTOPHE RAPIN |
ÉLISABETH CHOUVALIDZÉ



© MAXIME PISTORO

FEMMES

MARIE-JOSÉE LORD

SOIRÉE DES JARDINS

THÉÂTRE PARADOXE

Mercredi 10 mai à 20h

Pour sa toute nouvelle production *Femmes*, la pétillante Marie-Josée Lord nous propose un rendez-vous coloré, une soirée en toute intimité où elle présente les femmes qu'elle rencontre à l'opéra. Ces femmes qui l'habitent, qui l'animent, qui l'inspirent. Ces femmes, Marie-Josée nous les fait découvrir dans des présentations chaleureuses, des interprétations vibrantes comme elle sait si bien les faire. Entourée de ses musiciens, la soprano nous révèle quelques histoires et secrets, avec sa voix chaude et enveloppante.



© JULIEN FAUGÈRE

POUR CONSULTER NOTRE PROGRAMMATION

SUDUEST.ACCECULTURE.COM

VILLE.MONTREAL.QC.CA/SUD-OUEST/MARIE-UGUAY

MAISON DE LA CULTURE JEUNESSE ET FAMILLE

BILL BESTIOLE

Dimanche 19 février à 14 h

SEMAINE DE LA PERSÉVÉRANCE SCOLAIRE

LES INSECTES SUR SCÈNE

POUR LES 5 À 12 ANS

Dans ce spectacle interactif et musical, on apprend à reconnaître la vraie nature des insectes et autres bestioles. Est-ce que les moustiques sont seulement achalants? L'araignée est-elle juste une bête dégueu? Les guêpes sont-elles seulement sur Terre pour nous déranger et nous piquer? Avec le rire et la musique de Bill Bestiole, on apprivoise nos peurs et on apprend à aimer ces bestioles inconnues que sont les insectes! Du plus grand au plus petit, pour les grands et les petits! À la fin, on ne dira plus « Ouache! », mais bien « Wow!! ».



MAISON DE LA CULTURE JEUNESSE ET FAMILLE

SEMAINE DE RELÂCHE

LES ATHLÈTES DE LA FLÛTE À BEC

Mercredi 8 mars à 14 h

SPECTACLE MUSICAL

POUR LES 6 À 12 ANS

À la course, en équilibre ou à bout de doigts, préparez-vous à une performance athlétique enlevante, avec Flûte Alors! Les quatre virtuoses s'entraînent jour et nuit pour développer les doigts les plus agiles, les langues les plus fortes et les oreilles les plus fines du monde. De la sopranino à la grande basse, c'est toute une panoplie de flûtes à bec qui forme leur attirail. Du baroque au moderne en passant par les musiques du monde et la musique populaire, ces musiciens vous étonneront par leur savoir-faire. Joignez-vous aux athlètes de la flûte à bec pour un tour de piste à vous couper le souffle. Saurez-vous tenir le rythme?



LA MINUSCULE

Vendredi 10 mars à 10 h

THÉÂTRE

POUR LES 3 À 6 ANS

Minuscule est toute petite. Mais entourée de bricolages de papiers, de sons croustillants, d'ombres et de lumières, d'objets et de matières, elle possède un monde plus grand que nature!



JEUX D'OMBRES ET VIDÉO EN DIRECT

Atelier donné dans le cadre du festival *Montréal joue*



Vendredi 10 mars à 13 h 30

POUR LES 6 À 8 ANS

La marionnettiste et artiste visuelle Dominique Leroux vous propose un atelier de démonstration, où vous pourrez plonger dans son imaginaire. Vous verrez les techniques utilisées dans ses créations de jeux d'ombres et de vidéo en direct. Les enfants pourront expérimenter le projecteur vidéo et la caméra, notamment par des activités ludiques d'ombres corporelles et d'ombres avec silhouettes. DURÉE: 45 MINUTES

INSCRIPTION REQUISE, PLACES LIMITÉES

KATTAM ET SES TAM-TAMS

Dimanche 12 mars à 14 h

MUSIQUE / PERCUSSION POUR TOUTE LA FAMILLE

4 ANS ET PLUS

Au son du gongoma, du balafon, du djembé, de la derbouka et du dhol, le percussionniste Kattam vous convie par le rythme, le chant et la danse à la découverte de l'Afrique, du Moyen-Orient et de l'Inde. Danse du désert, rap de l'Afrique, rythme transe et danse Bollywood sont au programme. Accompagné de son singe Takoum, Kattam manie l'art de faire participer son public, une belle aventure multiculturelle.



LETTRÉ POUR ÉLÉNA

Dimanche 9 avril à 14 h

THÉÂTRE / DANSE FAMILLE

À PARTIR DE 7 ANS

Quelque part à la campagne, un matin d'été, Frank, Lucie et Aïcha jouent, comme tous les jours depuis que l'école est terminée. Un nid d'écureuil, un étang, un tronc d'arbre qui se transforme en moto de course, un rocher, des fraises, du foin, un fossé, une route... Au bord de cette route, elles découvrent une montagne d'objets et de lettres déposés là, pour elles. Elles fouillent. Il y a des messages de tout le monde, sauf d'Éléna, leur meilleure amie, la quatrième de la bande, qui reste muette pour une raison qu'elles ne s'expliquent pas. Il y a forcément une lettre d'elle, il faut la trouver! À la frontière du théâtre et de la danse, *Lettre pour Éléna* est une pièce en forme de jeu de piste, où doucement se trace le chemin du deuil et s'écrivent les mots pour dire au revoir.



VOIES PARALLÈLES

accès culture

LA MAISON DE LA CULTURE MARIE-UGUAY EST MEMBRE D'ACCÈS CULTURE

LE RÉSEAU MUNICIPAL DE DIFFUSION CULTURELLE

Desjardins
Caisse du Sud-Ouest de Montréal

MERCI À NOTRE PARTENAIRE PRINCIPAL POUR SON SOUTIEN ET SA FIDÉLITÉ AUX SOIRÉES DESJARDINS

CONSEIL DES ARTS DE MONTRÉAL

PRÉSENTÉ DANS LE CADRE DU PROGRAMME LE CONSEIL DES ARTS DE MONTRÉAL EN TOURNÉE



INSCRIPTION
REQUISE

BIBLIOTHÈQUES JEUNESSE ET FAMILLES

HEURE DU CONTE

ÉVEILLEZ VOS TOUT-PETITS AU PLAISIR DES LIVRES.

POUPONS

DE 0 À 2 ANS

BIBLIOTHÈQUE GEORGES-VANIER

ANIMÉ PAR SONIA PÉGUIN

Mardi 31 janvier à 10 h 30
Mardis 14 et 28 février à 10 h 30
Mardis 14 et 28 mars à 10 h 30
Mardis 11 et 25 avril à 10 h 30
Mardi 9 mai à 10 h 30

BIBLIOTHÈQUE MARIE-UGUAY

ANIMÉ PAR ÉDITH GROSSE

Dimanche 12 février à 15 h
Dimanche 12 mars à 15 h
Dimanche 9 avril à 15 h
Dimanche 11 juin à 15 h

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES

ANIMÉ PAR SONIA PÉGUIN

Lundi 30 janvier à 10 h 30
Lundis 13 et 27 février à 10 h 30
Lundis 13 et 27 mars à 10 h 30
Lundis 10 et 24 avril à 10 h 30
Lundi 15 mai à 10 h 30

BIBLIOTHÈQUE SAINT-HENRI

ANIMÉ PAR ÉDITH GROSSE

Dimanche 22 janvier à 15 h
Dimanche 19 février à 15 h
Dimanche 19 mars à 15 h
Dimanche 23 avril à 15 h

ENFANTS

DE 2 À 6 ANS

BIBLIOTHÈQUE GEORGES-VANIER

Samedi 7 janvier à 14 h
Samedi 4 février à 14 h
Samedi 4 mars à 14 h
Samedi 1^{er} avril à 14 h
Samedi 6 mai à 14 h
Samedi 3 juin à 14 h

BIBLIOTHÈQUE MARIE-UGUAY

Les dimanches à 15 h, à l'exception du 12 février, du 12 mars, du 9 avril et du 11 juin.

Les lundis et jeudis à 10 h.

Bienvenue aux groupes préscolaires ainsi qu'aux familles!

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES

Heure du conte suivie d'un mini-bricolage.

Samedi 4 février à 10 h 30
Samedi 1^{er} avril à 10 h 30
Samedi 3 juin à 10 h 30

BIBLIOTHÈQUE SAINT-HENRI

Les jeudis à 10 h 30

Bienvenue aux groupes préscolaires ainsi qu'aux familles!

EN PYJAMA

DE 5 À 8 ANS

BIBLIOTHÈQUE GEORGES-VANIER

ANIMÉ PAR NOË CROPSAL

Mercredi 22 février à 19 h
Mercredi 29 mars à 19 h
Mercredi 26 avril à 19 h
Mercredi 31 mai à 19 h

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES

ANIMÉ PAR NOË CROPSAL

Mardi 16 mai à 19 h

BIBLIOTHÈQUE SAINT-HENRI

Mardi 21 mars à 18 h 30



JOUR DE LA TERRE



Jour de la Terre®

BRICOLER EN L'HONNEUR DE LA PLANÈTE

5 ANS+

Pour souligner le Jour de la Terre, venez faire des bricolages à rapporter à la maison.

BIBLIOTHÈQUE MARIE-UGUAY

Samedi 22 avril à 14 h

ÉVEIL MUSICAL

BÉBÉ CHANTEUR

DE LA NAISSANCE AUX PREMIERS PAS

Un atelier joyeux où le parent plonge ses yeux dans ceux de bébé en chantant. Un moment de partage et d'écoute où l'on apprend des vocalises, des comptines et des jeux de doigts à reproduire chez soi.

BIBLIOTHÈQUE GEORGES-VANIER

Mardi 7 février à 10 h 30

Mardi 30 mai à 10 h 30



1, 2, 3, SAUTE-MOUTON...

DE 18 À 36 MOIS

ANIMÉ PAR DANIELLE LOISEAU

Cet atelier interactif stimule les cinq sens de l'enfant par des mouvements de yoga. Venez vivre un moment de partage et de joie avec votre enfant!

BIBLIOTHÈQUE SAINT-HENRI

Dimanche 5 mars à 15 h

Dimanche 2 avril à 15 h

MON CŒUR EST UN TAMBOUR

DE 2 À 4 ANS

Éveil musical pour les tout-petits. Comptines à gestes, chansonnettes, doumbek et petites percussions à manipuler.

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES

ANIMÉ PAR AURÉLIE NÉGRIER

Samedi 4 mars à 10 h (DE 0 À 2 ANS)

Samedi 4 mars à 10 h 45 (3 ET 4 ANS)

Samedi 6 mai à 10 h (DE 0 À 2 ANS)

Samedi 6 mai à 10 h 45 (3 ET 4 ANS)

JEUX

Jeux de société, jeux classiques, jeux vidéo... Découvrez les multiples jeux disponibles à votre bibliothèque.

LES APRÈS-MIDI JEUX VIDÉO

7 ANS+

BIBLIOTHÈQUE MARIE-UGUAY

Les jeudis à 15 h 30

BIBLIOTHÈQUE SAINT-HENRI

Les mardis et jeudis à 15 h 30

BIBLIOTHÈQUE GEORGES-VANIER

Dimanche 29 janvier à 15 h

Dimanche 26 février à 15 h

Dimanche 26 mars à 15 h

Dimanche 21 mai à 15 h

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES

Samedi 18 février à 14 h

Samedi 18 mars à 14 h

Samedi 15 avril à 14 h

Samedi 20 mai à 14 h

JEUX DE SOCIÉTÉ

7 ANS+

Venez jouer à votre jeu préféré ou participez au jeu vedette de la semaine.

BIBLIOTHÈQUE MARIE-UGUAY

Dimanches 15 et 29 janvier à 14 h

Dimanche 12 février à 14 h

Dimanche 26 mars à 14 h

Dimanches 9 et 30 avril à 14 h

Dimanches 14 et 28 mai à 14 h

Dimanche 11 juin à 14 h

CLUB LEGO

8 ANS+

Des centaines de blocs sont à votre disposition pour construire des machines, des maisons ou des véhicules tout droit sortis de votre imagination.

BIBLIOTHÈQUE GEORGES-VANIER

Dimanche 22 janvier à 15 h

Dimanche 12 février à 15 h

Dimanche 12 mars à 15 h

Dimanche 9 avril à 15 h

Dimanche 14 mai à 15 h

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES

Samedi 28 janvier à 14 h

Samedi 25 février à 14 h

Samedi 25 mars à 14 h

Samedi 29 avril à 14 h

Samedi 27 mai à 14 h



ATELIERS ET BRICOLAGE

Venez vous amuser, apprendre ou bricoler lors de nos activités pour tous les goûts et pour tous les âges.

BRICO-CONTES

4 ANS+

Des histoires et des bricolages à rapporter à la maison.

BIBLIOTHÈQUE SAINT-HENRI

Samedi 14 janvier à 10 h 30

Samedi 25 mars à 10 h 30

Samedi 8 avril à 10 h 30

ATELIERS CRÉATIFS

5 ANS+

Pour les enfants à l'esprit vif et aux mains habiles!

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES

Samedi 11 février à 14 h

ARBRE À CŒURS

Dimanche 26 février à 14 h

BIBLIOTHÈQUE MINIATURE EN 3D
DANS LE CADRE DU FESTIVAL MONTRÉAL JOUE

Dimanche 26 mars à 14 h

SÉRIGRAPHIE

Dimanche 23 avril à 14 h

UN SIGNET À TON IMAGE

DANS LE CADRE DE LA JOURNÉE MONDIALE
DU LIVRE ET DU DROIT D'AUTEUR

ORIGAMI

6 ANS+

Yu-Lin Tung propose aux enfants un cours d'origami qui leur permettra de maîtriser les différentes techniques de cet art, tels de vrais professionnels.

BIBLIOTHÈQUE MARIE-UGUAY

Samedi 28 janvier à 14 h

ATELIERS SCIENTIFIQUES

7 ANS+

AVEC LES SCIENTIFINES

Pour les scientifiques en herbe.



BIBLIOTHÈQUE MARIE-UGUAY

Samedi 18 février à 14 h

FABRIQUER DU PLASTIQUE

Samedi 18 mars à 14 h

CADRAN SOLAIRE

Samedi 29 avril à 14 h

ARBRES DE MON QUARTIER

BIBLIOTHÈQUE SAINT-HENRI

Samedi 28 janvier à 14 h

LA DANSE DES AIMANTS

TRICOTE ET PLACOTE

6 ANS+ POUR LE TRICOTIN

9 ANS+ POUR LES AIGUILLES

Venez tricoter dans la section jeunesse de la bibliothèque, la laine et les aiguilles sont fournies! Bienvenue aux parents!

BIBLIOTHÈQUE GEORGES-VANIER

Tous les samedis à 15 h, du 6 mai au 10 juin

SPECTACLES

LAPIN DE PÂQUES, OÙ ES-TU?

2 ANS+

Le porc-épic Pikakou nous annonce une triste nouvelle. Hélas! Celui qui cache les œufs en chocolat ne répond plus à l'appel de ses amis! À l'aide des enfants et de son caillou magique, Lapidoux ira voir la fée des Fleurs. Il n'aurait jamais imaginé ce que son meilleur ami, le renard à grandes moustaches, cache dans son terrier...

BIBLIOTHÈQUE MARIE-UGUAY

Samedi 15 avril à 14 h



ACTIVITÉS DÉCOUVERTES

ANIMAUX DE PÂQUES À LA BIBLIOTHÈQUE

4 ANS+

AVEC ÉDUCAZOO

Les animateurs d'Éducazoo vous feront découvrir de vrais animaux. Venez les rencontrer!

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES

Samedi 8 avril à 15h



FABULEUSES BESTIOLES

DE 5 À 8 ANS

ANIMÉ PAR GUEPE

Savez-vous que près de votre école vivent un crustacé, un animal qui possède dix cœurs et un mollusque à tentacules?

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES

Samedi 13 mai à 14 h

DANSONS LE FESTEJO!

DE 8 À 12 ANS

PRÉSENTÉ PAR DANSE ET PLUS

Une façon festive de découvrir le festejo, une danse afro-péruvienne. Activité présentée à l'occasion de la Journée internationale de la danse.

BIBLIOTHÈQUE SAINT-HENRI

Samedi 29 avril à 14 h

GARDE TON SANG-FROID!

DE 5 À 12 ANS

Créatures écailleuses ou gluantes qui rampent ou coassent à la tombée de la nuit... Découvrez le monde de l'herpétologie en démystifiant les caractéristiques et les mœurs des amphibiens et des reptiles du Québec. Les courageux pourront même les toucher.

BIBLIOTHÈQUE GEORGES-VANIER

Dimanche 19 février à 15 h

FILMS

CINÉCLUB ONF



4 ANS+

Présentation de plusieurs courts-métrages tirés du répertoire de l'ONF pour enfants.

Maïs soufflé pour tous.

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES

Mardi 7 février à 18 h 30

Mardi 7 mars à 18 h 30

Mardi 4 avril à 18 h 30

Mardi 2 mai à 18 h 30

JOURNÉES DE LA PERSÉVÉRANCE SCOLAIRE



LES JOURNÉES DE LA PERSÉVÉRANCE SCOLAIRE

DU 13 AU 17 FÉVRIER

À l'occasion des Journées de la persévérance scolaire, venez participer aux différentes activités des bibliothèques.

MURALE DES ENCOURAGEMENTS

POUR TOUS

Venez apposer un mot d'encouragement sur la murale de la bibliothèque.

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES

Du 13 au 17 février

BINGO LITTÉRAIRE

6 ANS +

Venez prouver à tous que vous êtes de fins connaisseurs de livres en participant au bingo littéraire!

BIBLIOTHÈQUE MARIE-UGUAY

Dimanche 12 février à 15 h

LIS AVEC... LUZERNE

6 ANS +

PRÉSENTÉ PAR NATHALIE RACINE

Une pratique de la lecture en petits groupes, supervisés par une zoothérapeute. Les enfants feront la lecture au lapin Luzerne, qui les écoutera très attentivement.

