



# Bulletin

de l'arrondissement de Ville-Marie

Automne 2014 • VOL. 5 • N° 3

.....  
*Votre Programmation*  
*des activités de sports et de loisirs*  
*détachable à l'intérieur de ce numéro*  
.....

## EN MANCHETTES

|                                                                   |    |
|-------------------------------------------------------------------|----|
| <u>Des parcs plus beaux, mieux adaptés et plus écologiques</u>    | 3  |
| <u>À la rencontre d'univers différents</u>                        | 4  |
| <u>Ville-Marie en bref...</u>                                     | 5  |
| <u>Les activités des bibliothèques Frontenac et Père-Ambroise</u> | 8  |
| <u>Le calendrier de la maison de la culture Frontenac</u>         | 10 |

UN MILIEU DE VIE  
STIMULANT AU  
**CENTRE** DE VOTRE  
QUARTIER

# Pour joindre votre arrondissement

☎ 311 @ ville-marie@ville.montreal.qc.ca

## Deux bureaux Accès Montréal-Ville-Marie pour vous servir

Du lundi au vendredi, de 8 h 30 à 16 h 30.

Les bureaux seront fermés le lundi 1<sup>er</sup> septembre 2014.

### Bureau d'arrondissement et comptoir des permis \*

800, boulevard De Maisonneuve Est, 17<sup>e</sup> étage, Montréal (Québec) H2L 4L8

🚗 🚶 Berri-UQAM

\* Le mercredi matin, le bureau des permis ouvre à 10 h 30.

### Hôtel de ville

Accès par l'entrée du 510, rue Gosford

🚗 🚶 Champ-de-Mars

## Prochaines séances du conseil d'arrondissement

### • Le mardi 9 septembre 2014

Maison de la culture Frontenac : 2550, rue Ontario Est

### • Les mardis 14 octobre, 11 novembre et 9 décembre 2014

Salle du conseil : 800, boul. De Maisonneuve Est, rez-de-chaussée

L'inscription à la période de questions se fait sur place **de 18 h 15 à 18 h 45**.

Il est aussi possible d'assister aux assemblées ordinaires du conseil d'arrondissement en temps réel ou en différé à partir de notre site Web.

### Site Web

🔗 ville.montreal.qc.ca/villemarie

🔗 ville.montreal.qc.ca/villemarie/collectes — pour connaître l'horaire des collectes.

🔗 ville.montreal.qc.ca/infotravaux — pour en savoir plus sur les travaux en cours.

### Infolettre

Abonnez-vous à l'*Infolettre de Ville-Marie* et soyez branchés sur les plus récents projets, les derniers faits saillants du conseil d'arrondissement et les activités culturelles et sociales de l'arrondissement. 🔗 ville.montreal.qc.ca/infolettrevillemarie

### Facebook

Joignez-vous à la communauté Facebook de Ville-Marie pour ne rien manquer des nouvelles de votre arrondissement et des activités organisées près de chez vous. Suivez-nous sur facebook.com/centrevillemontreal

### Twitter

Suivez-nous pour obtenir de l'information pratique en temps réel : nouveaux projets, entraves à la circulation, déneigement, programmation dans les parcs... twitter@centrevillemtl

English version available upon request ☎ 311.

## Légende

🚶 Lieu accessible aux personnes handicapées et à mobilité réduite autonomes

☎ Téléphone

🚶 Station de métro

🔗 Site Web

Le Bulletin de l'arrondissement de Ville-Marie • Vol. 5 • N° 3 • Automne 2014

Publié quatre fois l'an et imprimé à 68 000 exemplaires sur du papier recyclé.  
Distribué aux résidents et aux commerçants de l'arrondissement.

Dépôt légal : Bibliothèque et Archives nationales du Québec  
Bibliothèque et Archives Canada  
ISSN 1927-4556

Division des communications  
de l'arrondissement de Ville-Marie  
Impression : Lithographie G. Monette inc.  
Graphisme : volume2  
Révision : Marielle DeLorme  
Photo page couverture : Carol Yepes



## Ça sent la rentrée!

Septembre est synonyme de rentrée pour nous tous qui abordons l'automne avec une énergie renouvelée. Les prochaines pages vous offrent la possibilité de jeter un coup d'œil sur la programmation d'automne-hiver des sports et loisirs de l'arrondissement de Ville-Marie et je n'ai aucun doute que vous y trouverez une activité qui saura retenir votre attention.

Vivre au cœur de la ville a toujours offert des avantages et des possibilités uniques! Ce choix qu'ont fait beaucoup de Montréalais est un précieux indicateur de ce qu'apprécient les citoyens, ce qui est une réelle inspiration pour mes collègues élus et moi.

L'automne et l'hiver sont aussi annonciateurs de temps plus difficiles pour ceux qui vivent dans la rue. Heureusement, grâce à des gens motivés et compétents, plusieurs projets parviennent à faire une différence et à aider concrètement ceux et celles qui sont dans le besoin. Vous pourrez, dans ce numéro, en découvrir quelques-uns.

Je vous souhaite une excellente rentrée et un automne sous le signe de la participation!

Le maire de Montréal et de l'arrondissement de Ville-Marie,

Denis Coderre

maire@ville.montreal.qc.ca



### Richard Bergeron

Conseiller de la Ville

District de Saint-Jacques

richardbergeron@ville.montreal.qc.ca



### Karine Boivin Roy

Conseillère de la Ville désignée

District de Louis-Riel

karine.boivin.roy@ville.montreal.qc.ca



### Valérie Plante

Conseillère de la Ville

District de Sainte-Marie

valerie.plante@ville.montreal.qc.ca



### Jean-Marc Gibeau

Conseiller de la Ville désigné

District d'Ovide-Clermont

jgibeau@ville.montreal.qc.ca



### Steve Shanahan

Conseiller de la Ville

District de Peter-McGill

steve.shanahan@ville.montreal.qc.ca



# DES PARCS PLUS BEAUX, MIEUX ADAPTÉS ET PLUS ÉCOLOGIQUES

Lieux de contemplation et de repos, espaces de rencontre et d'échange, aires de jeu et de sport ou encore îlots de fraîcheur végétale, petits ou grands... les parcs de quartier sont de véritables joyaux dans notre environnement.

## Parc Marthe-Thiéry (rue Montcalm, entre les rues Ontario Est et Robin)

Grâce à ses nouveaux aménagements, le parc Marthe-Thiéry s'est métamorphosé en un îlot de verdure urbain où il est agréable de s'arrêter pour lire sous une lumière tamisée par les feuilles des arbres. Quant aux sentiers conçus pour répondre aux critères d'accessibilité universelle, ils invitent aux conversations entre amis et voisins. Faisant partie du parcours artistique d'*Arbre en art*, le parc accueillera l'œuvre *l'Envol* de l'artiste Claude Millette. Voilà une raison de plus pour y faire une halte apaisante.

**Nouveaux aménagements :** installation d'un mobilier confortable et fonctionnel, d'un pavé offrant couleurs et textures, d'une clôture ornementale, d'un éclairage plus efficace et moins énergivore ainsi que des treillis favorisant le développement des plantes grimpantes; plantation d'arbustes, de conifères et de plantes aux coloris, parfums et feuillages variés. Investissement : 140 000 \$.



© A. Annotte-Dupuis

## Plusieurs décisions à caractère écologique ont guidé l'élaboration de ces trois projets, entre autres :

- l'utilisation de produits et de matériaux de fabrication régionale;
- la récupération et le recyclage réalisés directement sur les chantiers (déchets de construction détournés des sites d'enfouissement);
- l'utilisation de matériaux ayant un contenu recyclé ou récupéré;
- les méthodes de travail limitant la quantité de poussière ou de particules libérée dans l'air;
- la protection des cours d'eau, grâce à l'installation de membranes qui retiennent les débris et les sédiments qui pourraient se retrouver dans les puisards en raison des pluies ou de l'érosion;
- le contrôle de la pollution lumineuse.