BIBLIOTHÈQUE SAINT-HENRI

Samedi 18 février à 13 h 30, 14 h 10 et 14 h 50



HIVER / PRINTEMPS 2017

FESTIVAL MONTRÉAL JOUE

SEMAINE DE RELÂCHE

DU 25 FÉVRIER AU 12 MARS

Des jeux pour tous les goûts et tous les genres.
Venez jouer avec nous!

SOIRÉE DE JEUX NOCTURNES

DE 8 À 13 ANS

Vous avez toujours rêvé de jouer toute une soirée à vos jeux préférés à la bibliothèque? Voici l'occasion de participer à des jeux de rôle, à des jeux vidéo et à des jeux de société pendant des heures! Bonbons et plaisirs à volonté!

BIBLIOTHÈQUE MARIE-UGUAY

Samedi 11 mars, de 18 h à 22 h



JEUX DE SOCIÉTÉ

DÉFI CASSE-TÊTE

6 ANS +

Venez réaliser un casse-tête de 1 000 pièces avec nous!

BIBLIOTHÈQUE MARIE-UGUAY

Samedi 4 mars à 14 h

BIBLIOTHÈQUE GEORGES-VANIER

Lundi 6 mars à 15 h

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES

Lundi 6 mars à 14 h

LA CARAVANE LUDIQUE

7 ANS +

Ne manquez pas la caravane ludique et venez célébrer en grand la culture du jeu!

BIBLIOTHÈQUE GEORGES-VANIER

Mercredi 8 mars de 15 h à 18 h

BINGO!

POUR TOUS

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES

Vendredi 10 mars à 14 h

SERPENTS ET ÉCHELLES - GÉANT

5 ANS +

Jouez à notre jeu de serpents et échelles géant.

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES

Mercredi 8 mars à 14 h

TOURNOI DE UNO

DE 9 À 12 ANS

Qui est le meilleur joueur de UNO de la bibliothèque Saint-Henri? C'est ce que nous découvrirons lors de ce tournoi enlevant. Que le meilleur gagne!

BIBLIOTHÈQUE SAINT-HENRI

Samedi 11 mars à 13 h 30

LA DÉCOUVERTE DE GROS JOUEURS

6 ANS +

PRÉSENTÉ PAR GROS JOUEURS

Est-ce un jeu vidéo, un jeu de société ou un jeu d'équilibre? Avec *Beasts of Balance*, vous devrez relever les défis qui s'affichent sur une tablette numérique en empilant réellement des figurines en forme d'animaux.

BIBLIOTHÈQUE SAINT-HENRI

Mercredi 8 mars à 14 h

JEUX GÉANTS ET D'AGILITÉ

POUR TOUS

ANIMÉS PAR SYLVAIN TROTTIER

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES

Samedi 11 mars à 14 h



BRIXOLOGIE : CRÉATURES

6 ANS +

PRÉSENTÉ PAR SCIENCES EN FOLIE

Construisez une machine-insecte avec des briques Lego et testez différentes façons de lui faire grimper des branches.

BIBLIOTHÈQUE SAINT-HENRI

Samedi 25 février à 13 h 30

STATUE LUDIQUE

5 ANS +

Participez à la création de la statue ludique de votre bibliothèque.

BIBLIOTHÈQUE MARIE-UGUAY

Dimanche 26 février à 14 h

CONSTRUCTION DU PONT JACQUES-CARTIER
AVEC DES BRIQUES LEGO

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES

Dimanche 26 février à 14 h

BIBLIOTHÈQUE MINIATURE EN 3D

BIBLIOTHÈQUE SAINT-HENRI

Samedi 4 mars à 13 h 30

FABRICATION DE LA PLUS GRANDE BOULE
AVEC DES PAILLES

DÉFI LABYRINTHE LEGO

5 ANS +

Construisez avec nous un véritable labyrinthe de briques Lego dans la bibliothèque et faites-y rouler une bille!

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES

Samedi 25 février à 14 h

BIBLIOTHÈQUE MARIE-UGUAY

Lundi 6 mars à 14 h

POST-IT WAR

7 ANS +

Les Bibliothèques de Montréal se livrent une guerre sans merci! Venez créer des créatures en pixels qui envahiront votre bibliothèque.

BIBLIOTHÈQUE MARIE-UGUAY

Dimanche 5 mars à 14 h

DÉFI BIBLIOBINETTE

POUR TOUS

BIBLIOTHÈQUE GEORGES-VANIER

Dimanche 5 mars à 15 h

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES

Dimanche 5 mars à 14 h

PARCOURS À OBSTACLES

5 ANS +

Venez nous aider à construire un parcours à obstacles entre les rayons de la bibliothèque. Vous devrez ensuite effectuer le parcours avec un livre sur la tête.

BIBLIOTHÈQUE MARIE-UGUAY

Mardi 7 mars à 14 h

DOMINO DE LIVRES GÉANTS

5 ANS +

Venez construire un domino géant d'au moins 100 livres!

BIBLIOTHÈQUE GEORGES-VANIER

Judi 9 mars 15 h

BIBLIOTHÈQUE MARIE-UGUAY

Dimanche 12 mars à 14 h

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES

Dimanche 12 mars à 14 h

BRICO-JEUX

DE 9 À 12 ANS

Terminé le temps où l'on s'ennuie!
On bricole des jeux pour bien s'amuser.

BIBLIOTHÈQUE SAINT-HENRI

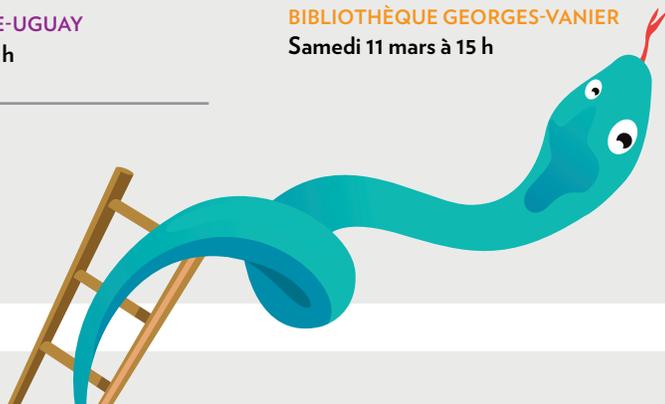
Vendredi 10 mars à 13 h 30

DÉFI CHÂTEAU DE CARTES À 4 ÉTAGES

7 ANS +

BIBLIOTHÈQUE GEORGES-VANIER

Samedi 11 mars à 15 h



CONCEPTION DE JEUX VIDÉO

8 ANS +

Voici votre chance d'apprendre à concevoir un jeu vidéo! Des animateurs vous guideront dans vos premiers pas en conception de jeu.

BIBLIOTHÈQUE MARIE-UGUAY

Mercredi 8 mars et jeudi 9 mars à 14 h

PENDANT LA SEMAINE DE RELÂCHE

JEUX VIDÉO

7 ANS +

Venez expérimenter des jeux vidéo sur différentes consoles.

BIBLIOTHÈQUE SAINT-HENRI

Mardi 7 mars à 15 h 30

Judi 9 mars à 15 h 30

BIBLIOTHÈQUE MARIE-UGUAY 

Samedi 11 mars à 14 h

DÉFI FIFA 2016

7 ANS +

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES

Judi 9 mars à 14 h

BIBLIOTHÈQUE GEORGES-VANIER

Vendredi 10 mars à 15 h

DÉFI JUST DANCE 2016

7 ANS +

BIBLIOTHÈQUE GEORGES-VANIER

Dimanche 26 février à 15 h

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES

Samedi 4 mars à 14 h



POÈME POUR EMPORTER

POUR TOUS

Découvrez différents poètes et prenez un poème pour emporter au comptoir jeunesse!

BIBLIOTHÈQUE MARIE-UGUAY

Du 13 au 31 mars

TOUT PLEIN DE MOTS

POUR TOUS

Des poèmes à construire et à reconstruire avec les mots tirés des plus beaux poèmes de la langue française.

BIBLIOTHÈQUE SAINT-HENRI

Du 13 au 31 mars

RENCONTRE AVEC ANDRÉ MAROIS

Rencontre avec l'auteur André Marois, finaliste du Prix TD de la littérature jeunesse 2016 pour son album *Aux toilettes*. Dans le cadre du festival Metropolis bleu.

BIBLIOTHÈQUE SAINT-HENRI

Samedi 28 avril à 13 h 30

MOIS DE LA BD



DESSINE DES MANGAS

POUR TOUS

Le dessin de mangas n'aura plus de secrets pour vous, après cet atelier destiné aux débutants et aux experts!

BIBLIOTHÈQUE MARIE-UGUAY

Samedi 27 mai à 14 h

COLORIAGE - CRÉATION BD

POUR TOUS

À l'occasion du Mois de la BD, venez créer une bande dessinée en remplissant les bulles du coloriage du mois.

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES

Tout le mois de mai

PHYLACTÈRES EN FOLIE

8 ANS +

Venez inventer des histoires rigolotes avec les personnages d'Émile et de Lili, de Mo Willems.

BIBLIOTHÈQUE GEORGES-VANIER

Dimanche 28 mai à 15 h

ATELIER DE MANGA

8 ANS +

Venez apprendre les techniques du manga. Cet atelier est donné par Josiane Sansregret et Stéphanie Philibert, dans le cadre du festival Metropolis.

BIBLIOTHÈQUE GEORGES-VANIER

Dimanche 30 avril à 15 h

ATELIER DE CRÉATION D'UN FILM D'ANIMATION

DE 9 À 12 ANS

PRÉSENTÉ PAR QUÉBEC CINÉMA

Un atelier pour découvrir les techniques du cinéma d'animation par la réalisation d'un court-métrage.

BIBLIOTHÈQUE SAINT-HENRI

Samedi 13 mai à 13 h 30

BIBLIOTHÈQUES ADOLESCENTS

SOIRÉE DES ADOS

Vendredi 5 mai, de 18 h 30 à 21 h

INTERDIT AUX ADULTES

Vous avez toujours rêvé de flâner à la bibliothèque après les heures d'ouverture? Voici votre chance de prendre possession des lieux!

DJ

JEUX VIDÉO

PRIX DE PRÉSENCE

BOUFFE

ET PLUS ENCORE!

BIBLIOTHÈQUE MARIE-UGUAY

DE 10 À 14 ANS

BIBLIOTHÈQUE GEORGES-VANIER

DE 10 À 14 ANS

BIBLIOTHÈQUE SAINT-HENRI

DE 12 À 17 ANS

INITIATION AU MANGA

14 ANS +

Un atelier pour apprendre les bases du dessin des personnages de manga.

BIBLIOTHÈQUE SAINT-HENRI

Mardi 16 mai à 16 h 30



TECHNOLOGIES

RENDEZ-VOUS INFORMATIQUES

Des rendez-vous sur mesure pour répondre à vos questions.

BIBLIOTHÈQUE MARIE-UGUAY

Vendredis 13 et 27 janvier à 11 h et à 11 h 30
Vendredis 10 et 24 février à 11 h et à 11 h 30
Vendredis 10 et 24 mars à 11 h et à 11 h 30
Vendredis 14 et 28 avril à 11 h et à 11 h 30
Vendredis 12 et 26 mai à 11 h et à 11 h 30
Vendredis 9 et 23 juin à 11 h et à 11 h 30

BIBLIOTHÈQUE SAINT-HENRI

Activité offerte sur rendez-vous

INITIATION À L'ORDINATEUR

Vous souhaitez apprendre le fonctionnement de base de l'ordinateur, du clavier et de la souris?

Cet atelier d'une heure trente est tout indiqué pour vous.

BIBLIOTHÈQUE MARIE-UGUAY

Mardi 31 janvier à 18 h 30
Mardi 28 février à 18 h 30
Mardi 28 mars à 18 h 30
Mardi 25 avril à 18 h 30

À LA DÉCOUVERTE DES RESSOURCES NUMÉRIQUES

Vous souhaitez vous familiariser avec les ressources numériques disponibles sur le site des Bibliothèques de Montréal? Cet atelier d'une heure est conçu pour vous.

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES

Mardi 14 mars à 10 h



LIVRES ET LITTÉRATURE

CLUB DE LECTURE

Une invitation à partager votre amour de la lecture avec d'autres lecteurs. Tous les livres choisis sont disponibles dans le réseau des Bibliothèques de Montréal. Demandez votre exemplaire au comptoir du prêt de la section des adultes de votre bibliothèque.

BIBLIOTHÈQUE MARIE-UGUAY

Vendredi 13 janvier à 13 h 30
Vendredi 24 février à 13 h 30
Vendredi 31 mars à 13 h 30
Vendredi 28 avril à 13 h 30
Vendredi 26 mai à 13 h 30
Vendredi 23 juin à 13 h 30

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES

Mercredi 25 janvier à 18 h 30
Mercredi 22 février à 18 h 30
Mercredi 29 mars à 18 h 30
Mercredi 26 avril à 18 h 30
Mercredi 31 mai à 18 h 30

CLUB DE LECTURE DES PARENTS

Un nouveau club de lecture pour des parents, par des parents.

Thème 2016-2017 :

À la découverte de la pédagogie Freinet

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES

Mercredi 18 janvier à 18 h 30
Mercredi 15 février à 18 h 30
Mercredi 22 mars à 18 h 30
Mercredi 19 avril à 18 h 30
Mercredi 24 mai à 18 h 30

ATELIERS D'ÉCRITURE

ATELIER D'ÉCRITURE : LA NOUVELLE

CET ATELIER DE DEUX HEURES EST ANIMÉ PAR
LAURENCE GOUGH

Vous rédigerez une courte nouvelle en respectant des contraintes précises. Après la lecture des textes par les participants, l'animatrice proposera des pistes de réflexion et de réécriture. Plaisir et rigueur en perspective.

BIBLIOTHÈQUE MARIE-UGUAY

Mardi 21 mars à 18 h 30



ATELIERS D'ÉCRITURE : EXPLORATION

ANIMÉS PAR LAURENCE GOUGH

Ces quatre ateliers d'écriture s'adressent autant aux novices qu'aux auteurs plus expérimentés qui seraient désireux d'aiguiser leurs talents. Chaque atelier peut être suivi indépendamment des autres. Divers exercices d'écriture viseront à stimuler l'imagination et la créativité des participants, de façon à développer leurs habiletés dans le domaine de l'écriture littéraire.

BIBLIOTHÈQUE GEORGES-VANIER

Mercredi 22 février à 19 h : Anecdote familiale
Mercredi 29 mars à 19 h : Avec thème
Mercredi 26 avril à 19 h : Avec image
Mercredi 31 mai à 19 h : Quasi inconnu



RENCONTRE AVEC :
MARIE-HÉLÈNE POITRAS 

Auteure de *Griffintown* et, plus récemment, du livre *Les superbes*, écrit en collaboration avec Léa Clermont-Dion, Marie-Hélène Poitras vous convie à discuter de ses œuvres en sa compagnie, mais également des sujets qui la passionnent.

BIBLIOTHÈQUE MARIE-UGUAY

Mardi 4 avril à 18 h 30

RENCONTRE AVEC :
ADELINE LAMARRE
ILLUSTRATRICE

Peintre, scénariste, dessinatrice, bédéiste, Adeline Lamarre a aussi illustré la collection *Bonjour l'histoire* des éditions Isatis. Elle vient nous faire découvrir l'art d'illustrer une histoire.

BIBLIOTHÈQUE SAINT-HENRI

Samedi 25 mars à 14 h



NEUVIÈME ÉTAGE

Plus de quatre décennies après l'émeute tristement célèbre du campus Sir-George-Williams, *Neuvième étage* revient sur ce qui fut un tournant dans les relations raciales canadiennes et l'un des épisodes les plus contestés de l'histoire de la nation. Ce film est présenté dans le cadre du Mois de l'histoire des Noirs.

UN FILM DE MINA SHUM | 81 MINUTES

EN VERSION ORIGINALE ANGLAISE
AVEC SOUS-TITRES FRANÇAIS

BIBLIOTHÈQUE SAINT-HENRI

Dimanche 12 février à 14 h

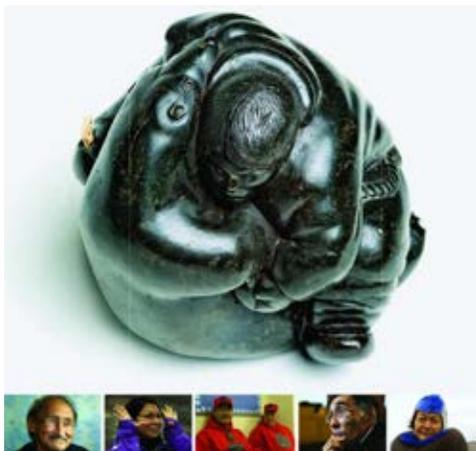
DÉFENSEURS DE L'ARCTIQUE
(ONF, 2013)

Ce documentaire raconte l'histoire remarquable du mouvement inuit radical qui marque à jamais le paysage politique canadien. Orchestré par de jeunes Inuits visionnaires, ce mouvement fera la plus grande revendication territoriale de l'histoire de la civilisation occidentale, laquelle aboutira à la création d'un territoire souverain : le Nunavut. Le film dépeint les sombres tentatives du Canada pour gouverner le Nord, ainsi que l'inspiration, l'espoir et la détermination de ces Inuits qui ont réussi à changer les règles du jeu.

UN FILM DE JOHN WALKER | 90 MINUTES

BIBLIOTHÈQUE MARIE-UGUAY

Mardi 21 février à 18 h 30

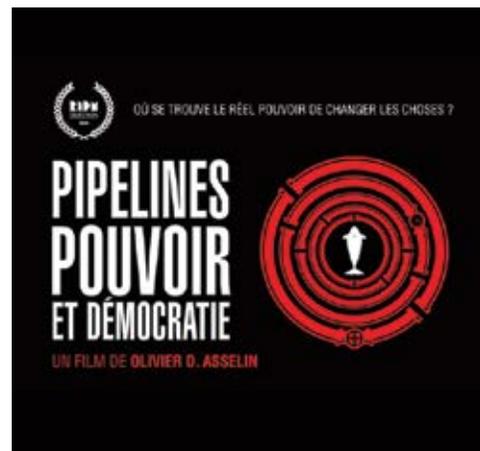
PIPELINES, POUVOIR ET
DÉMOCRATIE (ONF, 2015)

Des couloirs de l'Assemblée nationale, où se trouve le pouvoir parlementaire, aux actions militantes des organisations de défense de l'environnement, en passant par les coups d'éclat médiatiques de certains activistes, le réalisateur Olivier D. Asselin s'attache aux parcours de quatre individus qui, chacun avec ses tactiques d'intervention, montrent qu'il est encore possible aujourd'hui de changer les choses.

UN FILM D'OLIVIER D. ASSELIN | 88 MINUTES

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES

Mardi 28 février à 18 h 30



FILMS D'ANIMATION

16 ANS +

Laissez-vous surprendre par ce programme de films d'animation qui vous fera redécouvrir le plaisir de voir des dessins animés.

FILMS DE PLUSIEURS RÉALISATEURS | 109 MINUTES

BIBLIOTHÈQUE SAINT-HENRI

Dimanche 9 avril à 14 h



TESTAMENT ET MANDAT D'INAPTITUDE

Le Réseau Pro Bono présente une conférence d'information juridique sur le testament et le mandat d'inaptitude. À la fin de la séance, un participant aura droit à un testament gratuit, signé par un notaire.

BIBLIOTHÈQUE SAINT-HENRI
Mercredi 18 janvier à 18 h 30

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES
Mardi 7 mars à 10 h

MIEUX VIVRE AVEC LE PARKINSON

1 ADAPTATION AU MILIEU DE VIE

Cette conférence vous fera connaître les trucs et moyens permettant d'améliorer la sécurité, d'optimiser les capacités et de favoriser l'autonomie et le maintien à domicile des personnes vivant avec la maladie de Parkinson. Vous y apprendrez aussi les différents types d'aide à domicile qui sont offerts.

BIBLIOTHÈQUE SAINT-HENRI
Mercredi 22 février à 13 h 30

2 LA NUTRITION

Pour vous familiariser avec les spécificités nutritionnelles de la maladie de Parkinson. On vous expliquera le tableau de la valeur nutritive et l'étiquetage, de même que les conséquences de l'alimentation sur la maladie et la médication.

BIBLIOTHÈQUE SAINT-HENRI
Mercredi 22 février à 13 h 30

LES FROMAGES : UNE PASSION

Durant cette soirée, Luc Beauparlant, expert fromager, vous fera déguster quelques fromages. Il en profitera pour vous en dire un peu plus sur leur origine, leur production et leurs caractéristiques afin de vous donner quelques points de repère permettant de mieux apprécier votre prochaine dégustation de fromages.

BIBLIOTHÈQUE GEORGES-VANIER
Mardi 28 février à 19 h



CONFÉRENCE VOYAGE : HAWAII

Des plages sablonneuses bordées de palmiers et d'eau bleu turquoise aux paysages volcaniques austères, les îles hawaïennes présentent une faune et une flore riches et diversifiées. Nous vous proposons une visite des quatre plus grandes îles de l'archipel d'Hawaï afin de découvrir leurs plus beaux attraits.

CONFÉRENCE DONNÉE PAR ALAIN BENOIT

BIBLIOTHÈQUE MARIE-UGUAY
Mardi 14 mars à 18 h 30



ATELIER DE SEMIS

Préparation des semis d'intérieur avec Serge Quenneville, de l'Éco-quartier du Sud-Ouest (tomates, poivrons, piments, aubergines, oignons, poireaux, etc.). **Apportez vos contenants.**

Restez à l'affût pour d'autres activités à venir au fil de l'épanouissement de la grainothèque Georges-Vanier.

UNE GRAINOTHÈQUE, C'EST QUOI?

- Une collection de semences de plantes diverses (potagères, à fleurs et à fruits, fines herbes) à partager.
- Des documents et des formations sur la culture et la conservation des semences.
- Un lieu d'échanges sur le sujet avec les membres de la communauté.
- Un service gratuit et ouvert à tous!

COMMENT ÇA FONCTIONNE?

- Vous prenez un sachet de semence.
- Vous semez.
- Vous rapportez les graines de votre récolte pour les partager.

Le projet de la grainothèque Georges-Vanier est rendu possible grâce à un partenariat avec l'Éco-quartier du Sud-Ouest et le YMCA Pointe-Saint-Charles.

BIBLIOTHÈQUE GEORGES-VANIER
Jeudi 9 mars, de 11 h à 15 h



LE CONSENTEMENT AUX SOINS

Le Réseau Pro Bono de l'UQAM présente une conférence sur les règles entourant le consentement aux soins de santé, les droits des usagers et les régimes de protection.

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES
Mardi 21 mars à 10 h

L'IRLANDE : L'ÎLE ÉMERAUDE COMME MIROIR DU QUÉBEC

Lointaine et mystérieuse avec ses majestueux paysages et les brumes de l'Atlantique Nord, l'Irlande fait rêver depuis toujours. La verte île présente plusieurs similitudes avec le Québec. Cette conférence fera découvrir une Irlande moins lointaine et mystérieuse, mais tout aussi magique et chaleureuse que nous l'imaginons. Conférence donnée par Isabelle Matte, anthropologue.

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES
Mercredi 22 mars à 19 h

EXPOSITION : VIDÉO D'ART ACTUEL

L'exposition portative Dazibao propose, avec des œuvres diverses, de découvrir la vidéo actuelle et de réfléchir aux questions qu'elle soulève. Plutôt qu'un atelier didactique sur l'art contemporain, une approche intuitive permettra aux participants de prendre la parole et de poser leurs questions.

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES
Mardi 4 avril à 10 h

LE CHOCOLAT SOUS TOUS SES ASPECTS

Découvrez le chocolat sous tous ses aspects grâce à une conférence dynamique et épicurienne, où les connaissances seront accompagnées de découvertes gustatives délectables. Présentée par Danièle Lefebvre, psychologue industrielle et chocolatière, cette conférence vous permettra de vous délecter de chocolats « grands crus », tout en découvrant l'histoire, la culture, l'industrie, les anecdotes et les bienfaits du chocolat.

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES
Mercredi 5 avril à 19 h

CONFÉRENCES

PUNAISES DE LIT : À QUI LA FAUTE ?

Quels sont les responsabilités des propriétaires et les droits des locataires en cas d'infestation de punaises de lit? Conférence de Manuel Johnson, avocat aux Services juridiques communautaires de Pointe-Saint-Charles et Petite-Bourgogne.

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES

Mardi 18 avril à 10 h

MODE DE VIE ZÉRO DÉCHET

Comment minimiser notre empreinte écologique en adoptant un mode de vie zéro déchet? Danny Polifroni, de l'Éco-quartier du Sud-Ouest, propose des trucs pour réduire les déchets.

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES

Mardi 2 mai à 10 h

BACK TO BACH, OU L'INFLUENCE DE LA MUSIQUE CLASSIQUE SUR LA MUSIQUE POP

On a tendance à faire une coupure nette entre la musique classique et la musique populaire. Or, beaucoup de chansons pop ont été écrites à partir d'œuvres ou de procédés d'écriture classiques. Dans cette conférence, nous verrons, entre autres, comment le même prélude de Chopin a pu donner naissance à une chanson du groupe Radiohead, à une bossa-nova brésilienne, à un rap français et au thème d'un film des années 80. Surprises garanties! Conférence de Catherine Mathieu, musicologue.

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES

Mercredi 3 mai à 19 h

LES PROBIOTIQUES

Pour tout apprendre sur les probiotiques et leurs effets sur la santé. Les évidences cliniques de leurs bienfaits et leurs applications seront présentées par Guy Rousseau, professeur au Département de pharmacologie de l'Université de Montréal.

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES

Mardi 16 mai à 10 h

LEADERSHIP ET ÉCONOMIE CRÉATIVE

Dans notre monde de plus en plus complexe et changeant, nous avons besoin d'actualiser notre regard sur notre environnement. Être leader dans une société où les emplois pourraient disparaître au profit de robots implique de revoir complètement son rapport à l'autorité et au travail. Patrice Chessé, chargé de cours aux HEC Montréal, donne une conférence ludique qui fait réfléchir sur les conséquences des grands changements à venir et sur les façons d'y faire face.

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES

Mercredi 24 mai à 19 h

VOYAGE AU CŒUR DES MONTAGNES DU CAUCASE

Les églises et les monastères d'Arménie et de Géorgie, vieux de plusieurs centaines d'années et érigés sur des sites spectaculaires, racontent l'histoire de deux pays fertiles et vibrants de culture, enclavés et convoités par la Russie de l'Est et le Proche-Orient. Conférence présentée par Vivien Freedman.

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES

Mardi 30 mai à 10 h

ATELIERS

PARLEZ-VOUS FRANÇAIS ?

Vous souhaiteriez améliorer votre français parlé? Nous lançons un projet de séances de conversation en français dans un climat accueillant, à la bibliothèque. Nous recherchons aussi des bénévoles francophones voulant s'investir quelques heures par mois.

BIBLIOTHÈQUE GEORGES-VANIER

Dates et heures à déterminer

L'ENTRETIEN D'EMBAUCHE

ATELIER ANIMÉ PAR LE CENTRE SOCIAL D'AIDE AUX IMMIGRANTS (CSAI).

Tout ce que vous devez savoir sur l'entrevue d'embauche. Cet atelier interactif vous permettra de savoir comment répondre à certaines questions qui pourraient vous être posées. Nous aborderons également la thématique de la communication non verbale positive. Le tout se terminera par un exercice d'entrevue afin d'appliquer la théorie à une situation concrète.

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES

Mardi 21 février à 10 h

BIBLIOTHÈQUE GEORGES-VANIER

Jeudi 23 février à 10 h

RECHERCHE D'EMPLOI ET CURRICULUM VITÆ

ACTIVITÉ ANIMÉE PAR LE CENTRE SOCIAL D'AIDE AUX IMMIGRANTS (CSAI).

À cette rencontre, vous pourrez apprendre comment rédiger un curriculum vitæ et une lettre de motivation adaptés à votre parcours professionnel, à l'offre d'emploi qui vous intéresse et à l'entreprise à laquelle vous souhaitez offrir vos services. Différentes méthodes de recherche d'emploi seront également présentées.

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES

Mardi 9 mai à 10 h

BIBLIOTHÈQUE GEORGES-VANIER

Jeudi 11 mai à 10 h

MAILLE MAILLE... THÉ ET COMPAGNIE

Tricot libre pour tous et toutes. Apportez laine et aiguilles, le thé vous sera servi! Venez partager votre expérience tout en profitant de celle des autres participants. Atmosphère amicale et détendue, rires et plaisir assurés!

BIBLIOTHÈQUE GEORGES-VANIER

Les mercredis, du 4 janvier au 31 mai
de 13 h 30 à 15 h 30



JEUX

SUDOKU GÉANT

Venez résoudre des sudokus géants.

BIBLIOTHÈQUE MARIE-UGUAY

Du samedi 25 février au dimanche 12 mars



EXPOSITIONS ET CONCOURS

Les bibliothèques organisent souvent des expositions et des concours. Venez sur place pour les découvrir et participer aux concours du moment.

RECHERCHE DE BÉNÉVOLES

LIRE ET FAIRE LIRE

Les bibliothèques du Sud-Ouest sont à la recherche de bénévoles âgés de 50 ans et plus pour faire la lecture à de petits groupes d'élèves, dans le but de susciter le plaisir de la lecture chez l'enfant et de favoriser des liens intergénérationnels.

Communiquez avec votre bibliothèque de quartier.



HEURES D'OUVERTURE ET COORDONNÉES

BIBLIOTHÈQUE GEORGES-VANIER

JEUNES: 514 872-2002 ADULTES: 514 872-2001

2450, rue Workman LIONEL-GROULX

Samedi et dimanche	10 h à 17 h
Lundi	12 h à 18 h
Mardi	10 h à 20 h
Mercredi	13 h à 20 h
Jeudi et vendredi	10 h à 18 h

BIBLIOTHÈQUE MARIE-UGUAY

JEUNES: 514 872-4414 ADULTES: 514 872-4097

6052, boul. Monk MONK, AUTOBUS 36

Dimanche	12 h à 17 h
Lundi	10 h à 18 h
Mardi	13 h à 20 h
Mercredi	10 h à 20 h
Jeudi et vendredi	10 h à 18 h
Samedi	10 h à 17 h

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES

JEUNES: 514 872-3035 ADULTES: 514 872-3092

1050, rue d'Hibernia CHARLEVOIX

Dimanche	12 h à 17 h
Lundi	9 h à 18 h
Mardi et mercredi	13 h à 20 h
Jeudi et vendredi	9 h à 18 h
Samedi	10 h à 17 h

BIBLIOTHÈQUE SAINT-HENRI

514 872-2879

4707, rue Notre-Dame Ouest PLACE-SAINT-HENRI, AUTOBUS 36

Dimanche	12 h à 17 h
Lundi	10 h à 18 h
Mardi	13 h à 20 h
Mercredi	10 h à 20 h
Jeudi et vendredi	10 h à 18 h
Samedi	10 h à 17 h

MAISON DE LA CULTURE MARIE-UGUAY

514 872-2044

6052, boulevard Monk MONK, AUTOBUS 36

Dimanche	13 h à 17 h
Lundi	Fermée
Mardi et mercredi	13 h à 19 h
Jeudi	13 h à 18 h
Vendredi	13 h à 17 h
Samedi	13 h à 17 h



LES BIBLIOTHÈQUES ET LA MAISON DE LA CULTURE SERONT FERMÉES LES 16 ET 17 AVRIL ET LE 22 MAI.

SUIVEZ-NOUS SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX





ACADÉMIE SPORTIVE DE MONTRÉAL

BOXE / KARATÉ

5485, CHEMIN DE LA CÔTE-SAINT-PAUL
MONTRÉAL (QUÉBEC) H4C 1X3

514 935-8592

ACADEMIESPORTIVEMONTREAL.CA

WWW.ACADEMIESPORTIVEMONTREAL.CA

[f /ACADEMIE.SPORTIVE.MONTREAL](https://www.facebook.com/ACADEMIE.SPORTIVE.MONTREAL)



KARATÉ YOSHUKAN KARATÉ POUR TOUS!

- Parent-enfant, débutant, avancé, junior, adulte et instructeur.

KARATÉ ADAPTÉ TED ou mobilité réduite

TYPES:

- Traditionnel, kata, combat, armes, autodéfense, sportif et élite (compétitif).

Le karaté forme un meilleur caractère, inculque la discipline, augmente la confiance en soi, augmente la force et l'endurance, améliore la coordination, enseigne l'autodéfense, la courtoisie et la politesse, développe un meilleur état de conscience et enrichit le corps et l'esprit.

BOXE

JEUNES:

- Entraînement libre et compétition.

ADULTES:

- Compétition et mise en forme.

Le programme de boxe ASM est approuvé par la Fédération québécoise de boxe olympique. Il a été conçu spécifiquement afin d'offrir une méthode d'entraînement stimulante et enrichissante pour la mise en forme et la boxe sans contact. Pratiqué en toute sécurité, il augmente la vigueur et vise une meilleure forme physique. Conséquemment, la pratique de la boxe mise en forme développe une meilleure confiance et estime de soi. Enfin, l'Académie se veut un endroit qui rassemble des gens ayant besoin de se surpasser physiquement, tout en mettant de l'avant des valeurs d'égalité, de respect et d'harmonie.



ÂGE D'OR SAINT-CHARLES

2333, RUE MULLINS, 3^E ÉTAGE

514 872-4063

L'Âge d'or de Pointe-Saint-Charles offre des activités aux aînées et aînés de 50 ans et plus de l'arrondissement du Sud-Ouest depuis plus de 20 ans.

Parmi ces activités, on trouve : des soupers dansants, du bingo, des voyages, des jeux de cartes, des tournois de pétanque et de *shuffleboard*, des sorties, etc.

Toutes ces activités permettent de valoriser la place des aînées et aînés dans notre communauté, d'améliorer leur qualité de vie et de favoriser l'inclusion sociale.

**POUR TOUTE INFORMATION, VEUILLEZ
COMMUNIQUER DIRECTEMENT AVEC L'ORGANISME.**



ÂGE D'OR SAINT-HENRI

530, RUE DU COUVENT
MONTRÉAL (QUÉBEC) H4C 2R4

514 872-3828

L'Âge d'or Saint-Henri invite les personnes de plus de 50 ans à profiter d'une panoplie d'activités de loisirs : la danse, les soupers anniversaires, la chorale, les jeux de cartes, le billard, le bingo, les dîners bingo, les quilles et les jeux d'adresse.

De plus, si vous avez des idées de sorties ou de voyages, joignez-les aux nôtres.

Depuis une cinquantaine d'années, l'association amicale de l'Âge d'or Saint-Henri est un lieu de rencontres et d'échanges toujours à l'écoute des besoins et des suggestions de la communauté, pour améliorer son bien-être.

**QUE VOUS SOYEZ UN JEUNE ADULTE OU UN AÎNÉ PLEIN D'ENTRAIN,
NOUS VOUS ACCUEILLERONS AVEC JOIE!**





ÂGE D'OR SAINT-JEAN-DE-MATHA LE CERCLE D'AMITIÉ SAINT-JEAN-DE-MATHA DE MONTRÉAL

6841, RUE D'ARAGON, MONTRÉAL (QUÉBEC) H4E 2L8

514 767-6001

Nous sommes environ 75 membres, dont la moitié ont plus de 80 ans.

LE CLUB OUVRE SES PORTES TROIS JOURS PAR SEMAINE :

- De 13 h à 16 h, les lundis, mardis et mercredis.

Nous jouons à la pétanque, aux sacs de sable, au baseball-poches, aux cartes et au billard.

Nous faisons, avec un autre groupe, des voyages d'une fin de semaine à l'extérieur de Montréal.

En 1980, à l'église Saint-Jean-de-Matha, est fondé le club d'âge d'or Les Romanesques. Quelques années plus tard, ce nom change pour Le cercle d'amitié Saint-Jean-de-Matha.

LA CARTE DE MEMBRE COÛTE 5 \$

BIENVENUE À TOUTES ET À TOUS!

ÂGE D'OR SAINT-ZOTIQUE

75, RUE DU SQUARE-SIR-GEORGE-ÉTIENNE-CARTIER
MONTRÉAL (QUÉBEC) H4C 3A1

514 939-8033

ACTIVITÉS DU CLUB (DE SEPTEMBRE À MAI) :

- Tous les premiers lundis du mois, il y a un dîner où l'on fête les anniversaires du mois, suivi d'un bingo.
- Le mercredi après-midi, il y a des cours de danse en ligne.
- Tous les jours et soirs, il y a du billard.
- Tous les vendredis, il y a de la danse en ligne et sociale. Une fois par mois, les danses sont précédées d'un souper.