## Parc Colette-Devlin (rue Saint-Christophe, entre les rues Ontario Est et Robin)

Le parc Colette-Devlin est un bel exemple de revitalisation et de réappropriation par les citoyens des miniparcs de quartier. Lieu propice aux rassemblements, il a été aménagé de façon à accueillir divers événements. Dans ce parc ciblé par le parcours d'*Arbre en art*, la sculpture *Brindille* de l'artiste Jean Brillant trouvera un écrin idéal.

**Nouveaux aménagements :** installation de magnifiques bancs en pierre sciée, d'un pavé au motif original et de treillis en acier Corten pour plantes grimpantes qui contribueront à harmoniser l'espace; amélioration de l'éclairage. Investissement : 235 000 \$.



© A. Annotte-Dupuis

## Place Joseph-Venne (rue Ontario Est, entre les rues Poupart et Dufresne)

L'aménagement de l'ancien terrain de stationnement en face du centre Gédéon-Ouimet en place publique participe à la revitalisation de la rue Ontario Est. En plus de mettre en valeur la façade d'intérêt patrimonial du centre, la nouvelle place Joseph-Venne et sa fontaine distinctive – installation en septembre – augmentent l'offre d'espace public de qualité dans ce secteur névralgique de la ville. De plus, l'ajout de végétation et la couleur claire du pavé contribueront à éliminer un îlot de chaleur.

**Nouveaux aménagements :** installation d'une fontaine lumineuse, d'un pavé, de bancs et d'une clôture ornementale; création de jardins de pluie afin de réduire la charge du système d'égout; plantation de végétaux. Investissement : 1 043 000 \$.





# À LA RENCONTRE D'UNIVERS DIFFÉRENTS

À Montréal, comme dans d'autres grandes villes nord-américaines, la concentration de personnes itinérantes vivant au centre-ville entraîne des problématiques de cohabitation entre ces derniers, les résidents, les travailleurs, les étudiants et les voyageurs. Malgré des moyens limités, l'arrondissement de Ville-Marie soutient des projets et des initiatives favorisant une compréhension réciproque de la réalité de ces univers si différents.

© A.Armotte-Dupuis



© A.Armotte-Dupuis



## Maintenir le dialogue dans le Village

Composé de personnes provenant d'horizons différents, le Village vit des difficultés de cohabitation entre les commerçants de la rue Sainte-Catherine Est et les itinérants, les toxicomanes ayant des problèmes de santé mentale, les jeunes de la rue ainsi que les travailleurs du sexe qui s'installent dans la rue à court ou à plus long terme. La Société de développement commercial du Village, en collaboration avec l'arrondissement, a mis sur pied un programme dont le but est que tous puissent occuper l'espace public de façon sécuritaire, harmonieuse et sans multiplier les contraventions. Pour ce faire, deux intervenants de liaison sillonnent les rues du quartier pour sensibiliser les commerçants et les personnes marginalisées aux réalités des uns et des autres, en proposant des stratégies fondées sur la compassion et la responsabilité. En établissant un lien de confiance, les intervenants peuvent diriger adéquatement les personnes qui ont besoin d'aide vers les organismes qui sont en mesure de les aider. L'objectif est de maintenir le dialogue, la concertation et le réseautage pour améliorer le sentiment de sécurité dans le Village.

## Un projet convaincant à l'Accueil Bonneau

Depuis trois ans, en collaboration avec l'Accueil Bonneau, l'arrondissement de Ville-Marie subventionne le salaire d'intervenants de milieu qui sillonnent le parc Fleury-Mesplet et ses environs, où le nombre grandissant d'incivilités devenait préoccupant. Le but du projet est d'intervenir sur la prise en charge des personnes vulnérables par des intervenants spécialisés qui leur offrent un soutien et des services adaptés (santé, animation, réinsertion), en plus de voir à la diminution des actes d'incivilité, à l'amélioration de la propreté et de l'aménagement, et à la mise en place d'un code de vie au parc Fleury-Mesplet. Le poste de quartier 21, l'Association des résidents du Vieux-Montréal, la Société de développement commercial du Vieux-Montréal, le programme Tandem Ville-Marie de l'ASCCS et le CSSS Jeanne-Mance mettent également la main à la pâte. Aujourd'hui, les résidents se disent satisfaits des résultats obtenus. Non seulement le sentiment de sécurité s'est amélioré, mais il y a plus de résidents du quartier qui font du bénévolat à l'Accueil Bonneau.

## De nouveaux défis pour le square Cabot

Depuis plusieurs années, le square Cabot est le lieu de rencontre privilégié des Autochtones vivant ou arrivant à Montréal. Or, plusieurs vivent des moments difficiles en mettant les pieds dans la grande ville. Il y a peu de ressources pour aider ces personnes. Plusieurs ont donc beaucoup de difficulté à s'intégrer et à trouver leur place. La consommation d'alcool et la vente de drogues sont aussi très présentes dans le parc, ce qui en fait un endroit peu accueillant et insécurisant pour les résidents. La récente fermeture du square – pour permettre son réaménagement – entraîne inévitablement des changements importants dans les habitudes des utilisateurs. Le Foyer pour femmes autochtones de Montréal et son partenaire le YMCA Centre-ville, soutenus entre autres par l'arrondissement de Ville-Marie, font des interventions ciblées, de l'accompagnement, du référencement et le suivi nécessaire pour faciliter la réinsertion sociale des personnes vulnérables. En collaboration avec le poste de police de quartier n°12 et d'autres partenaires du secteur, deux intervenants font des tournées en périphérie du square Cabot afin de guider les clientèles marginales vers les ressources appropriées.

Parmi les nombreux organismes montréalais qui travaillent au mieux-être des personnes itinérantes vivant des difficultés, soulignons l'organisme Médecins du Monde qui vient de lancer sa toute première clinique mobile dans les rues de Montréal pour offrir des soins de santé aux populations marginalisées et l'excellent travail accompli par l'Équipe mobile de référence et d'intervention en itinérance (EMRII) formée d'un policier et d'un intervenant social qui va à la rencontre, peu importe où elles se trouvent, des personnes les plus vulnérables de Montréal, afin de leur venir en aide.

# VILLE-MARIE EN BREF...

## Arrivée de nombreux travailleurs dans un quartier en pleine effervescence

L'arrivée du Centre hospitalier de l'Université de Montréal (CHUM) au cœur du futur quartier de la santé de Montréal et la concentration de ses ressources sur un seul site génère d'importantes retombées positives. Cette année seulement, depuis l'ouverture des pavillons du Centre de recherche du CHUM (CRCHUM), le site accueille 4000 personnes, un effectif qui passera à 12 500 d'ici 2020. En ajoutant le déménagement de l'École supérieure de mode au cœur du campus central de l'UQAM, la construction d'un CLSC rue Sainte-Catherine Est ainsi que le développement rapide des entreprises du domaine des nouvelles technologies de l'information, le quartier voit sa population s'accroître considérablement.

Depuis l'adoption, au printemps 2013, du Programme particulier d'urbanisme (PPU) du Quartier des spectacles – Pôle du Quartier latin, l'arrondissement travaille de concert avec les intervenants du milieu pour planifier les interventions sur le territoire de manière à diversifier l'offre de logements, à revitaliser les artères commerciales et à créer un environnement de qualité. C'est ainsi que 376 logements verront bientôt le jour dans la partie nord de l'îlot Voyageur. Afin d'accroître le confort et la sécurité des personnes qui traversent aux intersections, des actions ciblées sont à l'étude de façon à assurer une cohabitation harmonieuse entre les nombreux véhicules, les cyclistes et les piétons. L'expérience urbaine du quartier est également bonifiée par l'apport d'éléments artistiques inspirants, telle la sculpture extérieure *Les Jeux de ficelles*, de Pierre Bourgault au CRCHUM, ou encore la présence de la cuisine de rue à proximité des lieux de travail. L'arrondissement souhaite faire du Quartier latin un milieu de vie toujours plus attrayant et convivial pour tous.



## Attention! Paiement en espèces maintenant limité à 500 \$

À compter du 1<sup>er</sup> septembre 2014, il ne sera plus possible de régler des transactions de plus de 500 \$ en argent comptant aux bureaux Accès Montréal et au comptoir des permis de l'arrondissement de Ville-Marie. Au-delà de ce montant, un autre mode de paiement devra être utilisé pour conclure une transaction (carte de débit ou de crédit, chèque ou mandat). Notez que le paiement des taxes municipales ne peut pas être effectué par carte de crédit.