ÂGE D'OR CÔTE SAINT-PAUL

5550, RUE ANGERS
MONTRÉAL (QUÉBEC) H4E 1G5

514 872-4709

ACTIVITÉS :

- Billard, bingo, danse en ligne et soirées dansantes, jeux d'adresse (baseball-poches, pétanque) et jeux de cartes, soupers d'anniversaires.

Depuis l'automne 1967, l'Âge d'or Côte-Saint-Paul offre des activités sociales et divertissantes à des aînés de 50 ans et plus. Nous sommes environ 250 membres qui œuvrent à tromper l'ennui.

JOIGNEZ-VOUS À NOS ACTIVITÉS, TOUT LE MONDE EST BIENVENU!

LES AQUANAUTES DE MONTRÉAL

5485, CHEMIN DE LA CÔTE-SAINT-PAUL
MONTRÉAL (QUÉBEC) H4C 1X3

514 346-4781

AQUANAUTE@LESAQUANAUTES.COM / WWW.LESAQUANAUTES.COM



ACTIVITÉS :

- Enseignement de la plongée sous-marine (théorie et pratique), plongées d'épaves, en lac et sous glace, voyages et sorties de groupes, camp d'été (jeunes).
- Certifications reconnues par la Fédération québécoise des activités subaquatiques (FQAS) et la Professional Association of Diving Instructors (PADI).

Les Aquanautes de Montréal est une école de plongée sous-marine qui a pour but de vous mener là où vous serez éblouis par mille et une découvertes de coraux, d'épaves, de poissons...

OBJECTIFS :

- Promouvoir la plongée sous-marine auprès de la population, particulièrement dans la région du grand Montréal.
- Favoriser les activités de ce sport et la poursuite de l'excellence en ce domaine.

ASSOCIATION DES AÎNÉS ACTIFS DU SUD-OUEST

AAASO

5485, CHEMIN DE LA CÔTE-SAINT-PAUL
MONTRÉAL (QUÉBEC) H4C 1X3

514 872-3459

Depuis 30 ans, l'AAASO offre aux personnes de 50 ans et plus la possibilité d'améliorer leur forme physique en pratiquant des activités variées, respectant le budget de tous.

Ainsi, des cours d'aquaforme, d'aérobic, d'étirement, de Zumba, de tonus, de tai-chi et de Qi Gong ainsi que des activités de badminton et de *pickleball* sont offerts tout au long de l'année, dans une ambiance de camaraderie et de plaisir.

VENEZ VOUS METTRE EN FORME AVEC NOUS!



ASSOCIATION DE SOCCER DU SUD-OUEST DE MONTRÉAL

ASSOM

5485, CHEMIN DE LA CÔTE-SAINT-PAUL
MONTRÉAL (QUÉBEC) H4G 1X3

514 931-7778

ASSOM01@HOTMAIL.COM / WWW.SOCCERASSOM.COM

ACTIVITÉS:

- Cours de soccer (récréatif, compétition), académie de soccer, camp spécialisé.

L'ASSOM est un organisme à but non lucratif qui existe depuis 1999. Notre mission est de promouvoir le soccer dans l'arrondissement du Sud-Ouest de Montréal. Les membres de l'ASSOM sont âgés de 4 ans à 30 ans et plus. Les cours de soccer (intérieur et extérieur) sont donnés à longueur d'année. La plupart de nos membres sont des résidents de l'arrondissement du Sud-Ouest.



ASSOCIATION DES JEUNES DE LA PETITE-BOURGOGNE (YOUTH IN MOTION)



852, RUE SAINT-MARTIN
MONTRÉAL (QUÉBEC) H3J 1W7

TÉL.: 514 931-5510 • TÉLÉC.: 514 931-2282

LB.YOUTHINMOTION@GMAIL.COM / WWW.YOUTHINMOTION.NET

[f /YIM.BURGUNDY](https://www.facebook.com/YIM.BURGUNDY) [t /LBYOUTHINMOTION](https://www.twitter.com/LBYOUTHINMOTION)

ACTIVITÉS:

- Ateliers, basketball, soccer, production audio et vidéo, sorties, jeux de société, jeux vidéo PlayStation, nettoyage, cuisine, événements.

La mission de l'Association des Jeunes de la Petite-Bourgogne est de permettre à ces jeunes de s'affirmer, de faire des choix positifs dans la vie et d'atteindre leur plein potentiel.

Les ressources et services de l'Association des Jeunes de la Petite-Bourgogne sont offerts à tous les adolescents et jeunes adultes du quartier (11-25 ans), dont un grand nombre proviennent de familles monoparentales vivant sous le seuil de la pauvreté.

CADETS DE L'AIR ESCADRON 564 BLÉRIOT

75, RUE DU SQUARE-SIR-GEORGE-ÉTIENNE-CARTIER
MONTRÉAL (QUÉBEC) H4C 3A1

514 939-2565

PRESIDENT@CADETSAIR.CA / WWW.564BLERIOT.CA



ACTIVITÉS:

- Activités communautaires, art oratoire et leadership, camps d'été, marche de précision, musique, secourisme, survie en forêt, sports d'équipe, visites diverses, vol en planeur, etc.

La Ligue des cadets de l'air a pour mission de stimuler l'intérêt des jeunes âgés de 12 à 18 ans envers le domaine de l'aviation et de l'aérospatiale, de favoriser les aptitudes physiques et de contribuer au développement de citoyens responsables.

L'escadron 564 Blériot existe depuis plus de 60 ans. Nos cadets peuvent participer sans frais à une variété d'activités et de formations extrascolaires stimulantes et enrichissantes qui leur permettent d'acquérir des compétences de vie et de carrière telles que l'esprit d'équipe, le leadership et le civisme.

Le programme comprend, par exemple, des cours d'aéronautique, de communication, de navigation aérospatiale, de survie et de secourisme. De plus, nous offrons des camps d'été variés et gratuits d'une durée de deux, trois ou six semaines.

CADETS DE LA MARINE ROYALE CANADIENNE 06 VICTORY

NCSM DONNACONA
3525, RUE SAINT-JACQUES OUEST
MONTRÉAL (QUÉBEC) H4C 0A1

514 283-6517, POSTE 239

6MARINE@CADETS.GC.CA

[f](#) /CCMRC 06 VICTORY

[f](#) /RCSCC 06 VICTORY



ACTIVITÉS DE L'ANNÉE :

- Musique, leadership, matelotage (métier de marin), compétitions (musique, volleyball, tir à la carabine, orienteering, communication navale, quizz et secourisme), journées thématiques, activités nautiques (voile, canot, baleinière), camps d'été (deux, trois, six semaines) et autres.

POUR LES JEUNES DE 12 À 18 ANS.

Les inscriptions se font les samedis de 9 h à 16 h.

BILINGUE ET GRATUIT

CENTRE CULTUREL GEORGES-VANIER

2450, RUE WORKMAN
MONTRÉAL (QUÉBEC) H3J 1L8

514 931-2248

WWW.CCGV.CA / INFO@CCGV.CA

[f](#) /CCGVARTS [t](#) /CCGV

[YouTube](#) /CHANNEL/UCSBXYDWJVN9LRUGORNJOZW



ACTIVITÉS :

ARTS VISUELS

- Art et méditation, art de la marionnette, arts textiles, atelier de modèle vivant, dessin académique, gravure, pastel sec, peinture à l'huile.

DANSE

- Danse créative (de 2 à 5 ans), multidanse (de 6 à 8 ans), étreintes chorégraphiques, danse africaine.

MUSIQUE

- Éveil musical (de 2 à 4 ans), chant en groupe restreint (de 4 à 12 ans), ensemble vocal Les Voix-si, les Voix-là; leçons particulières : chant, flûte traversière, guitare, piano, violon, cours de musique individuel adapté.

Le Centre culturel Georges-Vanier est un organisme à but non lucratif dont la vocation est de faire la promotion et d'encourager le développement de la pratique artistique en amateur. Nous offrons une programmation riche et variée qui se compose de cours et d'ateliers en danse, en arts visuels et en musique, d'expositions et d'activités de médiation culturelle.

Les cours et les ateliers s'adressent autant aux enfants (dès 2 ans) qu'aux adultes et ils se déclinent en différentes formules. Le Centre culturel Georges-Vanier se présente d'abord comme une porte d'entrée sur les arts, mais également comme un lieu de création pour ceux et celles qui possèdent déjà des connaissances et qui cherchent à nourrir leurs pratiques artistiques et à poursuivre leurs apprentissages dans une atmosphère conviviale. En compagnie de nos professeurs, aussi inspirants que qualifiés, cultivez votre créativité au CCGV!

CENTRE COMMUNAUTAIRE DES FEMMES ACTIVES (CCFA)

4500, RUE SAINT-ANTOINE
MONTRÉAL (QUÉBEC) H4C 1E1

514 989-7320

CCAF@BELLNET.CA / FEMMESACTIVES.CA

[f](#) /CENTRE CCFA



ACTIVITÉS :

- **LUNDI APRÈS-MIDI**
Ateliers d'exercices doux.
- **MARDI**
Ateliers 2^e vie (artisanat, couture, peinture, tricot).
- **MERCREDI « JONGLEUR »**
Tout autre atelier (bingo, ciné, sorties, etc.).
- **JEUDI**
Déjeuner-causerie, avec ou sans invités.

LA MISSION DU CENTRE COMMUNAUTAIRE DES FEMMES ACTIVES CONSISTE À :

- Briser l'isolement et renforcer les compétences des femmes démunies de Saint-Henri et des quartiers environnants en offrant des services d'accueil, de soutien, de formation, d'échange, d'entraide et d'orientation, ainsi que des ateliers thématiques et des conférences;
- Soulager la pauvreté des femmes à faible revenu de Saint-Henri et des quartiers environnants en offrant divers programmes d'apprentissage tels que des ateliers de cuisine et des activités faisant participer les femmes au développement communautaire;
- Contribuer à une meilleure éducation des femmes à faible revenu de Saint-Henri et des environs en proposant des ateliers, des séminaires et divers programmes d'apprentissage favorisant le développement des compétences et des habiletés et permettant de participer au développement communautaire.

CENTRE D'INTÉGRATION À LA VIE ACTIVE

CIVA

525, RUE DU DOMINION, BUREAU 330
MONTRÉAL (QUÉBEC) H3J 2B4

514 935-1109

WWW.CIVA.QC.CA

 /CIVAQC



ACTIVITÉS:

- Cours d'art, CIVART+, boccia, yoga, danse théâtrale, etc.

Au Centre d'intégration à la vie active (CIVA), nous nous employons avec énergie à améliorer la qualité de vie de centaines de citoyens ayant un handicap physique, de Montréal et des environs. Afin de réaliser sa mission et de mieux promouvoir un mode de vie sain et actif, le CIVA propose des activités principalement dans le cadre de programmes de développement personnel, culturel, physique et d'intégration sociale.

CENTRE RÉCRÉATIF, CULTUREL ET SPORTIF (CRCS) ST-ZOTIQUE

75, RUE DU SQUARE-SIR-GEORGES-ÉTIENNE-CARTIER
MONTRÉAL (QUÉBEC) H4C 3A1

514 935-2001

WWW.CRCSSTZOTIQUE.CA / CENTRE@CRCSSTZOTIQUE.CA

 /CRCS.STZOTIQUE (CRCS ST-ZOTIQUE)

 /CRCS.JEUNESSE (CRCS JEUNESSE)



Le CRCS St-Zotique a pour mission de gérer un centre communautaire et de loisirs offrant une large gamme d'activités récréatives, sportives et culturelles à la population du quartier de Saint-Henri. Il soutient également les organismes à but non lucratif, notamment par une offre privilégiée de locaux, grâce à son bâtiment qui compte deux gymnases et pas moins de 30 locaux polyvalents répartis sur 3 étages. Il est à noter que certaines de ses activités se tiennent dans les gymnases de l'école secondaire Saint-Henri.

Afin de maximiser l'utilisation de ces installations, le CRCS St-Zotique propose une riche programmation que l'on peut consulter sur son site Web. Que ce soit pour des activités tarifées ou gratuites, l'inscription en ligne se fait aisément.

ACTIVITÉS ADULTES

- **Cours spécialisés** : amateurs de vins – soirées découvertes, arts visuels, badminton, entraînement en circuit, espagnol, karaté, viniyoga, Zumba.
- Location de gymnase pour activités sportives.

ACTIVITÉS JEUNESSE

- **Activités jeunesse** (mixtes et gratuites, de septembre à mai, inscription requise) : jeux en gymnases (6-12 ans), Club 6-12 ans, Café jeunesse, sports 13-17 ans.
- **Cours spécialisés** (de 5 à 17 ans) : karaté, danse hip-hop.

CAMPS DE JOUR

- Semaine de relâche et durant l'été.



CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON CLMP

5550, RUE ANGERS
MONTRÉAL (QUÉBEC) H4E 4A5

514 769-2741

WWW.CENTREMGRPIGEON.COM

CENTREMGRPIGEON@VIDEOTRON.CA



Le Centre de loisirs Monseigneur Pigeon est un centre communautaire présent dans l'arrondissement du Sud-Ouest depuis 1958. Sa programmation d'activités sportives, artistiques et culturelles est offerte à une clientèle variée. Le Centre organise également plusieurs événements (Halloween, fête de Noël, brunch du temps des sucres), coordonne deux camps de jour et réalise des projets d'animation aux parcs Campbell-Ouest et Ignace-Bourget. Voici les activités offertes pour la session d'hiver 2017 :

ACTIVITÉS POUR LES 3 À 5 ANS :

- Club multisports, danse expression, Petite École*
*halte garderie du lun. au ven., de 9 h à 13 h.

ACTIVITÉS POUR LES 5 À 12 ANS :

- Badminton, basketball, cirque, club multisports, cuisine, danse, escalade, hockey-cosom, impro-théâtre, kinball, peinture, science, soccer.

ACTIVITÉS POUR LES 13 À 17 ANS :

- Jeunesse 2000 - **Du mardi au vendredi, de 18 h à 21 h 30.**
(accès exclusif aux adolescents).



ACTIVITÉS POUR ADULTES ET ÂÎNÉS :

- Badminton, conditionnement physique, dessin, espagnol, pilates, tai-chi, volleyball, yoga, zumba.

ACTIVITÉS PARENTS-ENFANTS :

- Badminton, escalade, programme de psychomotricité (de 18 mois à 5 ans), yoga, zumba.

CAMPS DE JOUR :

- Semaine de relâche et durant l'été.

PLUSIEURS POINTS DE SERVICE :

- Centre de loisirs Monseigneur Pigeon, Complexe récréatif Gadbois et écoles Notre-Dame-du-Perpétuel-Secours, Dollard-des-Ormeaux et Victor-Rousselot.



CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE

CSPB

1825, RUE NOTRE-DAME OUEST
MONTRÉAL (QUÉBEC) H3J 2Y4

TÉL.: 514 932-0800 • TÉLÉC.: 514 932-1885

WWW.CSPB.CA



CENTRE SPORTIF
DE LA PETITE-BOURGOGNE

Le Centre sportif de la Petite-Bourgogne est un organisme à but non lucratif inauguré le 22 septembre 1997 et qui a pour mission de contribuer à la santé et au bien-être des gens de la communauté en offrant une programmation variée et accessible composée d'activités de sport et de loisir pratiquées dans un contexte sécuritaire.

Le Centre offre une foule d'activités sportives et récréatives s'adressant à des clientèles de tous âges allant des tous petits aux aînés.

Outre ses activités régulières, le Centre anime les parcs de quartier avec des activités hivernales et estivales.

ACTIVITÉS EN SALLE :

- **PARENTS-ENFANTS**: conditionnement physique, psychomotricité
- **ENFANTS**: Arts martiaux, danse
- **ADULTES**: Arts martiaux, conditionnement physique, yoga
- **AÎNÉS**: Conditionnement physique

ACTIVITÉS AQUATIQUES :

- **PARENTS-ENFANTS**: Conditionnement physique aquatique, natation
- **ENFANTS**: Cours de natation
- **ADULTES**: Conditionnement physique aquatique et Natation
- **AÎNÉS**: Conditionnement physique aquatique
- Bain libre Adultes et pour tous

CAMPS DE JOUR :

- Semaine de relâche et durant l'été.

CLUB LES ARCHERS DU SUD-OUEST DE MONTRÉAL

COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS
5485, CHEMIN DE LA CÔTE-SAINT-PAUL
MONTRÉAL (QUÉBEC) H4C 1X3

514 751-2465

Notre mission est de promouvoir le tir à l'arc et d'initier les personnes intéressées à ce sport passionnant.

La première soirée est gratuite et un cours d'initiation vous est offert. Si vous désirez poursuivre, vous devez devenir membre.

NOS ACTIVITÉS SE TIENNENT LES MARDIS ET JEUDIS :

- De 19 h à 20 h pour les jeunes (8 ans et plus) et les familles.
- De 20 h à 21 h 30 pour les adultes.

Les équipements du Club sont à la disposition des membres sans frais.

Le jeudi, il y a possibilité de tir sur des cibles 3D (des restrictions s'appliquent).

HIVER / PRINTEMPS 2017

CLUB AQUATIQUE DU SUD-OUEST

CASO



5485, CHEMIN DE LA CÔTE-SAINT-PAUL,
MONTRÉAL (QUÉBEC) H4C 1X3

514 802-7442

WWW.CASO-MONTREAL.COM / MTL.CASO@GMAIL.COM

[f](#) /CASO MONTRÉAL

LE CASO, CRÉÉ EN 2003, A POUR MISSION :

- De rendre accessibles des sports aquatiques de qualité (natation, plongeon, nage synchronisée, water-polo, sauvetage sportif), pour tous les jeunes désirant y participer;
- D'offrir un programme d'entraînement récréatif comprenant un volet compétitif;
- De créer un esprit d'équipe dynamique;
- D'inspirer un sentiment d'appartenance à un groupe social;
- De développer l'excellence et de contribuer au bien-être de la population du Sud-Ouest.