## Le centre-ville, plus habité que jamais

Montréal s'est toujours distingué, tout comme New York, des autres grandes villes nord-américaines par son centre-ville habité et depuis quelques années, le marché résidentiel dans ce quartier connaît une effervescence sans précédent. Les secteurs est et ouest comptent 23 projets résidentiels totalisant plus de 4 200 logements.



## Un potager à l'hôtel de ville

Alors que de plus en plus de potagers urbains font leur apparition, des bacs de plantes et de fleurs comestibles ont été aménagés sur la terrasse de l'hôtel de ville cet été. De plus, une mosaïque végétalisée soulignant l'Année internationale de l'agriculture familiale a été réalisée devant l'hôtel de ville.





# VILLE-MARIE EN BREF...

## Résidus verts et écoresponsabilité

Les résidus organiques qui proviennent de votre jardin, de votre cour ou de votre potager (rognures de gazon, feuilles mortes) font l'objet d'une collecte distincte afin d'être compostés. La façon écoresponsable de disposer de vos résidus verts est de les mettre dans des sacs et de les déposer en bordure de rue entre 5 h et 8 h le matin de la collecte, soit le mercredi, du 1<sup>er</sup> octobre au 19 novembre. Certains résidus verts peuvent aussi être apportés à un écocentre de Montréal. Renseignez-vous avant de vous déplacer ☎ 514 872-0384.

Les écocentres les plus proches :

- Écocentre La Petite-Patrie, 1100, rue des Carrières
- Écocentre Eadie, 1868, rue Cabot
- Écocentre Côte-des-Neiges, 6925, chemin de la Côte-des-Neiges

📍 [ville.montreal.qc.ca/info-collecte](http://ville.montreal.qc.ca/info-collecte)



## Des données ouvertes disponibles pour tous

Le registre des bâtiments vacants de Ville-Marie ainsi que l'ensemble des procès-verbaux des séances du conseil d'arrondissement, de 2002 à ce jour, sont maintenant disponibles en format ouvert sur le portail des données ouvertes de la Ville de Montréal. De nombreuses autres données provenant des services centraux et des arrondissements sont également accessibles sur ce site, soit le répertoire des pistes cyclables, l'emplacement des jardins communautaires, une maquette 3D du centre-ville ainsi qu'une multitude de photographies et vues aériennes tirées des Archives de Montréal.

L'accès à ce type d'information a permis, au cours des dernières années, la création d'outils pratiques notamment pour planifier des déplacements en transport collectif ou encore pour localiser des patinoires. Ces données peuvent aussi servir à l'occasion de consultations publiques ou de recherches historiques et universitaires.

Pour télécharger les ensembles de données et découvrir les applications conçues à partir de celles-ci, consultez le portail des données ouvertes de la Ville de Montréal.

📍 [donnees.ville.montreal.qc.ca](http://donnees.ville.montreal.qc.ca)

## Des microbibliothèques dans Ville-Marie

Afin de favoriser l'accès aux livres, des microbibliothèques – petites boîtes remplies de livres usagés – apparaîtront dans les parcs et les espaces publics de l'arrondissement dès le printemps 2015. Ce programme ayant également pour but de valoriser le patrimoine architectural montréalais et la participation citoyenne est une initiative des bibliothèques Frontenac et Père-Ambroise. Seuls ou au cours d'ateliers dirigés par un designer et un architecte, nous vous invitons à concevoir différentes maquettes de microbibliothèques qui seront soumises à un jury et exposées à l'occasion d'un concours. Ce projet a reçu une aide financière de 10 000 \$ du Bureau du design de la Ville de Montréal et du ministère de la Culture et des Communications. Informez-vous auprès de votre bibliothèque préférée.



© A.Amnotte-Dupuis

## Amélioration des infrastructures et réfection routière

Près de 3 M\$ seront investis dans des travaux de planage, de pavage et de reconstruction de trottoirs pour améliorer le réseau routier de Ville-Marie et en assurer le maintien à un niveau acceptable pour les prochaines années. Les travaux ont débuté en juillet 2014 et se poursuivront jusqu'à l'été 2015.

Par ailleurs, des conduites d'égout et d'aqueduc seront remplacées dans les rues Dorion, entre la rue La Fontaine et le boulevard De Maisonneuve Est, et de Rouen, entre les rues de Bordeaux et Dorion. La chaussée des deux rues sera complètement reconstruite, tout comme les trottoirs qui seraient endommagés durant ces travaux qui s'élèveront à un peu plus de 3 M\$.

Enfin, l'arrondissement consacrera 50 000 \$ à l'achat et à l'installation de supports à vélos. L'ajout de ces supports a pour but notamment d'encourager le transport actif.

## Un projet identitaire pour le secteur du Champ-de-Mars

Le 10 septembre, venez partager vos idées et vos inspirations sur la vocation de ce lieu que souhaite réaménager la Ville de Montréal à l'occasion de son 375<sup>e</sup> anniversaire. Rendez-vous dès midi pour l'ouverture des activités sur le Champ-de-Mars (derrière l'hôtel de ville). Pour plus d'information : 📍 [ville.montreal.qc.ca/secteurcdm](http://ville.montreal.qc.ca/secteurcdm)



## Imaginez la future « Sainte-Cath » et partagez vos idées

Les infrastructures souterraines centenaires de la rue Sainte-Catherine Ouest seront remplacées sur une longueur de 2,2 km, entre l'avenue Atwater et la rue De Bleury. Ce projet d'envergure sera réalisé en plusieurs phases. Le début des travaux est prévu pour le printemps 2016 avec le souci de préserver l'activité commerciale et la qualité de vie des riverains.

Ces travaux importants sont une occasion idéale de repenser le réaménagement complet de cette artère symbolique de Montréal. Un moment privilégié pour lui redonner ses lettres de noblesse et en faire une rue digne d'une grande métropole et de l'affection que lui portent les Montréalais depuis si longtemps. Le nouvel aménagement devra répondre aux besoins des générations futures, d'où l'importance d'y réfléchir collectivement afin de guider l'élaboration du concept.

Vous avez des idées? Vous voulez les partager?

Participez à la réflexion sur le concept d'aménagement [saintecath.ca](http://saintecath.ca)

Pour en savoir davantage [ville.montreal.qc.ca/saintecatherineouest](http://ville.montreal.qc.ca/saintecatherineouest)



## Renouvellement des vignettes de stationnement — Évitez la cohue!

Les vignettes de stationnement sur rue réservées aux résidents (SRRR) arrivent à échéance le 30 septembre. Évitez la cohue en les renouvelant dès maintenant dans l'un des deux bureaux Accès Montréal-Ville-Marie. Ayez en main le certificat d'immatriculation du véhicule, votre certificat d'assurance automobile et votre permis de conduire. Les tarifs sont de 52\$ pour la première vignette et de 104\$ (taxes incluses) pour chaque vignette additionnelle à une même adresse, mais pour un utilisateur différent.

Pour connaître les pièces justificatives requises :

[ville.montreal.qc.ca/villemarie](http://ville.montreal.qc.ca/villemarie) section Services aux citoyens/signalisation et stationnement.

## Découverte de quartiers

Vous songez à acquérir une propriété résidentielle? Les samedis 18 et 25 octobre, ne manquez pas la cinquième *Découverte de quartiers*. Accompagné d'animateurs et de spécialistes en immobilier passionnés, vous pourrez parcourir l'un des circuits guidés en autobus offerts gratuitement.

Dans Ville-Marie, la visite vous permettra de découvrir ou de redécouvrir le quartier de Sainte-Marie. En pleine revitalisation, ce secteur est très bien desservi par le transport collectif. Il abrite de nombreux parcs, le centre Jean-Claude-Malépart, la bibliothèque et la maison de la culture Frontenac, des coopératives d'artistes, quatre écoles primaires et deux secondaires, des églises ainsi que des rues commerciales, Sainte-Catherine Est et Ontario Est, offrant tous les services.

Qui sait, vous y trouverez peut-être le nid dont vous rêvez depuis longtemps? C'est un rendez-vous. Faites vite, les places sont limitées. Pour vous joindre à nous ou pour découvrir d'autres milieux de vie à Montréal, inscrivez-vous à compter du 15 septembre.

[habitermontreal.com](http://habitermontreal.com)





# LES BIBLIOTHÈQUES



Vadrouille l'épouvantail

## Bibliothèque Frontenac

2550, rue Ontario Est

📍 Frontenac

☎ 514 872-7890

Lundi et vendredi de 12 h à 18 h

Mardi au jeudi de 10 h à 20 h

Samedi de 10 h à 17 h

Dimanche de 12 h à 17 h

🌐 bibliomontreal.com

Consultez

🌐 ville.montreal.qc.ac/villemarie ou

📘 /BiblioFrontenac

pour connaître la programmation  
de novembre et de décembre 2014.

## 25 ANS, ÇA SE FÊTE EN GRAND!

Féria dans Sainte-Marie

Fête familiale au parc Médéric-Martin •

Pour tous

Samedi 6 septembre de 12 h à 17 h

— Voir *Fêtes familiales* à la page 12.

25 ans, 25 souvenirs

De septembre à décembre

Expositions et signature du livre d'or.

25 ans, 25 personnages

De septembre à décembre

Exposition de livres et concours.

En vedette, 25 personnages marquants de  
la littérature. Saurez-vous les identifier  
tous? Que de livres à emprunter. Et de  
belles surprises à gagner.

## POUR LES MORDUS DE JEUX...

Consoles de jeux vidéo accessibles tous  
les jours en fin d'après-midi. Nombreux  
jeux de Wii, Xbox et PS3 à apporter à la  
maison. Jeux de société, jouets pour tous  
les âges et pour tous les goûts.

Dimanche 14 septembre de 14 h à 15 h 30

Les dimanches créatifs • 5 à 12 ans

Fabrication de cartes animées à l'aide  
de mécanismes simples du *pop up*.

Samedi 20 septembre de 11 h à 12 h

Heure du conte • 3 à 5 ans

Éveil à la lecture en famille.

— Les parents sont invités.

Dimanche 28 septembre de 14 h à 15 h

Les p'tits génies du dimanche

• 9 à 12 ans

Les jeux vidéo, une activité physique?

Quels sont les effets des jeux vidéo sur le  
corps : pulsations cardiaques, consommation  
d'oxygène, transformation d'énergie...

Des résultats étonnants.



© A. Annette-Dupuis

Samedi 4 octobre de 11 h à 11 h 35

Les tout-petits contes • 18 mois à 3 ans,  
accompagnés d'un adulte

Contes, comptines et moments tendres  
en compagnie de Rosette et de son ami  
Petit Ours brun. Éveil à la lecture en famille.

Vendredi 17 octobre de 16 h à 17 h

Les bricos du vendredi • 6 à 12 ans

Pour terminer la semaine en beauté,  
Ginette propose des projets de  
bricolage créatifs et stimulants.

Dimanche 19 octobre de 14 h à 15 h 30

Les dimanches créatifs • 6 à 12 ans

Initiation à l'impression 3D. Présentation  
de logiciels de modélisation, d'œuvres  
et d'artistes utilisant cette technologie.  
En collaboration avec le centre Turbine.

Samedi 25 octobre de 11 h à 11 h 45

Vadrouille l'épouvantail et le voleur  
de citrouilles • 2 à 7 ans

Comédien et marionnettes invitent  
les enfants à bouger, à chanter et  
à développer leur imagination. Éveil  
à la lecture en famille.

Samedi 25 octobre de 14 h à 16 h

Les mots partagés • Adultes

Des ateliers de lecture et d'échange  
pour les adultes, favorisant le partage  
avec les nouveaux arrivants.

— Inscription requise pour la série de  
rencontres animées par Béatrice Swift  
(les samedis 25 octobre, 8 novembre,  
22 novembre et 6 décembre).

Jeudi 30 octobre à 18 h 30

Architecture et microbibliothèques  
citoyennes • Pour tous

Conférence ayant pour sujet l'architecture  
originale et diversifiée de Ville-Marie et  
de ses divers quartiers, ainsi que le mouvement  
mondial de microbibliothèques citoyennes.  
Suivie d'ateliers de création les semaines  
suivantes.



## • À vos liseuses, tablettes et ordinateurs!

Le réseau des bibliothèques de Montréal vous offre de plus en plus de titres grâce à sa plateforme de prêt numérique. Évitez les frais de retard.

🔗 [bibliomontreal.com/numerique](http://bibliomontreal.com/numerique)

## Bibliothèque Père-Ambroise

2093, rue de la Visitation, 3<sup>e</sup> étage

📍 Beaudry

☎ 514 872-1633

Lundi et jeudi de 9 h 30 à 17 h

Mardi de 9 h 30 à 20 h

Mercredi de 9 h 30 à 18 h

Vendredi et samedi de 10 h à 17 h

Dimanche de 12 h à 17 h

🔗 [bibliomontreal.com](http://bibliomontreal.com)

Consultez

🔗 [ville.montreal.qc.ac/villemarie](http://ville.montreal.qc.ac/villemarie) ou

📘 /BiblioPereAmbroise

pour connaître la programmation de novembre et de décembre 2014.

À partir du 12 septembre

Les vendredis après-midi de 15 h 15 à 16 h 45

**Séance de jeux vidéo • Pour tous**

Jouez sur vos consoles préférées à la bibliothèque.

À partir du 14 septembre

Les dimanches après-midi de 13 h à 16 h

**Animation de jeux vidéo • Pour tous**

Jouez avec vos amis et Lufy sur vos consoles préférées.

Les mardis de 18 h 15 à 19 h 45

**On bricole! • 14 ans et +**

• Tricot-thé, 16 septembre et 28 octobre

• Cartes *pop up*, 30 septembre

• Feutrage à l'aiguille, 14 octobre

À partir du 30 septembre

Tous les deux mardis de 14 h à 16 h 15

**Club de lecture Les Millefeuilles • Adultes**

—Demander Diane pour l'inscription  
514 872-1700

À partir du 17 septembre

Toutes les trois semaines de 16 h 15 à 18 h

**Club de lecture Les Mangeurs de livres**

• *Ados*

—Demander Diane pour inscription  
514 872-1700

Samedi 6 septembre à 14 h

**Fête de clôture du club de lecture d'été**

• 3 à 13 ans

Où est Charlie? • Spectacle

Vendredi 26 septembre à 10 h 30

**Rencontre avec l'auteure et illustratrice**

**Roslyn Schwartz • Groupes scolaires**

Création d'un livre à la façon de Roslyn.

Samedi 27 septembre à 10 h 30

**Heure du conte pour les petits • 0 à 3 ans**

Histoires rigolotes de *Lis avec moi*.

Samedi 27 septembre à 13 h 30

**Bricolage avec Karine • 5 à 11 ans**

Architecture et construction.

Samedi 4 octobre à 10 h 30

**Atelier d'éveil musical • 3 à 5 ans**

Instruments de musique africains, danse et comptines avec Jean-Marie Ntsongo.

Mardi 21 octobre à 9 h et à 10 h 15

**Lecture des albums de la sélection IFLA\***

• **Groupes scolaires**

Semaine des bibliothèques publiques du 18 au 25 octobre

\*Fédération internationale des associations de bibliothécaires et des bibliothèques

Vendredi 24 octobre

**Ateliers d'art à l'Écomusée du fier monde**

• **Groupes scolaires**

Mois de l'accessibilité universelle

Samedi 25 octobre à 10 h 30

**Programme Contact souligne ses 25 ans!**

• 0 à 5 ans

Comptines avec Marie-France Genest, en collaboration avec l'Association des familles du Centre-Sud.

Samedi 25 octobre à 13 h 30

**Bricolage avec Karine • 5 à 11 ans**

Thème : l'Halloween.

## • Lire, c'est payant!

Lisez et remboursez vos amendes. Vous avez des livres, des DVD ou des CD en retard? Du 18 au 25 octobre, à l'occasion de la Semaine des bibliothèques publiques, les jeunes de 13 ans et moins pourront payer les frais des documents remis en retard en lisant. Informez-vous auprès de votre bibliothèque favorite.