Des cours de natation pour les 4 mois à 99 ans, des cours de mise en forme pour adultes, des formations et requalifications pour devenir sauveteurs et moniteurs de sécurité aquatique sont offerts.

CLUB D'ESCRIME GADBOIS

COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS
5485, CHEMIN DE LA CÔTE-SAINT-PAUL
MONTRÉAL (QUÉBEC) H4C 1X3

WWW.ESCRIMEGADBOIS.CA

[f](#) /ESCRIMEGADBOIS



ACTIVITÉS :

- Cours d'escrime (fleuret et épée) pour tous les âges et tous les niveaux.

Le club d'escrime Gadbois, créé en 1999 sous la direction de M. Carol Sigouin et en partenariat avec la Ville de Montréal, est enregistré comme organisme à but non lucratif.

S'il a pour mission de promouvoir l'escrime dans le Sud-Ouest de Montréal, il veut surtout permettre à tous d'exercer ce magnifique sport en maintenant les coûts au plus bas.

Gabriel Otet en est le directeur technique et donne les cours.



CLUB DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE GADBOIS

155, AVENUE GREENE, 2^E ÉTAGE (MARCHÉ ATWATER)
MONTRÉAL (QUÉBEC) H4C 2H6

514 872-3043

GYMGADBOIS.COM

 /GYMGADBOIS



Depuis bientôt 40 ans, le club de gymnastique artistique Gadbois permet aux jeunes de développer leurs habiletés et leur force physique par l'initiation à la gymnastique artistique.

Pour les enfants âgés de 18 mois à 3 ans, des cours où un parent participe sont mis sur pied. Dès 3 ans, nous offrons des cours où l'enfant est seul, pour les secteurs récréatif et compétitif, ce qui permet aux gymnastes de tous les niveaux de s'épanouir. Les participants sont initiés à tous les appareils gymniques, selon leurs capacités. Le sol, la poutre, les barres et le trampoline sont des appareils sur lesquels les gymnastes peuvent travailler.

CLUB DE PATINAGE ARTISTIQUE

(CPA) GADBOIS

5485, CHEMIN DE LA CÔTE-SAINT-PAUL,
MONTRÉAL (QUÉBEC) H4C 1X3

514 934-1312

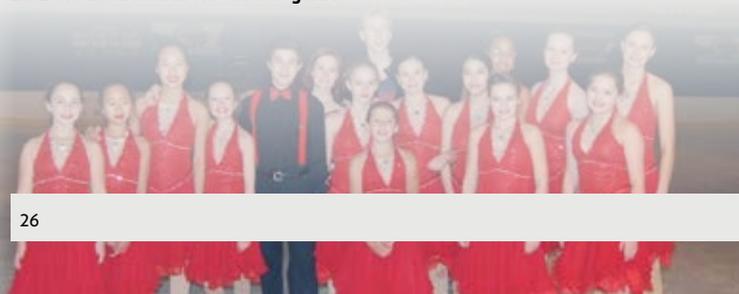
WWW.CPAGADBOIS.CA / WWW.CPAGADBOIS.CA

 /PATINAGE GADBOIS



Le CPA Gadbois offre des cours de patinage artistique et des cours de patinage de base à l'aréna Sylvio-Mantha. En groupe ou en privé, les cours sont donnés par des entraîneurs certifiés par Patinage Canada. Que votre enfant souhaite apprendre à patiner ou qu'il veuille s'exercer et se perfectionner en patinage artistique, le CPA Gadbois lui offre un milieu de vie convivial qui lui permettra de développer ses habiletés.

En 2017 aura lieu la Revue sur glace!



CLUB D'HALTÉROPHILIE LES GÉANTS DE MONTRÉAL



COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS
5485, CHEMIN DE LA CÔTE-SAINT-PAUL
MONTRÉAL (QUÉBEC) H4C 1X3

514 933-1634

WWW.GYMLESGEANTS.COM / INFO@GYMLESGEANTS.COM

 /GEANTSHALTEROPHILIE

MUSCULATION:

 /GEANTSMTL

ACTIVITÉS:

- Haltérophilie et musculation

Depuis 1986, notre mission est de promouvoir l'haltérophilie auprès des jeunes de l'arrondissement du Sud-Ouest et de développer la pratique de ce sport chez ces derniers. Par l'activité de musculation, nous avons aussi pour objectif d'améliorer la qualité de vie des citoyens du Sud-Ouest.

CLUB DE PATINAGE DE VITESSE MONTRÉAL GADBOIS



CPVMG

COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS, ARÉNA SYLVIO-MANTHA
5485, CHEMIN DE LA CÔTE-SAINT-PAUL
MONTRÉAL (QUÉBEC) H4C 1X3

WWW.CPVGADBOIS.COM / CPVGADBOIS@GMAIL.COM

TYPE D'ACTIVITÉS:

- Cours de patinage de vitesse, pour les jeunes âgés de 3 ans et plus.

Le Club a pour but de promouvoir la discipline du patinage de vitesse depuis 1985. Les valeurs prônées sont : le respect de soi et des autres, l'entraide et le dépassement de soi.

Le club de patinage de vitesse permet aux jeunes d'évoluer dans un sport hors de l'ordinaire. Du niveau « école de patin » au groupe Élite, composé de la relève, nos entraîneurs font vivre une expérience hors du commun à tous les jeunes.

Voici la chance de pratiquer un sport et de participer à des compétitions! Mais le plus important, c'est le plaisir que chaque patineuse ou patineur éprouve à pratiquer son sport favori.

CORPORATION L'ESPOIR



55, AVENUE DUPRAS, LOCAL 511
LASALLE (QUÉBEC) H8R 4A8

TÉL.: 514 367-3757 • TÉLÉC.: 514-367-0444

WWW.CORPORATIONESPOIR.ORG / INFO@CORPORATIONESPOIR.ORG

ACTIVITÉS, SERVICES ET PROGRAMMES:

PARTICIPATION:

- Quilles, aérobic.

INTÉGRATION:

- Sorties et activités socioculturelles, fins de semaine de plein air thématiques, portes ouvertes (activités pour personnes vieillissantes), sorties du dimanche, groupe d'amis, danse disco.

ADAPTATION:

- Dimanches enjoués (activités pour enfants et personnes multihandicapés).

ÉDUCATION:

- Programme d'apprentissage à la vie autonome, suivi en appartement.

SOUTIEN À L'ACTION:

- Accueil et orientation, gardiennage et accompagnement, service de soutien à la famille et défense des droits.

CAMP DE JOUR:

- **Camps de jour estivaux adaptés aux personnes âgées de 5 à 75 ans.**

La Corporation L'Espoir est un organisme à but non lucratif offrant depuis 40 ans des services de qualité et adaptés aux personnes présentant une déficience intellectuelle et/ou un trouble du spectre de l'autisme, ainsi qu'à leur famille.



DJ SPORTS CLUB

525, RUE DU DOMINION, LOCAL 201
MONTRÉAL (QUÉBEC) H3J 2B4

514 373-8146

JDEXTER.ORG

ACTIVITÉS POUR JEUNES ET ADULTES:

- Basketball (entraînement et ligue).

ACTIVITÉS JEUNESSE:

- Aide aux devoirs, cours de cuisine, cours d'informatique.

JUDO BUSHIDOKAN



2390, RUE RYDE, MONTRÉAL (QUÉBEC) H3K 1R6

514 935-9666

[f /ECOLEDEJUDOBUSHIDOKAN](https://www.facebook.com/ECOLEDEJUDOBUSHIDOKAN)

ACTIVITÉ POUR JEUNES ET ADULTES:

- Judo

HOCKEY SUD-OUEST

HSO

COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS
5485, CHEMIN DE LA CÔTE-SAINT-PAUL
MONTRÉAL (QUÉBEC) H4C 1X3

514 937-2041

WWW.HOCKEYSUDOUEST.CA

[f /HOCKEYSUDOUEST](https://www.facebook.com/HOCKEYSUDOUEST)



TYPE D'ACTIVITÉS:

- Hockey

LA MISSION DE HSO EST:

- D'offrir du hockey aux enfants des quartiers de Ville-Émaré, Saint-Henri, Pointe-Saint-Charles, Côte-Saint-Paul, Petite-Bourgogne et Griffintown, en partenariat avec la Ville de Montréal et la Fédération québécoise de hockey sur glace.
- De promouvoir un code d'éthique pour les joueurs, les parents ainsi que les entraîneurs et les administrateurs.
- D'accueillir les parents et les joueurs, de toutes classes sociales, dans notre grande famille.

JUDO MONDE



COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS
5485, CHEMIN DE LA CÔTE-SAINT-PAUL
MONTRÉAL (QUÉBEC) H4C 1X3

514 935-3030

CLUBJUDOMONDE@GMAIL.COM / WWW.JUDOMONDE.COM

ACTIVITÉS:

- Judo

Le judo étant un art martial, nous véhiculons, à part l'aspect physique, une philosophie axée sur des valeurs telles que le respect, la discipline et la persévérance. Le tout se déroule dans une atmosphère détendue et amicale.

Le club est un organisme à but non lucratif qui offre depuis plus de 25 ans des cours pour tous dès l'âge de 4 ans.

COURS D'ESSAI GRATUIT



LOISIRS SAINT-CHARLES

1055, RUE D'HIBERNIA
MONTRÉAL (QUÉBEC) H3K 2V3

514 872-1289

 /LOISIRS ST-CHARLES



L'équipe des Loisirs Saint-Charles travaille d'arrache-pied afin d'offrir des activités et un camp de jour dont bénéficient plusieurs enfants du quartier de Pointe Saint-Charles.

Durant l'année scolaire, les enfants ont accès gratuitement à des activités culturelles, sportives et sociales! Ils peuvent ainsi faire du sport, participer à des activités parascolaires et, surtout, avoir un endroit sécuritaire dans le quartier pour se retrouver. Durant l'été, un camp de jour est offert à un prix modique.

ACTIVITÉS SPORTIVES:

- Athlétisme, badminton, basket, hockey-cosom, soccer, ultimate frisbee.

ACTIVITÉS CULTURELLES:

- Cinéma, Petits Cuistots, Danse Hip Hop, Improvisation.

CAMPS DE JOUR

- Semaine de relâche et durant l'été.

SUIVEZ-NOUS SUR FACEBOOK POUR CONNAÎTRE NOTRE PROGRAMMATION.

MAISON DES JEUNES DE POINTE SAINT-CHARLES L'ADO ZONE

1850, RUE GRAND TRUNK
MONTRÉAL (QUÉBEC) H3K 1M3

514 937-9655

ADOZONEPSC@VIDEOTRON.CA

 /ADO ZONE PSC

 /CHRISTIAN MAGOON POIRIER



ACTIVITÉS:

- Du loisir sous toutes ses formes – des ateliers de cuisine, des soirées thématiques, de l'improvisation, des projets spéciaux (photo, cinéma), des jeux de table, des sorties à l'extérieur et plus encore!

La Maison des jeunes de Pointe Saint-Charles, mise sur pied en 1984, a comme mandat de tenir un lieu de rencontre animé où les jeunes âgés de 11 à 17 ans, au contact d'adultes significatifs, peuvent devenir des citoyens critiques, actifs et responsables.

HORAIRE:

- Du lundi au jeudi, de 15 h 30 à 21 h

LOISIRS SAINT-HENRI

530, RUE DU COUVENT
MONTRÉAL (QUÉBEC) H4C 2R9

TÉL.: 514 872-2334 • TÉLÉC.: 514 872-8760

INFO@LOISIRSSAINT-HENRI.ORG

WWW.LOISIRSSAINT-HENRI.ORG



NOS ACTIVITÉS:

POUR LES ENFANTS:

- Athlétisme, cirque, danse, échecs et hockey-cosom.

POUR LES ADULTES:

- Hockey-cosom.

LOCATION DE GYMNASES:

- Basketball, badminton, hockey-cosom, soccer, soccer bulle et volleyball.

NOTRE MISSION:

Les Loisirs Saint-Henri sont fiers d'offrir depuis 1996 des activités de qualité et à moindre coût à la population du quartier de Saint-Henri et des environs.

NOS PRINCIPAUX OBJECTIFS:

- Offrir des activités de loisirs aux jeunes de 4 à 12 ans pendant les vacances estivales.
- Offrir à la population de Saint-Henri une programmation variée d'activités de loisirs.
- Promouvoir les échecs dans l'arrondissement du Sud-Ouest.
- Rendre accessibles des gymnases pour des groupes sportifs organisés.

De plus, nous offrons gratuitement des cours parascolaires d'échecs dans trois écoles du quartier.

11^e édition ÉCHECS EN PLEIN AIR



RENDEZ-VOUS AU MARCHÉ ATWATER,
AUX ABORDS DU CANAL LACHINE
DU 20 MAI AU 24 SEPTEMBRE 2017

L'activité est ouverte à tous, tant aux amateurs
d'échecs qu'aux gens qui désirent s'initier.



MAISON DES JEUNES L'ESCOMPETTE

525, RUE DU DOMINION, LOCAL 100
MONTRÉAL (QUÉBEC) H3J 2B4

514 933-9943

MDJESCOMPETTE@GMAIL.COM

NOTRE ORGANISME EST ÉGALEMENT JOIGNABLE SUR FACEBOOK!



TYPES D'ACTIVITÉS:

- Cours de danse, aide aux devoirs, ateliers de cuisine, sorties, activités culturelles, sportives et éducatives.

Située dans la Petite-Bourgogne, la Maison des jeunes L'Escampette est un centre multiculturel où se rencontrent des adolescents de 12 à 17 ans.

L'Escampette cherche à enrichir le bagage de chaque jeune qui franchit sa porte et à l'accompagner dans son cheminement de citoyen responsable en devenant responsable de soi, des autres et de son milieu de vie.

Nous proposons aux jeunes de participer activement à la vie de la communauté qui les entoure, tout en les encourageant à prendre part à nos nombreux projets et activités afin d'apprendre à se connaître mieux et de développer de nouvelles habiletés et passions.

Nous tentons de leur offrir des modèles positifs d'implication citoyenne, que ce soit par des débats engagés, des ateliers de sensibilisation ou des initiations aux travaux de rénovation, pour encourager leur autonomie. Nous les encourageons aussi à participer à nos initiatives communautaires, tant en matière de tournois sportifs que de projets de revalorisation du quartier où ils vivent.

HORAIRE:

- Du lundi au vendredi, de 15 h 15 à 20 h

MAISON DE JEUNES OPÉRATION JEUNESSE RADOACTIF

5785, BOULEVARD MONK
MONTRÉAL (QUÉBEC) H4E 3H2

514 303-8900

COORDO@MDJRADOACTIF.COM / WWW.MDJRADOACTIF.COM

[f](https://www.facebook.com/MDJ.RADOACTIF) /MDJ.RADOACTIF



La Maison de Jeunes RadoActif existe dans le quartier d'Émard depuis près de 20 ans. La MDJ est un milieu de vie pour les adolescents de 12 à 17 ans : ceux-ci peuvent s'y rassembler, socialiser avec leurs pairs et rencontrer des adultes qui seront significatifs dans leur vie.

Les intervenants qualifiés de notre organisme ont à la fois un rôle d'animateur et d'intervenant. C'est donc par des projets et des activités animés que nous éduquons les jeunes par rapport à différentes problématiques qui peuvent les préoccuper. RadoActif est bien plus qu'un simple local pour les jeunes! L'équipe d'intervention sur place les accueille et les accompagne dans leur besoin du moment.

Nos interventions auprès des jeunes sont professionnelles et visent à développer les compétences et les habiletés dont ils auront besoin pour devenir des adultes pleinement épanouis. Nous avons une influence positive sur l'avenir des jeunes et c'est un travail qui nous tient à cœur!

MAISON DES JEUNES LA GALERIE

3643, RUE NOTRE-DAME OUEST
MONTRÉAL (QUÉBEC) H4C 1P6

514 933-6404

LAGALERIE@BELLNET.CA / WWW.MDJLAGALERIE.COM

[f](https://www.facebook.com/MDJ.LA.GALERIE) /MDJ.LA.GALERIE



La Maison des jeunes La Galerie est un organisme communautaire autonome, solidement ancré dans le quartier de Saint-Henri depuis 1980. C'est un milieu de vie pour les jeunes de 11 à 18 ans, de Saint-Henri et des environs.

Encadrés par des animateurs, les jeunes prennent en charge leur temps de loisir; ils organisent des activités pédagogiques, sportives, artistiques et récréatives, ou y prennent part. Nous favorisons ainsi la participation des jeunes à l'exercice des responsabilités concernant l'organisation et le fonctionnement d'une maison de jeunes et aux prises de décisions touchant les activités.

La mission de La Maison des jeunes La Galerie est d'offrir un lieu ouvert, accessible et qui facilite la rencontre de jeunes de St-Henri âgés entre 11 et 18 ans. Ces derniers ont la possibilité de créer des liens entre eux et avec des adultes, afin de favoriser leur autonomie et le développement de leur plein potentiel.

HORAIRE:

- Mardi, de 18 h à 20 h 30
- Mercredi, de 15 h à 20 h 30
- Jeudi et vendredi, de 15 h à 21 h

OUVERT AUSSI CERTAINES FINS DE SEMAINE.

MILIEU ÉDUCATIF LA SOURCE

75, RUE DU SQUARE-SIR-GEORGE-ÉTIENNE-CARTIER
MONTRÉAL (QUÉBEC) H4C 3A1

514 931-4089

INFO@MILIEUEDUCATIFLASOURCE.ORG
WWW.MILIEUEDUCATIFLASOURCE.ORG

[f](https://www.facebook.com/MILIEUEDUCATIFLASOURCE) /MILIEUEDUCATIFLASOURCE



ACTIVITÉS:

- Soutien scolaire (aide aux devoirs), ateliers dirigés et activités éducatives libres.

CLIENTÈLE:

- Jeunes du quartier de Saint-Henri et des environs.
VOLET PRIMAIRE: de la 3^e à la 6^e année.
VOLET SECONDAIRE: toutes les années.

Le Milieu éducatif La Source est un organisme de soutien éducatif communautaire qui a pour mission de contribuer à l'épanouissement des jeunes en milieu défavorisé, en favorisant leur développement personnel, scolaire et social, dans une perspective de lutte contre le décrochage scolaire.

Depuis 1991, La Source se veut un lieu privilégié où les enfants sont encouragés et valorisés non seulement dans l'atteinte des résultats, mais également dans la participation, l'effort et l'investissement de soi. Une approche détendue, dans un environnement éducatif complémentaire aux milieux familial et scolaire, permet aux jeunes de créer des liens significatifs entre eux et avec les intervenants.

Tous les jours, on fait d'abord les devoirs et les leçons, puis des activités diversifiées (arts plastiques, cuisine, informatique, musique, sciences, etc.) permettent aux jeunes de découvrir de nouveaux intérêts et de vivre des réussites significatives.

LES SCIENTIFINES

525, RUE DU DOMINION, BUREAU 200
MONTRÉAL (QUÉBEC) H3J 2B4

TÉL.: 514 938-3576 • TÉLÉC.: 514 938-0188

SCIENTIFINES@QC.AIRA.COM / SCIENTIFINES.COM

[NOUS SOMMES AUSSI SUR FACEBOOK.](#)



Nous offrons de l'aide aux devoirs ainsi que des ateliers de sciences pour les filles de 8 à 12 ans et de 12 à 17 ans.

L'association Les Scientifines a pour mission principale de susciter un intérêt pour les sciences et la technologie chez les jeunes filles des quartiers du Sud-Ouest de Montréal, afin de leur permettre de développer diverses compétences qui leur serviront tout au long de leur vie.



98^e GROUPE SCOUT SAINT-JEAN-DE-MATHA

6821, RUE D'ARAGON
MONTRÉAL (QUÉBEC) H4E 2L8
(SOUS-SOL DE L'ÉGLISE SAINT-JEAN-DE-MATHA)

98E.SJM@GMAIL.COM



Tisse des amitiés solides et donne un coup de main à ta communauté pour des projets d'entraide qui changent les choses. Deviens un expert des sports en plein air! Viens te dépasser, te surprendre, te dépenser! Choisis tes défis: escalade, survie en forêt, longues randonnées, canot-camping, camping d'hiver... Tout est possible!

NOTRE MISSION:

Fournir du scoutisme de qualité aux jeunes des quartiers de Ville-Émard et de Côte-Saint-Paul. Nous avons des unités mixtes dans tous les groupes d'âge, de 7 à 17 ans. Notre équipe d'animateurs et de gestionnaires se dévoue pour les jeunes du quartier.

Venez nous rencontrer!

HORAIRE:

- Vendredi soir, de 18 h 30 à 21 h

95^e GROUPE SCOUT SAINT-ZOTIQUE

4561, RUE NOTRE-DAME OUEST
MONTRÉAL (QUÉBEC) H4C 1S3
(SOUS-SOL DE L'ÉGLISE SAINT-ZOTIQUE)

514 932-3634

95STZOTIQUE.WEBS.COM

[f](#) /GROUPE SCOUT 95E ST-ZOTIQUE



ACTIVITÉS:

- Scoutisme

Depuis 65 ans, le groupe accueille des jeunes ayant envie de faire partie d'une gang et de se réunir avec leurs amis deux heures par semaine, tout en s'amusant, en participant à diverses activités et en se lançant des défis. Si votre jeune a envie de tenter l'aventure en camp et de vivre des expériences inoubliables, comme faire une marche aux flambeaux, coucher à la belle étoile ou conduire un canot, il saura trouver ce qu'il cherche au sein du mouvement scout.

Les jeunes de 7 à 17 ans, garçons et filles, de l'arrondissement du Sud-Ouest sont les bienvenus.

Venez faire un tour!

YMCA POINTE-SAINT-CHARLES

255, AVENUE ASH, MONTRÉAL (QUÉBEC) H3K 2R1

514 935-4711

YMCAQUEBEC.ORG

[f](#) /YMCA POINTE-SAINT-CHARLES



TYPES D'ACTIVITÉS:

COURS DE GROUPE (12 ANS +):

- Bosu, boxe, camp d'entraînement, cardio cycle, cardio tonus, conditionnement physique, marche extérieure, pilates, Qi Gong, tai-chi, tonus en douceur, tonus parent bébé, yoga et Zumba.

SPORTS (12 ANS +):

- Badminton, basketball, soccer, hockey et gymnase libre.

SPORTS ET LOISIRS - ACTIVITÉS PARENT-BÉBÉ ET FAMILLE:

- Présco gym (de 6 mois à 5 ans), cirque (de 3 à 12 ans), soccer récréatif (de 5 à 12 ans).

Les YMCA du Québec sont un organisme de bienfaisance qui a pour mission de bâtir des communautés plus fortes en offrant des occasions d'épanouissement et de vie active, saine et engagée pour tous. Nos valeurs sont l'inclusion, la collaboration, l'engagement, la bienveillance, l'excellence et le respect.

Présent dans sa communauté depuis 1979, le YMCA Pointe-Saint-Charles dessert Le Sud-Ouest de Montréal et travaille en étroite collaboration avec les écoles, les tables communautaires, la Ville de Montréal ainsi que de nombreux groupes et organismes locaux qui participent depuis longtemps à la vie de quartier.

VEUILLEZ NOTER QUE L'INFORMATION DISPONIBLE
DANS LE PRÉSENT DOCUMENT N'EST PAS EXHAUSTIVE
ET POURRAIT CHANGER.

ACTIVITÉS SPORTS ET LOISIRS

INSCRIPTIONS

Les inscriptions débutent en général à la fin août pour la session d'automne et à la fin décembre pour la session d'hiver. Il est cependant possible de s'inscrire en tout temps pour plusieurs activités dépendamment des places disponibles.

Communiquez directement avec l'organisme responsable de l'activité pour connaître les modalités d'inscription et de paiement, les tarifs applicables, ainsi que les politiques d'annulation et de remboursement en vigueur.

Une pièce d'identité et une preuve de résidence peuvent être exigées au moment de l'inscription.

PARENTS ET ENFANTS



ACTIVITÉS RÉCRÉATIVES

- CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON

ARTS MARTIAUX ET SPORTS DE COMBAT

- ACADÉMIE SPORTIVE DE MONTRÉAL (boxe et karaté)
- JUDO MONDE

ARTS VISUELS

- YMCA POINTE-SAINT-CHARLES

BADMINTON

- CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON
- CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE
- COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

CIRQUE

- LOISIRS SAINT-HENRI
- YMCA POINTE-SAINT-CHARLES

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

- CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON
- CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE
- YMCA POINTE-SAINT-CHARLES

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE AQUATIQUE

- CLUB AQUATIQUE DU SUD-OUEST
- CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE

DANSE

- CENTRE CULTUREL GEORGES-VANIER

ESCALADE

- CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON

GYMNASTIQUE ARTISTIQUE

- CLUB DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE GADBOIS

NATATION

- CLUB AQUATIQUE DU SUD-OUEST
- CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE

SPORTS COLLECTIFS

- LOISIRS SAINT-CHARLES

TIR À L'ARC

- LES ARCHERS DU SUD-OUEST DE MONTRÉAL

TOUT-PETITS

- CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON
- CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE

YOGA

- CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON

JEUNES

ACTIVITÉS RÉCRÉATIVES ET COMMUNAUTAIRES

- LOISIRS SAINT-CHARLES (jeux récréatifs : mississippi, tennis de table, musique, mini-hockey)
- MILIEU ÉDUCATIF LA SOURCE (ateliers diversifiés et jeux libres)

AIDE AUX DEVOIRS

- DJ SPORTS CLUB
- MILIEU ÉDUCATIF LA SOURCE
- LES SCIENTIFINES

ARTS MARTIAUX ET SPORTS DE COMBAT

- ACADÉMIE SPORTIVE DE MONTRÉAL (boxe, karaté)
- CENTRE RÉCRÉATIF, CULTUREL ET SPORTIF ST-ZOTIQUE (karaté)
- CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE (taekwondo)
- JUDO BUSHIDOKAN
- JUDO MONDE

ARTS PLASTIQUES

- CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON

ATHLÉTISME

- LOISIRS SAINT-CHARLES
- LOISIRS SAINT-HENRI

BADMINTON

- CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON
- COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS (location des terrains)

BASKET-BALL

- CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON
- DJ SPORTS CLUB
- LOISIRS SAINT-CHARLES

CADETS

- CADETS DE L'AIR (escadron 564 Blériot)
- CADETS DE LA MARINE ROYALE CANADIENNE (06 Victory)

CINÉMA

- LOISIRS SAINT-CHARLES

CIRQUE

- CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON
- LOISIRS SAINT-HENRI
- YMCA POINTE-SAINT-CHARLES

CLUB DE LOISIRS

- CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON (Jeunesse 2000)
- CENTRE RÉCRÉATIF, CULTUREL ET SPORTIF ST-ZOTIQUE

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

- CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON
- CLUB D'HALTÉROPHILIE LES GÉANTS DE MONTRÉAL
- CORPORATION L'ESPOIR 

CUISINE

- CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON
- DJ SPORTS CLUB
- LOISIRS SAINT-CHARLES

DANSE

- CENTRE CULTUREL GEORGES-VANIER
- CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON
- CENTRE RÉCRÉATIF, CULTUREL ET SPORTIF ST-ZOTIQUE
- CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE
- LOISIRS SAINT-CHARLES
- LOISIRS SAINT-HENRI

ÉCHECS

- LOISIRS SAINT-HENRI

ESCALADE

- CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON

ESCRIME

- CLUB D'ESCRIME GADBOIS

FORMATION AQUATIQUE

- CLUB AQUATIQUE DU SUD-OUEST
- CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE

GYMNASTIQUE ARTISTIQUE

- CLUB DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE GADBOIS

HALTÉROPHILIE

- CLUB D'HALTÉROPHILIE LES GÉANTS DE MONTRÉAL

HOCKEY

- HOCKEY SUD-OUEST

HOCKEY-COSOM

- CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON
- CENTRE RÉCRÉATIF, CULTUREL ET SPORTIF ST-ZOTIQUE
- LOISIRS SAINT-CHARLES
- LOISIRS SAINT-HENRI

IMPROVISATION

- LOISIRS SAINT-CHARLES

INFORMATIQUE (COURS D'ORDINATEUR)

- DJ SPORTS CLUB

KIN-BALL

- CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON

MUSIQUE

- CENTRE CULTUREL GEORGES-VANIER

NAGE SYNCHRONISÉE

- CLUB AQUATIQUE DU SUD-OUEST

NATATION

- CLUB AQUATIQUE DU SUD-OUEST
- CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE

PATINAGE ARTISTIQUE

- CLUB DE PATINAGE ARTISTIQUE GADBOIS

PATINAGE DE VITESSE

- CLUB DE PATINAGE DE VITESSE MONTRÉAL GADBOIS

PLONGÉE SOUS-MARINE

- LES AQUANAUTES DE MONTRÉAL

PLONGEON

- CLUB AQUATIQUE DU SUD-OUEST

QUILLES

- CORPORATION L'ESPOIR 

RÉUNIONS ET RENCONTRES

- CORPORATION L'ESPOIR 

SAUVETAGE SPORTIF

- CLUB AQUATIQUE DU SUD-OUEST

SCIENCE

- CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON
- LES SCIENTIFINES

SCOUTISME

- 98^e GROUPE SCOUT SAINT-JEAN-DE-MATHA
- 95^e GROUPE SCOUT SAINT-ZOTIQUE

SOCCER

- ASSOCIATION DE SOCCER DU SUD-OUEST DE MONTRÉAL (récréatif et compétitif)
- CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON (récréatif)
- LOISIRS SAINT-CHARLES (récréatif)
- YMCA POINTE-SAINT-CHARLES (récréatif)

SPORTS COLLECTIFS

- CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON
- LOISIRS SAINT-CHARLES

SPORTS EN GYMNASE

- CENTRE RÉCRÉATIF, CULTUREL ET SPORTIF ST-ZOTIQUE

THÉÂTRE

- CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON (impro-théâtre)

TIR À L'ARC

- LES ARCHERS DU SUD-OUEST DE MONTRÉAL

TOUT-PETITS

- CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON

ULTIMATE FRISBEE

- LOISIRS SAINT-CHARLES

VOLLEYBALL

- CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON

WATER-POLO

- CLUB AQUATIQUE DU SUD-OUEST





ADULTES

ACTIVITÉS RÉCRÉATIVES

- CENTRE RÉCRÉATIF, CULTUREL ET SPORTIF ST-ZOTIQUE

ARTISANAT

- CENTRE COMMUNAUTAIRE DES FEMMES ACTIVES

ARTS MARTIAUX ET SPORTS DE COMBAT

- ACADÉMIE SPORTIVE DE MONTRÉAL (boxe, karaté)
- CENTRE RÉCRÉATIF, CULTUREL ET SPORTIF ST-ZOTIQUE (karaté)
- CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE (aïkido, karaté et taekwondo)
- JUDO BUSHIDOKAN
- JUDO MONDE

ARTS TEXTILES

- CENTRE CULTUREL GEORGES-VANIER

ARTS VISUELS

- CENTRE CULTUREL GEORGES-VANIER
- CENTRE D'INTÉGRATION À LA VIE ACTIVE 
- CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON
- CENTRE RÉCRÉATIF, CULTUREL ET SPORTIF ST-ZOTIQUE

ATELIERS D'EXERCICES DOUX

- CENTRE COMMUNAUTAIRE DES FEMMES ACTIVES

BADMINTON

- CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON
- CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE
- COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS (location des terrains)
- CENTRE RÉCRÉATIF, CULTUREL ET SPORTIF ST-ZOTIQUE
- LOISIRS SAINT-CHARLES
- YMCA POINTE-SAINT-CHARLES

BASKET-BALL

- DJ SPORTS CLUB
- YMCA POINTE-SAINT-CHARLES

COIN COUTURE

- CENTRE COMMUNAUTAIRE DES FEMMES ACTIVES

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

- CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON
- CENTRE RÉCRÉATIF, CULTUREL ET SPORTIF ST-ZOTIQUE
- CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE
- CLUB D'HALTÉROPHILIE LES GÉANTS DE MONTRÉAL
- COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS
- CORPORATION L'ESPOIR 
- YMCA POINTE-SAINT-CHARLES

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE AQUATIQUE

- CLUB AQUATIQUE DU SUD-OUEST
- CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE

CUISINE

- CENTRE COMMUNAUTAIRE DES FEMMES ACTIVES

DANSE

- CENTRE CULTUREL GEORGES-VANIER

ESCRIME

- CLUB D'ESCRIME GADBOIS

FORMATIONS

- CLUB AQUATIQUE DU SUD-OUEST

GYMNASTIQUE ARTISTIQUE

- CLUB DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE GADBOIS

HALTÉROPHILIE

- CLUB D'HALTÉROPHILIE LES GÉANTS DE MONTRÉAL

HOCKEY

- HOCKEY SUD-OUEST

INFORMATIQUE

- CENTRE COMMUNAUTAIRE DES FEMMES ACTIVES

JEUX D'ADRESSE (BOCCIA)

- CENTRE D'INTÉGRATION À LA VIE ACTIVE 

JEUX DE DAMES

- CENTRE COMMUNAUTAIRE DES FEMMES ACTIVES

KIN-BALL

- CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON

LANGUES

- CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON
- CENTRE RÉCRÉATIF, CULTUREL ET SPORTIF ST-ZOTIQUE

MUSIQUE

- CENTRE CULTUREL GEORGES-VANIER

NATATION

- CLUB AQUATIQUE DU SUD-OUEST
- CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE

PATINAGE DE VITESSE

- CLUB DE PATINAGE DE VITESSE MONTRÉAL GADBOIS

PLONGÉE SOUS-MARINE

- LES AQUANAUTES DE MONTRÉAL

PLONGEON

- CLUB AQUATIQUE DU SUD-OUEST

QUILLES

- CORPORATION L'ESPOIR 

RÉUNIONS ET RENCONTRES

- CENTRE COMMUNAUTAIRE DES FEMMES ACTIVES
- CORPORATION L'ESPOIR 

SAUVETAGE SPORTIF

- CLUB AQUATIQUE DU SUD-OUEST

SOCCER

- ASSOCIATION DE SOCCER DU SUD-OUEST DE MONTRÉAL

TAÏ-CHI

- CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON
- YMCA POINTE-SAINT-CHARLES

TIR À L'ARC

- LES ARCHERS DU SUD-OUEST DE MONTRÉAL

VOLLEYBALL

- CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON

YOGA

- CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON
- CENTRE RÉCRÉATIF, CULTUREL ET SPORTIF ST-ZOTIQUE
- CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE
- YMCA POINTE-SAINT-CHARLES

AÎNÉS



ACTIVITÉS COMMUNAUTAIRES ET RÉCRÉATIVES

- ÂGE D'OR SAINT-CHARLES
- ÂGE D'OR SAINT-PAUL

BADMINTON

- ASSOCIATION DES AÎNÉS ACTIFS DU SUD-OUEST
- COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS (location des terrains)

BILLARD

- ÂGE D'OR SAINT-HENRI
- ÂGE D'OR SAINT-JEAN-DE-MATHA
- ÂGE D'OR SAINT-PAUL
- ÂGE D'OR SAINT-ZOTIQUE

BINGO

- ÂGE D'OR SAINT-CHARLES
- ÂGE D'O SAINT-HENRI
- ÂGE D'OR SAINT-PAUL;L
- ÂGE D'OR SAINT-ZOTIQUE

CHORALE

- ÂGE D'OR SAINT-HENRI

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

- ASSOCIATION DES AÎNÉS ACTIFS DU SUD-OUEST
- CLUB D'HALTÉROPHILIE LES GÉANTS DE MONTRÉAL
- COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS
- CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE
- YMCA POINTE-SAINT-CHARLES

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE AQUATIQUE

- ASSOCIATION DES AÎNÉS ACTIFS DU SUD-OUEST
- CLUB AQUATIQUE DU SUD-OUEST
- CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE

DANSE

- ÂGE D'OR SAINT-CHARLES
- ÂGE D'OR SAINT-HENRI
- ÂGE D'OR SAINT-PAUL
- ÂGE D'OR SAINT-ZOTIQUE

JEUX D'ADRESSE

- ÂGE D'OR SAINT-CHARLES
- ÂGE D'OR SAINT-HENRI
- ÂGE D'OR SAINT-JEAN-DE-MATHA
- ÂGE D'OR SAINT-PAUL

JEUX DE CARTES

- ÂGE D'OR SAINT-CHARLES
- ÂGE D'OR SAINT-HENRI

PÉTANQUE

- ÂGE D'OR SAINT-CHARLES
- ÂGE D'OR SAINT-JEAN-DE-MATHA
- ÂGE D'OR SAINT-PAUL

PICKLEBALL

- ASSOCIATION DES AÎNÉS ACTIFS DU SUD-OUEST

QUILLES

- ÂGE D'OR SAINT-HENRI

TAÏ-CHI

- ASSOCIATION DES AÎNÉS ACTIFS DU SUD-OUEST

INSTALLATIONS SPORTS ET LOISIRS



GADBOIS

Reconnu pour la qualité et la diversité de ses installations, le complexe récréatif Gadbois accueille plusieurs clubs sportifs de l'arrondissement. Il possède une piscine intérieure, deux gymnases (simple et double), un dojo, plusieurs plateaux sportifs et un terrain de baseball extérieur.