Mardi 28 octobre à 18 h 30

**Architecture et microbibliothèques citoyennes • Pour tous**

Conférence ayant pour sujet l'architecture originale et diversifiée de Ville-Marie et de ses divers quartiers, ainsi que le mouvement mondial de microbibliothèques citoyennes. Suivie d'ateliers de création les semaines suivantes.



# LA MAISON DE LA CULTURE FONTENAC

2550, rue Ontario Est

📍 Frontenac

☎ 514 872-7882

🌐 [ville.montreal.qc.ca/villemarie/mcf](http://ville.montreal.qc.ca/villemarie/mcf)

📱 /McFrontenac

Consultez

🔗 [accesculture.com](http://accesculture.com) pour connaître la programmation de novembre et de décembre 2014.

## • Programmation partielle Automne 2014

### • 25 ANS DÉJÀ!

Depuis 25 ans, la maison de la culture Frontenac vous propose des découvertes par centaines : expositions, théâtre, musique, cinéma, danse et rencontres.

Maison de la culture  
**frontenac**



Sauf indication contraire, toutes les activités présentées à la maison de la culture Frontenac sont gratuites. Les laissez-passer sont disponibles deux semaines avant la date de l'activité à la maison de la culture Frontenac ou sur le site [www.accesculture.com](http://www.accesculture.com). Des frais de service sont perçus pour les réservations en ligne.

## Expositions

Du 4 septembre au 5 octobre  
Studio 1

### Composer avec l'horizon

Œuvres de Bertrand R. Pitt

Bertrand R. Pitt s'intéresse à notre rapport ambigu à la vitesse et aux technologies ainsi qu'aux liens sensibles qui se tissent entre notre corps et le paysage. Par des dispositifs interactifs minimalistes, ses installations vidéo nous invitent à vivre une expérience introspective où s'entremêlent trouble et fascination.

© Bertrand R. Pitt



Travelling [transition] (Hwy 1 West, 03-2012), 2012, impression au jet d'encre sur polypropylène, 102 x 39 cm

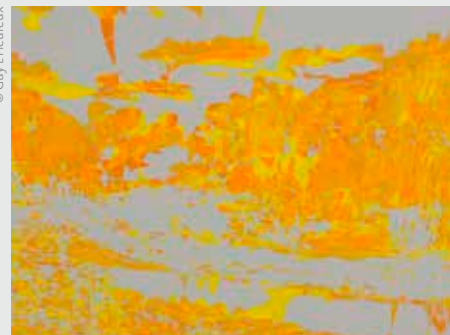
Studio 2

### Anatomie des Interlignes

Tableaux de Daniel Lahaise

Les œuvres *Interlignes* sont le résultat d'une recherche sur la notion étendue du portrait et du temps. Ce projet remet en question l'instantanéité, voire la répétition comme moteur de création et la temporalité incluse dans le médium de la peinture.

© Guy L'Heureux



Interlignes 31, 2013, acrylique et peinture aérosol sur bois, 61 x 61 cm

## Spectacles

Samedi 6 septembre à 16 h

*Parfois, dans la vie, les choses changent*

— Spectacle pour la famille • 5 ans et +

La compagnie Bande Artistique présente un spectacle de cirque alliant jonglerie et opéra dans un enrobage innovant et clownesque.

Mercredi 10 septembre à 20 h

*Emily L. — Spectacle littéraire*

Lecture-rencontre autour de Marguerite Duras. En hommage à la grande romancière française née il y a 100 ans, Françoise Faucher et Denis Lavalou proposent une lecture du roman *Emily L.* suivie d'une période d'échange



Marguerite Duras

Jeudi 11 septembre à 20 h

*Il n'y a rien de plus beau que la vie!*

— Musique

La Fanfare Pourpour et 38 enfants de l'école Champlain aux voix, djembés, guiros, bongos, carillons et xylophones interprètent les musiques et les chansons qu'ils ont composées.

Samedi 20 septembre à 15 h

*La danse intégrée*

— Conférence de France Geoffroy

La danseuse professionnelle tétraplégique France Geoffroy nous convie à un exposé sur l'origine de cette discipline, suivi d'un extrait dansé de la pièce *Variations pour corps multiples* et d'un échange avec le public.

Jeudi 25 et vendredi 26 septembre à 20 h

*Jamais Seule et Variations pour corps multiples*  
— Danse

La compagnie Corpuscule Danse met en scène la rencontre inusitée et audacieuse d'interprètes avec et sans handicap. Deux créations atypiques et touchantes sont au programme : *Jamais Seule* et *Variations pour corps multiples*.



© Véro Boncompagni

Samedi 27 septembre à 13 h 30 et à 15 h 30

*Contes pour les enfants de 1000 jours*

— Théâtre • 2 à 4 ans

Monsieur Boubou a donné rendez-vous à ses petits-enfants. Tout le monde est arrivé. Il suffit d'ouvrir nos yeux et nos oreilles. Une production du Théâtre de l'Avant-Pays présentée à l'occasion des Journées de la culture.

Lundi 29 septembre à 20 h

*Les lundis d'Edgar : Trio Hochelaga*

— Musique

Le Trio Hochelaga, l'un des ensembles les plus importants de musique de chambre sur la scène musicale québécoise et canadienne, interprète des œuvres marquantes et fortes du répertoire romantique et de l'époque classique de même que des compositions du XX<sup>e</sup> siècle.



Mardi 30 septembre à 20 h

*De Temps Antan*

– *Musique et chanson traditionnelles*

Le trio *trad* québécois *De Temps Antan* joue d’une renommée internationale. Il propose une soirée festive, haute en couleur et conviviale, un hymne charpenté et repiqué à la gloire d’antan. Chansons à répondre, giges, tapements de pieds et *reels* seront au rendez-vous.

© Odile Boucher



Jeudi 2 octobre à 20 h

*Jazzlab Orchestra – Jazz*

Muni d’un répertoire à multiples facettes et d’un swing à toute épreuve, le *Jazzlab Orchestra* propose le projet *World Colors*, dont les pièces composées par le pianiste John Roney ont été inspirées de ses nombreux voyages.

© Jazzlab Orchestra



Mardi 7 octobre à 20 h

*Le Carrousel – Théâtre*

Le nouveau récit théâtral de l’auteure Jennifer Tremblay déploie, avec force, la mémoire d’une femme qui tente de saisir le cycle de vie qui la définit pour arriver à le définir à son tour. Mise en scène de Patrice Dubois, avec la comédienne Sylvie Drapeau. Spectacle créé au Théâtre d’Aujourd’hui.

Mercredi 8 octobre à 19 h 30

*Tom à la ferme – Un film de Xavier Dolan*

Le film raconte le séjour de Tom, un citadin originaire de Montréal, dans la campagne québécoise pour l’enterrement de son amant. Il y rencontre la mère de celui-ci, qui ignore l’orientation sexuelle de son fils défunt, et son frère, un fermier viril et violent qui insiste pour que Tom cache leur relation à sa mère éplorée. Adaptation de la pièce de théâtre de Michel Marc Bouchard.

© tirée du film



Mercredi 15 octobre à 19 h 30

*L’ONF à la maison : Autoportrait sans moi – Un documentaire de Danic Champoux*

À l’heure des médias sociaux, ils sont 50 à exposer une part de leur intimité et à partager leurs expériences de vie devant la caméra. Regroupées, ces confessions parfois lourdes, souvent cocasses, composent une trame dramatique riche et éclatée. Projection suivie d’une discussion avec le réalisateur Danic Champoux.

© tirée du film



Jeudi 16 octobre à 20 h

*Shauit – Musique*

Auteur-compositeur-interprète, Shauit chante en français, en anglais, mais surtout dans sa langue maternelle, l’innu. Artiste engagé, ses chansons reggae-pop à saveur *dance hall* parlent d’amour, d’espoir, d’environnement, de respect et de paix.

© Luckensy Odigietien



Samedi 18 octobre à 14 h

*Là où j’habite – Théâtre • 2 à 5 ans*

Téqui et Téou dépliant et repliant de petits univers scéniques faits de papier, de carton, de sons ou de lumière pour découvrir les frontières et les chemins de Soi vers l’Autre. Présenté en collaboration avec le Conseil des arts de Montréal.