Le complexe, qui accueille des sportifs de partout à Montréal, est l'hôte de nombreux tournois et événements dont les Jeux du Sud-Ouest. Le grand public de même que les organismes et les entreprises peuvent réserver des plateaux sportifs pour des activités libres et événementielles.

5485, chemin. de la Côte St-Paul, Montréal (Québec) H4C 1X3

HORAIRE

Lundi au vendredi	7 h à 22 h
Samedi	9 h à 22 h
Dimanche	9 h à 18 h

ACTIVITÉS OFFERTES

- Badminton / lundi de 19 h à 22 h (location des terrains)
- Baignade libre
- Patin libre
- Spinning (cours de groupe sur vélo stationnaire)

GADBOISMTL.CA

FERMÉ LES JOURS FÉRIÉS:

24-25-26 décembre et le 31 décembre 2016
1^{er}-2 janvier 2017 / 14, 16 et 17 avril 2017 / 22 mai 2017



CENTRE SAINT-CHARLES

Le Centre Saint-Charles possède une piscine intérieure ouverte à l'année, un gymnase, deux salles de réunion et un aréna. Le centre accueille les sportifs et les amateurs de loisirs. Ce centre de quartier est ouvert au grand public de même qu'aux organismes et aux entreprises. Il est possible de réserver des plateaux sportifs pour des activités libres et événementielles.

L'aréna offre du patin libre et reçoit plusieurs associations sportives. À la suite des rénovations de son système de réfrigération, le centre a rouvert ses portes en décembre 2015.

1055, rue d'Hibernia, Montréal (Québec) H3K 2V3

HORAIRE

Lundi au vendredi	8 h 30 à 22 h 30
Samedi et dimanche	7 h à 22 h

ACTIVITÉS OFFERTES

- Baignade libre
- Patin libre





BAIN ÉMARD	
6071, rue Laurendeau 514 872-2585	
Samedi	Tous - 13 h 30 à 16 h Adultes - 16 h à 16 h 30
Dimanche et lundi	Fermé
Mardi	Tous - 14 h à 16 h 30
Mercredi et vendredi	Tous - 14 h à 16 h 30 et 19 h 30 à 21 h Adultes - 21 h à 21 h 30
Jeudi	Tous - 14 h à 16 h 30 et 17 h à 20 h 30 Adultes - 20 h 30 à 21 h 30

PISCINE SAINT-CHARLES	
1055, rue D'Hibernia 514 872-2501	
Samedi	Tous - 13 h 30 à 16 h Adultes - 16 h à 16 h 30
Dimanche	Fermé
Lundi	Tous - 19 h 30 à 21 h Adultes - 21 h à 21 h 30
Mardi	Tous - 14 h à 17 h et 19 h 30 à 20 h 30 Adultes - 20 h 30 à 21 h 30
Mercredi	Tous - 14 h à 17 h
Jeudi	Tous - 19 h 30 à 20 h 30 Adultes - 20 h 30 à 21 h 30
Vendredi	Tous - 14 h à 17 h et 19 h 30 à 21 h Adultes - 21 h à 21 h 30

PISCINE GADBOIS	
5485, chemin de la Côte-Saint-Paul 514 872-2581	
Samedi	Tous - 13 h 30 à 16 h et 18 h 30 à 21 h 30 Adultes - 16 h à 16 h 30
Dimanche	Tous - 9 h à 15 h 30 Adultes - 15 h 30 à 16 h 30
Lundi	Fermé
Mardi	Tous - 19 h 30 à 20 h 30 Adultes - 20 h 30 à 22 h
Mercredi et vendredi	Tous - 14 h à 16 h 30 et 19 h 30 à 21 h Adultes - 21 h à 22 h
Jeudi	Tous - 14 h à 16 h 30 et 19 h 30 à 20 h 30 Adultes - 20 h 30 à 22 h

PISCINE SAINT-HENRI	
4055, rue Saint-Jacques Ouest 514 872-2577	
Samedi	Tous - 13 h 30 à 16 h Adultes - 16 h à 16 h 30
Dimanche et lundi	Fermé
Mardi	Tous - 16 h 30 à 19 h 30
Mercredi	Tous - 19 h 30 à 20 h 30 Adultes - 20 h 30 à 22 h
Jeudi et vendredi	Tous - 19 h 30 à 21 h Adultes - 21 h à 22 h

PISCINE DE LA PETITE-BOURGOGNE	
1825, rue Notre-Dame Ouest 514 932-0800	
Samedi et dimanche	Adultes - 14 h à 15 h 20 Tous - 15 h 30 à 16 h 50
Lundi et mercredi	Adultes - 7 h à 8 h 55, 12 h à 12 h 55 et 20 h 30 à 21 h 25 Tous - 16 h 30 à 17 h 20
Mardi et jeudi	Adultes - 12 h à 12 h 55, 16 h 30 à 17 h 20 et 20 h 30 à 21 h 25 Tous - 18 h 30 à 19 h 20
Vendredi	Adultes - 7 h à 8 h 55, 12 h à 12 h 55, 16 h à 16 h 50 et 20 h 30 à 21 h 25 Tous - 17 h à 19 h 50

- Entrée gratuite avec carte de membre, sinon des frais de 2 \$ sont applicables.
- Les résidents de la ville de Montréal peuvent se procurer gratuitement la carte de membre sur présentation d'une preuve de résidence.
- Bonnet de bain obligatoire.



! NB: AQUAJOGGING - PRÊT DE CEINTURE DANS TOUTES LES PISCINES.

- Un enfant n'ayant pas la grandeur minimale requise peut néanmoins accéder à la piscine sans être accompagné s'il sait nager, peut suivre les consignes, s'orienter sur le site et se rendre seul à la toilette.
- Un accompagnateur peut surveiller un maximum de deux enfants ne sachant pas nager, s'ils ne portent pas de veste de flottaison.
- Le responsable peut exiger en tout temps un test de nage ou le port d'une veste de sauvetage.

RÈGLEMENTS DES PISCINES DU SUD-OUEST

- Un enfant peut se présenter seul à la piscine s'il a la grandeur minimale indiquée à l'entrée de l'installation.

ARÉNAS C'EST GRATUIT!

De septembre à la fin mars, les arénas de l'arrondissement du Sud-Ouest accueillent les patineurs qui veulent s'offrir une glace au chaud.

HORAIRE POUR LE PATINAGE LIBRE			
ARÉNA GEORGES-MANTHA		ARÉNA SAINT-CHARLES	
Mardi au vendredi 16 h 30 à 17 h 30	Samedi 13 h 30 à 15 h	Samedi soir 21 h à 22 h 30	Lundi au jeudi 16 h à 17 h

- HORAIRE SUJET À CHANGEMENT SELON LES ACTIVITÉS.
- HORAIRE SPÉCIAL POUR LE TEMPS DES FÊTES.

RÉSERVATION DE GLACE
Pour connaître les heures de glace disponibles dans les arénas, veuillez téléphoner au 514 872-3831. LE COÛT VARIE SELON LE JOUR ET L'HEURE.

AIRES D'EXERCICE CANIN



Des aires d'exercice canin sont disponibles pour laisser courir librement votre chien, de 7 h à 23 h.

PARC ANGRIGNON

7503, boul. De La Vérendrye

PARC CAMPBELL-OUEST

1990, rue De Maricourt

PARC IGNACE-BOURGET

5925, avenue De Montmagny (côté nord-ouest)

PARC GALLERY

128, rue Murray

PARC LE BER

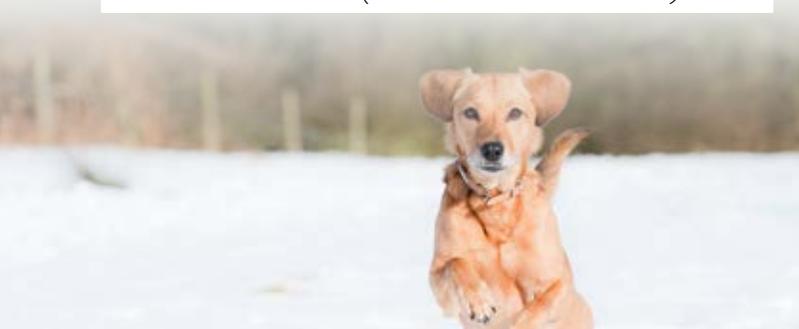
470, rue Fortune (près du 255, avenue Ash - YMCA)

PARC LOUIS - CYR

À l'angle des rues Saint-Ferdinand et Sainte-Émilie

BANDE SAINT-ANTOINE

rue Saint-Antoine Ouest (entre les rues Vinet et du Dominion)



SKI DE RANDONNÉE, PATIN, RAQUETTE ET GLISSADE



POUR BOUGER TOUT L'HIVER DANS LE SUD - OUEST!

Si les conditions climatiques le permettent, les activités débutent à la fin décembre et se poursuivent jusqu'au début mars.

Informez-vous de l'état des patinoires, aires de glissade et des sentiers de ski de fond du Sud-Ouest : ville.montreal.qc.ca/sud-ouest.

AIRES DE GLISSADE

PARC IGNACE - BOURGET

5925, avenue De Montmagny

PARC LE BER

470, rue Fortune

SKI DE RANDONNÉE ET RAQUETTE

PARC ANGRIGNON

3400, boul. des Trinitaires



PARCOURS DISC-GOLF

PARC IGNACE-BOURGET

5925, avenue De Montmagny

Consultez le site de l'association Disc-golf pour les initiations et les tournois : adgm.ca



POUR CONNAÎTRE LA DATE
DE RÉOUVERTURE:

VILLE.MONTREAL.QC.CA/SUD-OUEST

PARCS



Vous pouvez profiter gratuitement des espaces aménagés dans les parcs de l'arrondissement pour pratiquer vos activités préférées : glissade, hockey sur glace, patin, raquette, sports d'équipe, randonnée, aires de jeux, etc. Consultez la carte à la fin du répertoire ou la carte interactive du Sud-Ouest en ligne pour connaître les activités offertes dans les parcs.

QUOI FAIRE PENDANT LE TEMPS DES FÊTES

SE Baigner

PISCINE GADBOIS

514 872-2581

27 au 30 décembre
Tous - 13 h à 17 h
Tous - 19 h 30 à 22 h

PISCINE SAINT-CHARLES

514 872-2501

27 au 30 décembre
Tous - 13 h à 17 h
Tous - 19 h 30 à 21 h 30

PISCINE DE LA PETITE-BOURGOGNE

514 932-0800

BAIN ÉMARD

514 872-2585

27 au 30 décembre
Tous - 13 h à 17 h
Tous - 19 h 30 à 21 h 30

PISCINE SAINT-HENRI

514 872-2577

Fermée du 24 décembre au 2 janvier
Retour à l'horaire habituel le 3 janvier

Jouer gratuitement

LOCATION DE TERRAINS SPORTIFS VOLLEYBALL, BASKETBALL ET BADMINTON

Gratuit, réservation obligatoire

CENTRE SAINT-CHARLES

27-28-29-30 décembre 12 h à 20 h

COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

27 décembre 9 h à 20 h

Réservation : 514 872-3831



Patiner

ARÉNA GEORGES-MANTHA

514 872-2786

27 au 30 décembre 16 h à 17 h

ARÉNA SAINT-CHARLES

514 872-3300

23 décembre
13 h 30 à 14 h 30
16 h à 17 h

27-28 décembre
9 h à 10 h
11 h 15 à 12 h 15
13 h 30 à 14 h 30
14 h 30 à 15 h 30
16 h à 17 h

29-30 décembre
9 h à 10 h
13 h 30 à 14 h 30
16 h à 17 h

HOCKEY LIBRE (JEUNES)*

27-28 décembre 12 h 15 à 13 h 30

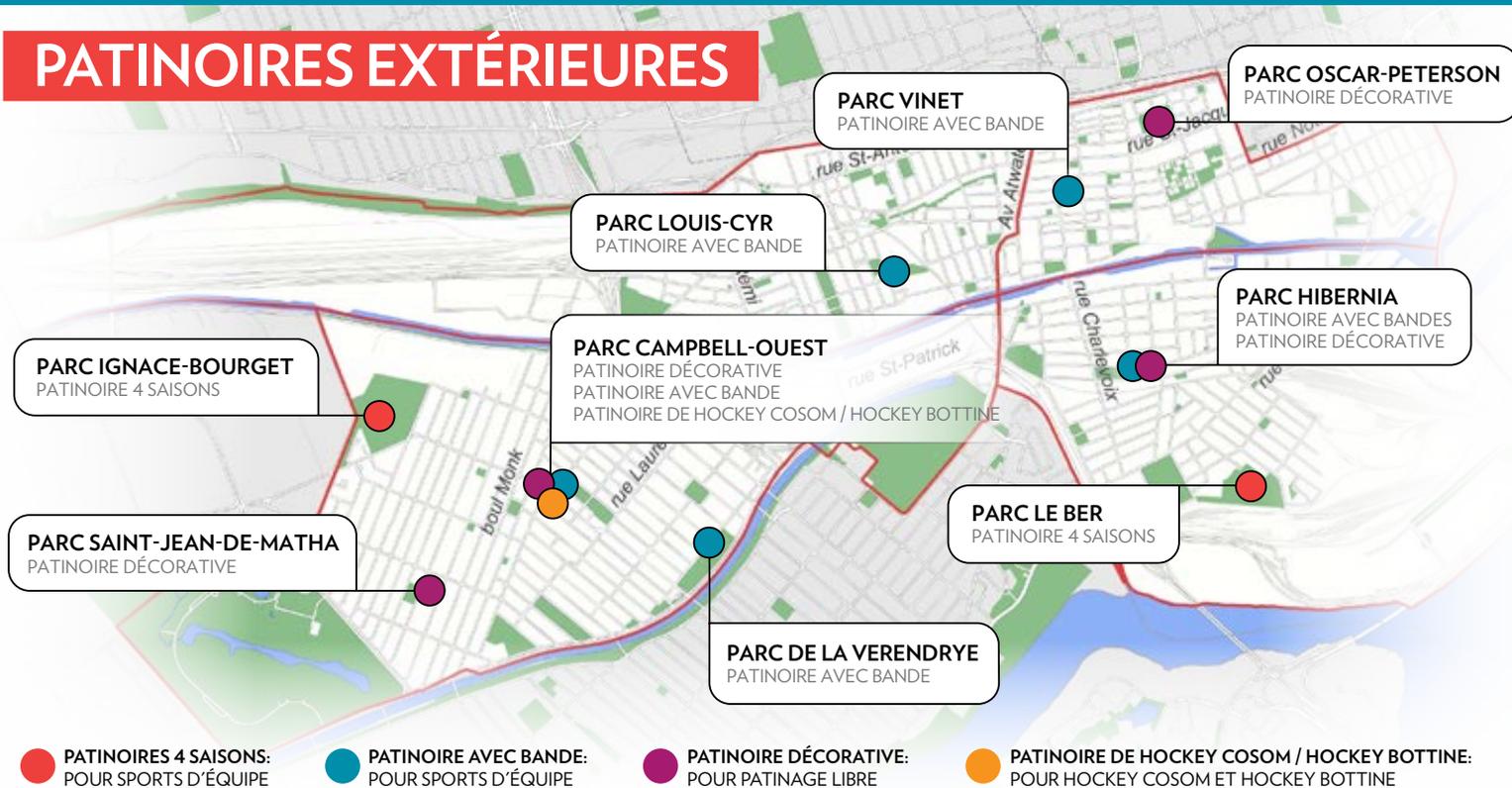
* Équipement de hockey complet obligatoire.

PATINOIRES EXTÉRIURES

Consultez le site internet de l'Arrondissement pour connaître les lieux et conditions de glace : ville.montreal.qc.ca/sud-ouest.

NB: Tous les arénas, gymnases et piscines seront fermés les 24, 25, 26 et 31 décembre ainsi que les 1^{er} et 2 janvier.

PATINOIRES EXTÉRIURES



ÉVÉNEMENTS À NE PAS MANQUER



3, 4 ET 5 FÉVRIER 2017

ENEZ ENCOURAGER LES JEUNES ATHLÈTES DU SUD-OUEST!

Spectacles et activités culturelles et récréatives pour tous.



Ma première compétition

DU 29 MARS AU 2 AVRIL 2017

L'organisation des Jeux de Montréal propose encore cette année une foule d'activités au centre sportif Claude Robillard. Venez vous amuser tout en encourageant les athlètes du Sud-Ouest.

Plus de 20 disciplines dans plusieurs installations de la Ville de Montréal

POUR TOUTES INFORMATIONS SUR LES JEUX DE MONTRÉAL, VISITEZ LE SITE INTERNET:

JEUXDEMONTREAL.CA

SEMAINE DE RELÂCHE

DU 6 AU 10 MARS 2017

QUOI FAIRE PENDANT LA SEMAINE DE RELÂCHE?

Pendant la semaine de relâche, l'Arrondissement et ses partenaires offrent une foule d'activités! Il est possible de se baigner, patiner, jouer au badminton et plus encore!

C'est l'occasion de s'inscrire à un camp de jour pour rencontrer d'autres jeunes et découvrir de nouvelles activités!

LES ORGANISMES SUIVANTS OFFRENT UN CAMP DURANT LA SEMAINE DE RELÂCHE:

CENTRE DE LOISIRS MONSIEUR PIGEON

CENTRE RÉCRÉATIF CULTUREL ET SPORTIF SAINT-ZOTIQUE (CRCS)

CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE

LES SCIENTIFINES (POUR FILLES SEULEMENT)

LOISIRS SAINT-CHARLES

YMCA POINTE-SAINT-CHARLES



ÉCO-QUARTIER SUD-OUEST (YMCA)



TROIS POINTS DE SERVICE - 514 872-0122

POINTE-SAINT-CHARLES

YMCA POINTE-SAINT-CHARLES
255, AVENUE ASH
MONTRÉAL (QUÉBEC) H3K 2R1

PETITE-BOURGOGNE ET SAINT-HENRI

CENTRE SAINTE-CUNÉGONDE
525, RUE DU DOMINION
MONTRÉAL (QUÉBEC) H3J 2B4

SAINT-PAUL-ÉMARD

CHALET DU PARC CAMPBELL-OUEST
1990, RUE DE MARICOURT
MONTRÉAL (QUÉBEC) H4E 1V9

INFO@ECOQUARTIERSUDOUEST.COM

WWW.ECOQUARTIERSUDOUEST.COM

 /ECOQUARTIERSUDOUEST

TYPES DE SERVICES : ACTIVITÉS, ANIMATIONS ET PROJETS ENVIRONNEMENTAUX

Depuis 1995, l'Éco-quartier Sud-Ouest a pour mandat d'aider tous les citoyens, groupes communautaires, institutions et commerces à améliorer la qualité du milieu de vie de l'arrondissement.

Les actions soutenues par l'Éco-quartier permettent d'améliorer la propreté, d'embellir, de verdir, d'œuvrer en environnement et développement durable, et d'inciter les gens à s'impliquer dans leur milieu de vie.

L'Éco-quartier offre des animations et ateliers environnementaux sur demande. Il apporte aussi son appui à la réalisation de projets de verdissement et d'aménagement urbain, de réduction de déchets, de gestion saine de l'eau de pluie, de transport actif, de lutte contre les changements climatiques ou d'adaptation à ces changements, de biodiversité et d'agriculture urbaine. Enfin, il soutient les projets de ruelles vertes.

L'Éco-quartier vend des lombricomposteurs et des arbres.

Les YMCA du Québec, qui bâtissent des communautés plus fortes en offrant des occasions d'épanouissement et de vie active, saine et engagée pour tous, mettent en œuvre ce programme de l'Arrondissement du Sud-Ouest, de la Ville de Montréal.

RESSOURCES POUR LES PERSONNES HANDICAPÉES

BAIN ÉMARD

6071, RUE LAURENDEAU - 514 872-2585

VOUS AUREZ ACCÈS À :

- un lève-personne (chaise hydraulique)
- un vestiaire avec douche et une toilette adaptée

VOUS N'AUREZ PAS ACCÈS :

- à un fauteuil roulant aquatique

TROUVEZ L'HORAIRE DES BAINS LIBRES À LA PAGE 36.

JARDINS COMMUNAUTAIRES :

BACS SURÉLEVÉS ET TABLES DE JARDINAGE



Saviez-vous que dans les jardins communautaires de l'arrondissement, il y a des bacs surélevés pour les personnes à mobilité réduite et des bacs pouvant accueillir des jardiniers en fauteuils roulants ?

Si vous désirez un bac surélevé ou une table de jardinage, mentionnez-le lorsque vous faites la demande pour être sur la liste d'attente en téléphonant au 311.

ANGRIGNON (BACS SURÉLEVÉS) Boulevard des Trinitaires/Rue Lacroix	PETITE - BOURGOGNE (BACS SURÉLEVÉS ET BACS ACCESSIBLES) Rue du Dominion/Ruelle Blake
DES SEIGNEURS (BACS SURÉLEVÉS ET BACS ACCESSIBLES) Rue des Seigneurs/ Rue Saint-Jacques	POINTE - VERTE (BACS SURÉLEVÉS) Rue Knox/Rue Charlevoix

Il existe de nombreuses ressources pour les personnes handicapées : programmes d'accompagnement en loisirs, biblio-courrier et plus encore !

Pour en savoir plus, téléphonez à l'organisme AlterGo au 514 933-2739 ou visitez leur site Internet: altergo.ca.

Vous pouvez également consulter *Suivez le guide!* au : www.altergo.ca/fr/ressources/publications.

Des activités spécialisées sont incluses dans notre programmation. Repérez-les grâce au symbole ♿

De nombreuses installations de l'arrondissement sont accessibles à tous. Recherchez le symbole ♿

COORDONNÉES SPORTS ET LOISIRS

DIRECTION CULTURE, SPORTS, LOISIRS ET DÉVELOPPEMENT SOCIAL

815, rue Bel-Air
514 872-0311



ARÉNAS

ARÉNA GEORGE-MANTHA

ARÉNA SYLVIO-MANTHA

Complexe récréatif Gadbois
5485, chemin de la Côte-Saint-Paul
514 872-2786

ARÉNA SAINT-CHARLES

Centre Saint-Charles
1055, rue Hibernia
514 872-3300

- Réservation de glace : 514 872-3831

GYMNASES

COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

5485, chemin de la Côte-Saint-Paul
514 872-2786

CENTRE SAINT-CHARLES

1055, rue d'Hibernia
514 872-3300

- Réservation de gymnase : 514 872-3831

PISCINES INTÉRIEURES

BAIN ÉMARD

6071, rue Laurendeau
514 872-2585

PISCINE GADBOIS

Complexe récréatif Gadbois
5485, chemin de la Côte-Saint-Paul
514 872-2581

PISCINE PETITE-BOURGOGNE

Centre sportif Petite-Bourgogne
1825, rue Notre-Dame Ouest
514 932-0800

PISCINE SAINT-CHARLES

Centre Saint-Charles
1055, rue d'Hibernia
514 872-2501

PISCINE SAINT-HENRI

4055, rue Saint-Jacques Ouest
514 872-2577

ORGANISMES PARTENAIRES

ACADÉMIE SPORTIVE DE MONTRÉAL

(Boxe, karaté)
5485, chemin de la Côte-Saint-Paul
514 935-8592
ACADEMIESPORTIVEMONTREAL.CA

ATSOM

Académie tennis du Sud-Ouest de Montréal
5485, chemin de la Côte-Saint-Paul
514 690-1320 / ATSOM.CA

ACES FOOTBALL

525, rue Dominion, suite 203
514 449-9396

ÂGE D'OR SAINT-CHARLES

2333, rue Mullins, 3^e étage
514 872-4063

ÂGE D'OR SAINT-HENRI

530, rue du Couvent
514 872-3828

ÂGE D'OR SAINT-JEAN-DE-MATHA

6841, rue d'Aragon
514 767-6001

ÂGE D'OR SAINT-PAUL

5550, rue Angers
514 872-4709

ÂGE D'OR SAINT-ZOTIQUE

75, Square Sir-George-Étienne-Cartier
514 939-8033

ALTERGO

525, rue Dominion, bureau 340
514 933-2739 / ALTERGO.NET

ACHIM

Alternatives communautaires d'habitation et
d'intervention de milieu
5940, boul. Monk
514 362-7221

LES AQUANAUTES

5485, chemin de la Côte-Saint-Paul
514 346-4781 / LESAQUANAUTES.COM

AAASO

Association des aînés actifs du Sud-Ouest
5485, chemin de la Côte-Saint-Paul
514 872-3459

ABSOM

Association de baseball du Sud-Ouest de Montréal

5485, chemin de la Côte-Saint-Paul
514 819-1809 / WWW.ABSOM.CA

ADGM

Association Disc Golf Montréal

5485, chemin de la Côte-Saint-Paul
438 887-9522 / ADGM.CA

ASSOCIATION DES JEUNES DE LA PETITE-BOURGOGNE

Centre Youth in Motion

852, rue Saint-Martin
514 931-5510

ASSOM

Association de soccer du Sud-Ouest de Montréal

5485, chemin de la Côte-Saint-Paul
514 931-7778 / SOCCERASSOM.COM

ATELIER 850

850, rue des Seigneurs
438 380-0667

CADETS DE L'AIR

Escadron 564 Blériot

75, Square Sir-George-Étienne-Cartier
514 939-2565 / 564BLERIOT.CA

CADETS DE LA MARINE

3625, rue Saint-Jacques
514 769-6184 / C.C.M.R.C. 06 VICTORY

CCFA

Centre communautaire des femmes actives

4500, rue Saint-Antoine
514 989-7320

CENTRE CULTUREL GEORGES-VANIER

2450, rue Workman
514 931-2248 / CCGV.CA

CEDA

Comité d'éducation aux adultes

2515, rue Delisle
514 596-4422 / CEDAST-HENRI.BLOGSPOT.CA

CIVA

Centre d'intégration à la vie active

525, rue Dominion, bureau 330
514 935-1109 / CIVA.QC.CA

CLMP

Centre de Loisirs Monseigneur Pigeon

5550, rue Angers
514 769-2741

CENTREMGRPIGEON.COM

CRCS

Centre récréatif, culturel et sportif Saint-Zotique

75, Square Sir-George-Étienne-Cartier
514 935-2001 / CRCS.STZOTIQUE

CSPB

Centre sportif de la Petite-Bourgogne

1825, rue Notre-Dame Ouest
514 932-0800
CENTRESPORTIFDELAPETITEBOURGOGNE.CA

CASO

Club aquatique du Sud-Ouest

5485, chemin de la Côte-Saint-Paul
514 802-7442 / CASO-MONTREAL.COM

CLUB LES ARCHERS DU SUD-OUEST DE MONTRÉAL

5485, chemin de la Côte-Saint-Paul
514 751-2465 / KALYPSO.NET/ARCHERY

CLUB D'ESCRIME GADBOIS

5485, chemin de la Côte-Saint-Paul
438 880-0321 / ESCRIMEGADBOIS.CA

CLUB DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE GADBOIS

155, av. Greene, 2^e étage du marché Atwater
514 872-3043 / GYMADBOIS.COM

CLUB D'HALTÉROPHILIE LES GÉANTS DE MONTRÉAL

5485, chemin de la Côte-Saint-Paul
514 933-1634
GYMLESGEANTS.COM/FR/HALTEROPHILIE

CLUB DE PATINAGE ARTISTIQUE GADBOIS

5485, chemin de la Côte-Saint-Paul
514 934-1312

CLUB DE PATINAGE DE VITESSE GADBOIS

5485, chemin de la Côte-Saint-Paul
CPVGADBOIS.COM

CORPORATION L'ESPOIR

55, rue Dupras, local 511
514 367-3757 / CORPORATIONESPOIR.ORG

DJ SPORTS

525, rue Dominion, suite 201
514 373-8146 / JDEXTER.ORG

HSO

Hockey Sud-Ouest

5485, chemin de la Côte-Saint-Paul
514 937-2041 / HOCKEYSUDOUEST.CA

JUDO BUSHIDOKAN

2390, rue Ryde
514 935-9666 / ECOLEDEJUDOBUSHIDOKAN

JUDO MONDE

5485, chemin de la Côte-Saint-Paul
514 935-3030 / JUDOMONDE.COM

LOISIRS SAINT-CHARLES

1055, rue d'Hibernia
514 872-1289 / LOISIRSSAINT-CHARLES

LOISIRS SAINT-HENRI

530, rue du Couvent
514 872-2334 / LOISIRSSAINT-HENRI.ORG

MAISON DES JEUNES L'ADOZONE

1850, rue Grand-Trunk
514 937-9655

MAISON DES JEUNES L'ESCOMPETTE

525, rue Dominion
514 933-9943

MAISON DES JEUNES LA GALERIE

3643, rue Notre-Dame Ouest
514 933-6404

MAISON DES JEUNES OPÉRATION JEUNESSE / RADOACTIF

5785, boul. Monk
514 303-8900

MILIEU ÉDUCATIF LA SOURCE

75, square Sir-George-Étienne-Cartier
514 931-4089 / MILIEUEDUCATIFLASOURCE.ORG

OLYMPIQUES SPÉCIAUX SUD-OUEST DE L'ÎLE

7765, rue Denise, LaSalle
514 366-6965 / OLYMPIQUESSPECIAUX.QC.CA

LES SCIENTIFINES

525, rue Dominion, bureau 200
514 938-3576 / SCIENTIFINES.COM

SCOUTISME

Castors, louveteaux / louvettes, éclaireurs
6821, rue D'Aragon
514 761-6595

GROUPE SCOUT SAINT-ZOTIQUE

4561, rue Notre-Dame Ouest
(sous-sol de l'église Saint-Zotique)
514 932-3634 ou 514 937-6944
95STZOTIQUE.WEBS.COM

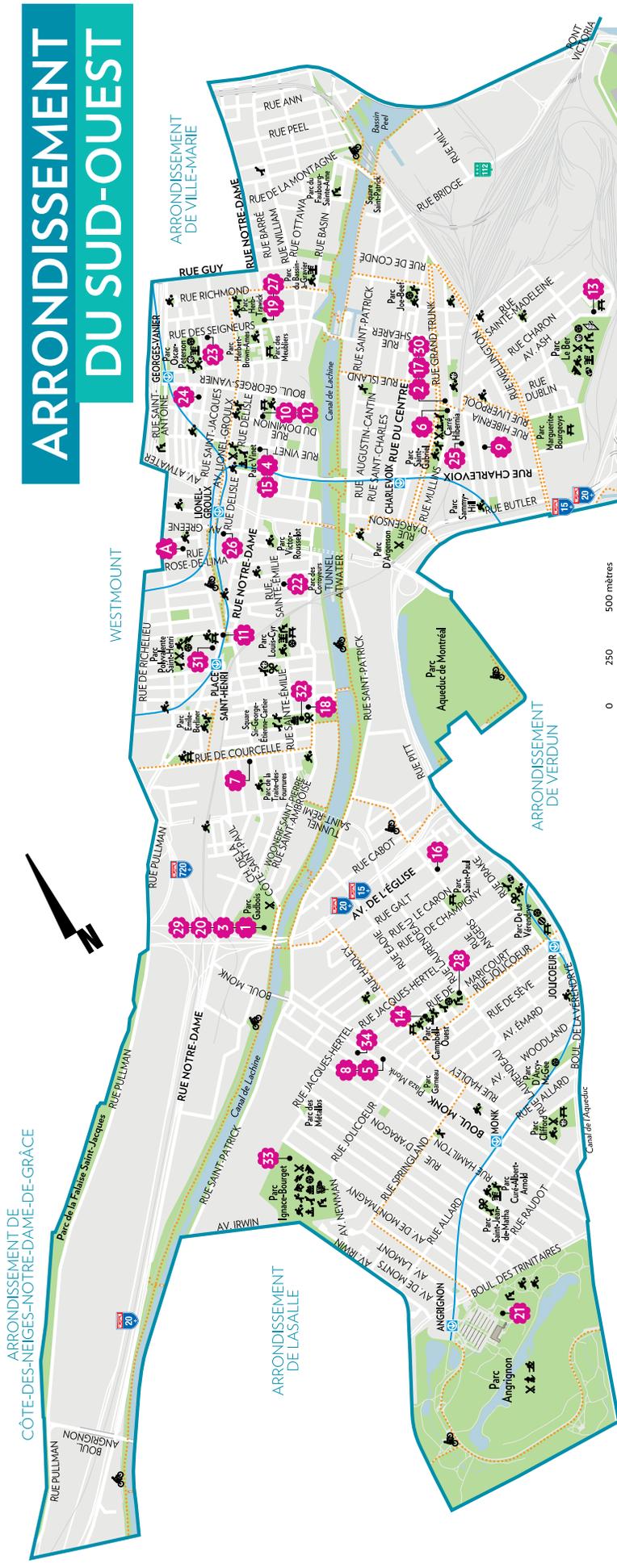
TYNDALE SAINT-GEORGES

870, rue Richmond
514 931-6265

YMCA POINTE-SAINT-CHARLES

255, av. Ash
514 935-4711 / YMCAQUEBEC.ORG

ARRONDISSEMENT DU SUD-OUEST



- ARÉNAS**
 - 1 Aréna Georges-Mantha
 - 2 Aréna Saint-Charles
 - 3 Aréna Sylvio-Mantha
- BIBLIOTHÈQUES ET MAISON DE LA CULTURE**
 - 4 Bibliothèque Georges-Vanier
 - 5 Bibliothèque Marie-Uguy
 - 6 Bibliothèque Saint-Charles
 - 7 Bibliothèque Saint-Henri
 - 8 Maison de la culture Marie-Uguy
- CENTRES COMMUNAUTAIRES**
 - 9 Centre Lorne
 - 10 Centre Sainte-Cunégonde
 - 11 Centre Saint-Henri
- ENVIRONNEMENT**
 - 12 Éco-quartier Sud-Ouest-Petite-Bourgogne
 - 13 Éco-quartier Sud-Ouest-Pointe-Saint-Charles
 - 14 Éco-quartier Sud-Ouest-Saint-Paul-Émard
- GRANDS CENTRES**
 - 15 Centre culturel Georges-Vanier
 - 16 Centre de loisirs Monseigneur Pigeon
 - 17 Centre Saint-Charles
 - 18 Centre récréatif, culturel et sportif Saint-Zotique
 - 19 Centre sportif de la Petite-Bourgogne
 - 20 Complexe récréatif Gadbois
- JARDINS COMMUNAUTAIRES**
 - 21 Jardin communautaire Angrignon
 - 22 Jardin communautaire des Bons-Voisins
 - 23 Jardin communautaire des Seigneurs
 - 24 Jardin communautaire de la Petite-Bourgogne
 - 25 Jardin communautaire de la Pointe-Verte
 - 26 Jardin communautaire Rose-de-Lima
- PISCINES INTÉRIEURES**
 - 27 Piscine de la Petite-Bourgogne
 - 28 Piscine Émard
 - 29 Piscine Gadbois
 - 30 Piscine Saint-Charles
 - 31 Piscine Saint-Henri
- PISCINES EXTÉRIEURES**
 - 32 Piscine George-Étienne-Cartier
 - 33 Piscine Ignace-Bourget
- SALLE DE SPECTACLE**
 - 34 Théâtre Paradoxe
- RESSOURCES MUNICIPALES**
 - A Bureau d'arrondissement du Sud-Ouest
815, rue Bel-Air
 - B Bureau Accès Montréal
ville.montreal.qc.ca/sud-ouest