Mercredi 29 octobre à 20 h

*Don Pasquale – Opéra de Gaetano Donizetti*

Amour, argent et fourberie sont au cœur de l’intrigue de ce récit abracadabrante où les grands airs et la comédie se côtoient. Qui de l’amour ou de la ruse triomphera cette fois? Une production des Jeunesses Musicales du Canada pour quatre chanteurs et un pianiste.

© Maxime Leduc



Vendredi 31 octobre à 20 h

*L’Éternelle Fiancée du docteur Frankenstein – Spectacle musical et cinématographique*

• *Tout public dès 8 ans*

D’après l’œuvre de Mary Shelley, *L’Éternelle Fiancée du docteur Frankenstein* est le plus récent film muet mis en paroles et en musique par La Cordonnerie, un groupe de musiciens-bruiteurs et de comédiens-narrateurs.

© insits productions



© Laurent Combe

Mercredi 22 octobre à 20 h

*La vie commence ici – Jazz*

– *Quartette Marianne Trudel + Ingrid Jensen*

La pianiste et compositrice Marianne Trudel nous propose son nouveau disque *La vie commence ici*. Elle a réuni les meilleurs ingrédients afin de livrer une musique qui touchera autant les connaisseurs que les néophytes. Le groupe s’allie l’extraordinaire trompettiste new-yorkaise Ingrid Jensen.

## CULTURE DANS PETER-MCGILL

### Église St. James the Apostle

📍 Salle Shatford

1439, rue Sainte-Catherine Ouest  
(entre les rues Mackay et Bishop)

📞 Guy-Concordia

☎ 514 236-7640

🌐 accesculture.com

- Spectacles gratuits  
Ouverture des portes 30 minutes avant les représentations.  
Premier arrivé, premier servi.



Consulter 🌐 accesculture.com pour connaître la programmation de novembre et de décembre 2014.

**Samedi 20 septembre, 11 h**  
*Skarazula* – Spectacle musical médiéval  
• 3 à 6 ans

Évoquant à la fois les troubadours, les preux chevaliers et les gentes dames, le Moyen Âge exerce une véritable fascination auprès des jeunes et des moins jeunes. Un spectacle qui fera vivre aux jeunes un voyage dans l'Europe médiévale.



**Samedi 4 octobre, 20 h**  
*Cordes en délire* – Musique classique aux couleurs du XX<sup>e</sup> siècle

Le violoncelliste Sébastien Lépine et le violoniste Antoine Bareil revisitent avec souplesse et raffinement des œuvres de prestigieux compositeurs modernes et proposent quelques-unes de leurs œuvres.



**Samedi 18 octobre, 20 h**  
*Fortin, Léveillé, Donato et Nasturica*  
– Musique du monde de jazz

Les talentueux guitaristes Luc Fortin et Richard Léveillé, l'excellent contrebassiste Michel Donato et l'incroyable accordéoniste roumain Marin Nasturica présentent leur nouvel album éponyme aux couleurs jazz du monde.



**Samedi 25 octobre**  
*Fête de l'Halloween* • Pour toute la famille  
Un rendez-vous familial à ne pas manquer.

## FÊTES DE FAMILLE

**Mardi 19 août de 17 h à 20 h**  
Parc Charles-S.-Campbell

Fête de quartier pour toute la famille. Musique, BBQ, épiluchette de blé d'Inde et animations.

**Samedi 23 août de 11 h à 14 h**  
Parc Julia-Drummond

Fête familiale de l'Association des résidents de Victor-Hugo/Lucien-L'Allier.

**Samedi 6 septembre de 11 h à 14 h**  
Parc Percy-Walters

Épiluchette de blé d'Inde de l'Association des familles du parc Percy-Walters. Animation pour enfants.

**Samedi 6 septembre de 12 h à 17 h**  
*Féria dans Sainte-Marie*

La bibliothèque et la maison de la culture frontenac fêtent leurs 25 ans.

- **12 h au parc Médéric-Martin**  
Activités issues de l'univers du cirque (jonglerie, acrobatie, spectacle, maquillage, etc.) Barbe à papa et hot-dog.
- **14 h 45 à la bibliothèque Frontenac**  
Contes et bricolages pour les tout-petits; rallye pour les plus grands mettant en vedette des personnages marquants de la littérature.
- **16 h à la maison de la culture Frontenac**  
Spectacle de théâtre clownesque. Soyez des nôtres pour souligner les 25 ans de la bibliothèque et de la maison de la culture Frontenac.

**Samedi 13 septembre de 12 h à 16 h**  
Parc des Royaux

Des blés d'Inde royaux. Épiluchette de blé d'Inde, maquillage pour enfants, animation, jeux gonflables et prix de présence

Les événements seront remis au lendemain en cas de pluie. Quant à la Féria dans Sainte-Marie, elle se déroulera au gymnase du centre Jean-Claude-Malépart en cas de pluie.

## TOURNOI DE PÉTANQUE



**Dimanche 24 août à 13 h • 13 ans et +**  
Espace Faubourg Québec

Bienvenue à tous. Inscription sur place. Beau temps, mauvais temps.



## Inscrivez-vous à l'Infolettre de Ville-Marie et courez la chance de gagner un iPad.

Parcourez en un clin d'œil tout ce qui se passe dans votre arrondissement: réaménagement, nouveaux projets, faits saillants des séances du conseil d'arrondissement, activités culturelles, sportives et sociales... Recevez deux fois par mois des nouvelles fraîches de Ville-Marie dans votre boîte courriel.

Vous avez jusqu'au 15 octobre pour vous inscrire, il suffit de quelques secondes.

🌐 ville.montreal.qc.ca/infolettrevillemarie







.....

# Programmation des activités de sports et de loisirs

Automne 2014 • Hiver 2015

.....

DES CENTAINES  
D'ACTIVITÉS POUR  
TOUTE LA FAMILLE  
AU **CENTRE** DE  
VOTRE QUARTIER





# L'arrondissement en un clin d'oeil

Procurez-vous la carte détaillée de l'arrondissement pour connaître les services et les installations près de chez vous. Elle vous est offerte gratuitement dans nos deux bureaux Accès Montréal.

- 1

**Bureau d'arrondissement**  
Cabinet des élus  
BAM Place Dupuis  
Comptoir des permis  
800, boulevard De Maisonneuve Est  
17<sup>e</sup> étage
- 2

**BAM de l'hôtel de ville**  
Accès par l'entrée du  
510, rue Gosford

**Légende des picto**

Lieux accessibles aux personnes handicapées et à mobilité réduite autonomes

Lieux accessibles aux personnes handicapées et à mobilité réduite accompagnées

## CULTURE

- 3

**Bibliothèque des jeunes de Montréal**  
1410, rue Pierce
- 4

**Bibliothèque et centre d'informatique Atwater**  
1200, avenue Atwater
- 5

**Bibliothèque et maison de la culture Frontenac**  
2550, rue Ontario Est
- 6

**Bibliothèque Père-Ambroise**  
2093, rue de la Visitation
- 7

**Chapelle historique du Bon-Pasteur**  
100, rue Sherbrooke Est

## POSTES DE QUARTIER DU SPVM ET CASERNES

- 8

**PDQ 12**  
21, rue Stanton
- 9

**PDQ 20**  
1432, rue Sainte-Catherine Ouest
- 10

**PDQ 21**  
1180, rue Sainte-Élizabeth
- 11

**PDQ 22**  
1200, avenue Papineau
- 12

**Caserne 5**  
75, rue Ontario Est
- 13

**Caserne 10**  
1445, rue Saint-Mathieu

- 14

**Caserne 19**  
2000, rue De Lorimier
- 15

**Caserne 20**  
920, rue Saint-Urbain
- 16

**Caserne 25**  
1212, rue Drummond

## PARCS

- 17

**Espace Pierre-Bourgault**  
— Aire de loisir
- 18

**P.A.Q. 19**  
— Aire de jeu
- 19

**Parc Berthier**  
— Aire de jeu
- 20

**Parc Charles-S.-Campbell**  
— Aire de jeu, aire de loisir
- 21

**Parc de la Chasse-Galerie**  
— Aire de jeu, aire de loisir
- 22

**Parc des Faubourgs**  
— Aire de jeu, jeux d'eau
- 23

**Parc des Joyeux-Vikings**  
— Aire de jeu, jeux d'eau
- 24

**Parc des Royaux**  
— Basketball, aire de jeu, jeux d'eau, patin à roulettes, aire d'exercice pour chiens
- 25

**Parc des Vétérans**  
— Basketball, aire de jeu, jeux d'eau, patinoire, pataugeoire, hockey sur patins à roulettes

- 26

**Parc du Mont-Royal**  
— Aire de jeu, vélo, ski de randonnée, raquette, sentier piétonnier, patinoire
- 27

**Parc Félix-Antoine-Savard**  
— Aire de jeu
- 28

**Parc François-Dollier-De Casson**  
— Aire de jeu
- 29

**Parc Hector-Toe-Blake**  
— Aire de jeu
- 30

**Parc Henri-Dunant**  
— Aire de loisir
- 31

**Parc Jos-Montferrand**  
— Aire de jeu, soccer
- 32

**Parc Julia-Drummond**  
— Aire de jeu
- 33

**Parc Marcelle-Barthe**  
— Jeux d'eau
- 34

**Parc Médéric-Martin**  
— Tennis, aire de jeu, pataugeoire, aire de loisir
- 35

**Parc Olivier-Robert**  
— Aire de jeu, pataugeoire
- 36

**Parc Percy-Walters**  
— Aire de jeu, aire d'exercice pour chiens
- 37

**Parc Persillier-Lachapelle**  
— Aire de jeu, aire de loisir, jeux d'eau
- 38

**Parc Pilote (espace Duke-Brennan)**  
— Aire d'exercice pour chiens

- 39

**Parc Raymond-Blain**  
— Aire de loisir
- 40

**Parc Sainte-Marie**  
— Aire de jeu
- 41

**Parc Saint-Jacques**  
— Aire de jeu
- 42

**Parc Skateplaza**  
— Planche à roulettes
- 43

**Parc Toussaint-Louverture**  
— Basketball, aire de jeu, jeux d'eau, soccer, aire de loisir, patinoire
- 44

**Parc Walter-Stewart**  
— Aire de jeu, baseball, patinoire
- 45

**Ruelle verte Larivière**  
— Aire de loisir
- 46

**Parc de la Cité-du-Havre**
- 47

**Parc Jean-Drapeau**

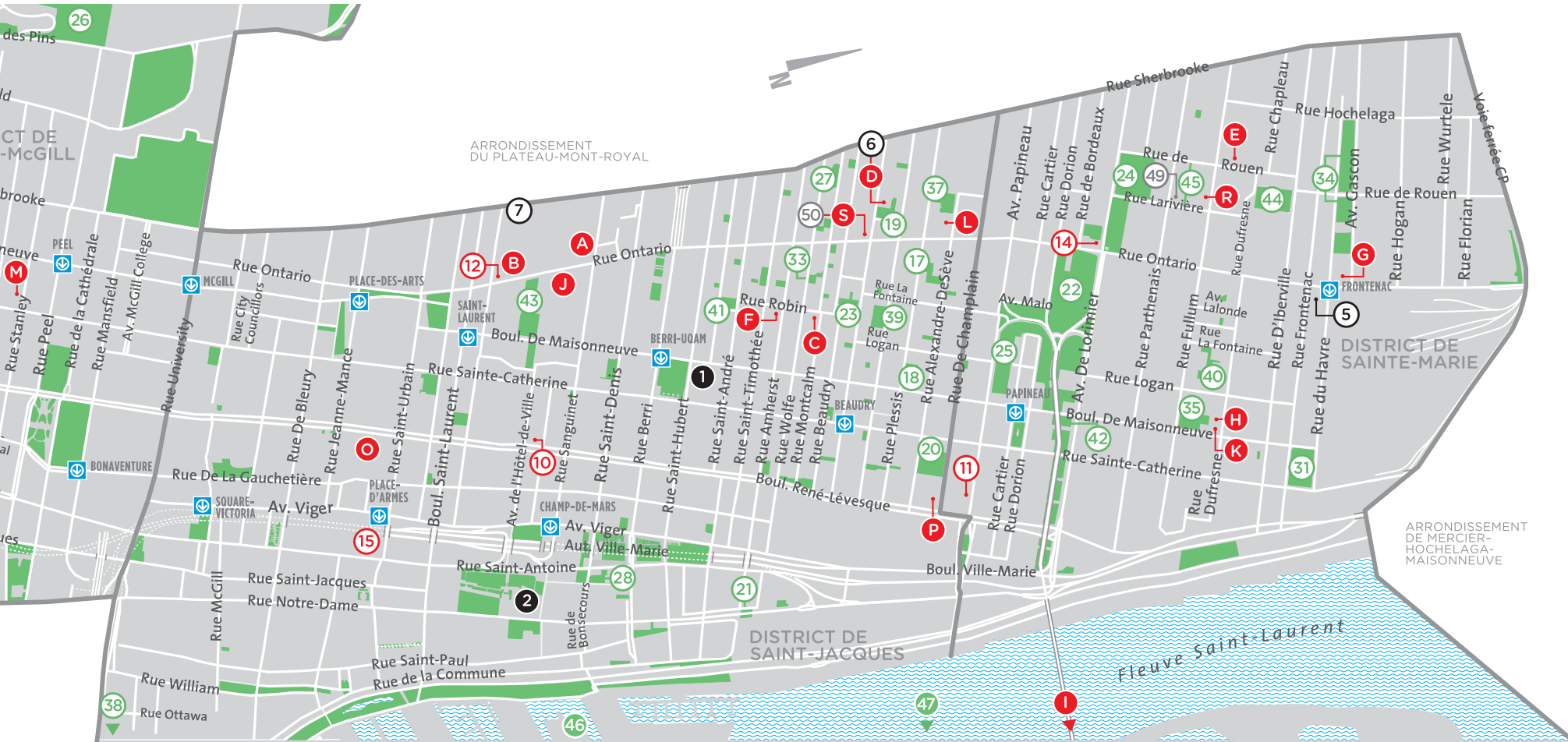
## ÉCOQUARTIERS

- 48

**Éco-quartier de Peter-McGill**  
1240, rue Saint-Marc  
514 933-1069  
eco-quartierpm.org
- 49

**Éco-quartier de Sainte-Marie**  
2151, rue Parthenais  
514 523-9220  
eco-quartiersm.ca
- 50

**Éco-quartier de Saint-Jacques**  
2022, rue de la Visitation  
514 522-4053, poste 205



# DES ACTIVITÉS ET DES COURS POUR TOUS LES GOÛTS ET TOUS LES ÂGES

## Inscription

Les périodes d'inscription et les coordonnées des organismes partenaires sont indiquées aux pages 2 et 3 du présent répertoire.

### Lieu de l'inscription

L'inscription se fait généralement à l'endroit même où se déroule l'activité.

### Début et durée de l'activité

La date de début de chaque activité est indiquée dans la liste des organismes de l'arrondissement aux pages 2 et 3. Les dates de début des activités d'hiver ne sont pas encore toutes connues. Nous vous invitons à contacter directement les organismes responsables pour avoir plus de renseignements à ce sujet.

### Modalités de paiement

Les modalités de paiement et les politiques de remboursement sont propres aux organismes qui offrent les activités. Communiquez directement avec ceux-ci pour obtenir plus de renseignements.

### Renseignements généraux

🌐 [ville.montreal.qc.ca/loisirsenligne](http://ville.montreal.qc.ca/loisirsenligne)  
☎ 311

### Annulation ou modification de la programmation

Une activité peut être annulée si le nombre d'inscriptions est insuffisant.

### Prix des activités

Les prix indiqués incluent les taxes et s'appliquent aux résidents de la Ville de Montréal qui devront, au moment de l'inscription, présenter une pièce d'identité et une preuve de résidence. Sont considérées comme preuves de résidence :

- la carte accès Montréal ;
- le compte de taxes municipales ou une facture de services publics sur lesquels apparaissent vos nom et adresse.

La tarification est sujette à révision. Les non-résidents peuvent s'inscrire aux activités, mais devront payer un supplément.

### Accessibilité

La plupart des installations sont partiellement ou totalement adaptées aux personnes handicapées et à mobilité réduite. Pour vous assurer de l'accessibilité des lieux où se tiennent les activités ou l'inscription, consultez la liste aux pages 2 et 3 ou communiquez directement avec l'organisme offrant les activités qui vous intéressent.

### Forfaits

Le centre Jean-Claude-Malépart et l'Association sportive et communautaire du Centre-Sud offrent également des forfaits. Informez-vous auprès des organismes au moment de l'inscription.

## Comment lire l'information

- Les activités sont présentées comme suit :

- Le nom de l'activité par ordre alphabétique, l'âge ou le niveau
- La saison à laquelle est offerte l'activité, (A) signifiant l'automne, (H) l'hiver et (A-H) l'automne et l'hiver.
- L'endroit où se déroule l'activité
- Les jours et les heures de l'activité
- Le prix
- Les préalables au besoin et les mentions spéciales

- Les jours et les mois sont inscrits dans une forme abrégée.  
Exemple : Lun, Mar, Mer, Sept, Oct, etc.

- Les jeunes de 16 ans et plus ainsi que les aînés sont invités à s'inscrire aux activités pour tous.

- Les activités sont mixtes à moins d'indication contraire.  
Exemple : soccer féminin, hockey-balle masculin, etc.

- Le prix indiqué inclut les taxes.

- CM XX\$ = carte de membre obligatoire au montant indiqué.

Sauf indication contraire, les activités proposées sont gratuites avec la carte de membre.

- La barre oblique « / » sépare le type d'information

Exemple : Ven/16h30-17h20

- Le « au » placé entre deux journées signifie que les activités ont lieu plusieurs jours d'affilée.

- Le « et » utilisé entre deux journées signifie que vous devez vous présenter à cette activité plus d'une fois semaine.

- Le « ou » utilisé entre deux ou plusieurs heures ou journées signifie que vous devez choisir entre diverses propositions.

Pour plus de renseignements sur les activités, nous vous invitons à communiquer avec les organismes responsables.



### Consultez *Loisirs en ligne*

pour connaître la programmation complète des activités de sports et loisirs de votre quartier

🌐 [ville.montreal.qc.ca/loisirsenligne](http://ville.montreal.qc.ca/loisirsenligne)



### Ville-Marie, ami des aînés

Des cartes de membre à prix réduit, des cours adaptés, des activités intergénérationnelles et des installations favorisant l'autonomie sont offerts aux aînés de l'arrondissement.



ACTIVITÉS AQUATIQUES  
BAIN LIBRE

4 à 12 ans (A)

ASCCS

Mer/16h-16h55

Ven/16h-17h25

- CM 7\$ Enfant

– Réservation requise pour  
les groupes et les organismes

16 ans + (A)

ASCCS

Lun au Ven/12h-12h55

Lun, Mar, Mer, Ven/7h-8h55

Lun, Mer, Ven/15h-15h55

Lun, Ven/20h-21h25

Mar, Mer, Jeu/20h30-21h25

Sam, Dim/19h-19h55

- CM 15 \$ Adulte

- CM 10 \$ Aîné

16 ans + (A)

CJCM

Lun, Mar, Jeu, Ven/12h-13h30

Lun, Mer, Ven/20h05-21h25

Sam, Dim/15h05-16h30

- Gratuit

18 ans + (A-H)

Piscine Quintal

Mar, Mer/14h-16h15, 16h15-17h\*,

18h-18h30, 18h30-19h30, 1 couloir

Jeu/11h-13h

Ven/10h-12h

Sam/10h30-12h

- Gratuit

\* Si cours, 1 couloir ou partie profonde

Tous (A)

ASCCS

Ven/10h-11h55/13h-15h55

Sam, Dim/13h30-15h55, 17h-18h55

- CM 15\$ Adulte

- CM 10\$ Aîné,

- CM 7\$ Enfant

Tous (A)

Cégep du Vieux Montréal

Mar au Ven/19h-20h

Sam/13h-15h

- Gratuit

Tous (A)

CJCM

Lun, Mar, Jeu, Ven/13h35-16h30

Lun, Mer, Ven/19h-20h

Sam, Dim/13h-15h

- Gratuit

- Enfants de 8 ans + admis seul

Tous (A-H)

Piscine Quintal

Mar, Mer/18h30-19h30\*

- Gratuit

\* Si cours, 1 couloir ou partie profonde



ACTIVITÉS AQUATIQUES  
CLUBS

Nage synchronisée • 18 ans + (A)

ACC / Piscine du cégep du

Vieux Montréal

Mar et Jeu/20h15-21h15

- 90 \$ + Affiliation

Nage synchronisée – Récréatif

• 6 à 12 ans (A)

ASCCS

Mar/17h-18h25

- 164\$/Session + CM 7\$

Natation – Compétitif

• 8 à 16 ans (A)

ASCCS

Lun, Mar, Mer et Jeu/16h30-17h55

- 312\$/Année (3 x sem) + CM 7\$

- 446\$/Année (4 x sem) + CM 7\$

Natation – Groupe provincial

• 14 ans et moins (A)

CJCM

Mar ou Jeu/16h30-18h ou

Sam/8h30-10h

- Prix selon niveau et nombre

d'entraînements semaine

Natation – Maîtres • 16 ans + (A)

ASCCS

Lun et Mer/7h15-8h25 ou

Mar et Jeu/19h-20h25

- 46 \$ + CM 15 \$

Natation – Maîtres • 16 ans + (A)

CJCM

Mar et Jeu/6h15-8h • 105 \$

Natation – Maîtres • 18 ans + (A-H)

ACC / Piscine du cégep du

Vieux Montréal

Lun et Mer/18h30-20h

Mar et Jeu/19h-20h15

Ven/17h30-19h • femmes seulement

Sam/10h 30-12 et 17h-18h30

- 125 \$ + Affiliation

Natation – Préclub (groupe  
régional) • 14 ans et moins (A)

CJCM

Mar ou Jeu/16h30-18h ou

Sam/8h30-10h

- Prix selon niveau et nombre

d'entraînements semaine

- Équivalent à Junior 4

Natation – Précompétitif

• 6 ans + (A)

ASCCS

Mar ou Jeu/18h-18h55

- 59\$/session + CM 7\$

- Avoir réussi Junior 3

Plongeon • Initiation • 6 ans + (A)

CJCM

Lun ou Ven/17h45-19h ou

Sam/9h45-11h ou

Dim/11h45-12h55

- Prix selon niveau et nombre

d'entraînements semaine

- Doit être à l'aise en eau profonde

sans aide flottante

Plongeon • 6 à 14 ans (A)

ASCCS

Jeu/12h-12h55 ou 16h30-17h25

- 59\$/Session + CM 7\$

- Avoir réussi niveau Initiation

- Être capable de nager une largeur  
de piscine (12 mètres)

Water-polo – Initiation • 7 à 8 ans (A)

CJCM

Lun, Mer, Ven ou Sam/16h30-18h

- Prix selon niveau et nombre

d'entraînements semaine

Water-polo U12 • 6 à 12 ans (A)

CJCM

Lun, Mer, Ven ou Sam/16h30-18h

- Prix selon niveau et nombre

d'entraînements semaine

Water-polo U14 • 12 à 14 ans (A)

CJCM

Lun, Mer, Ven ou Sam/16h30-18h

- Prix selon niveau et nombre

d'entraînements semaine

- Un entraînement de natation

obligatoire les lundis

Water-polo • 18 ans + (A-H)

ACC / Piscine du cégep

du Vieux Montréal

Lun/20h-21h ou

Mer/19h45-21h15 ou

Ven/19h-20h30

- 120\$ + Affiliation



**ACTIVITÉS AQUATIQUES**  
**CONDITIONNEMENT**  
**PHYSIQUE**

**Aqua abdo fessiers • 16 ans + (A)**  
**ASCCS**

Mer/19h30-20h25  
• Coût à la séance + CM 15\$

**Aqua aîné • 55 ans + (A)**  
**ASCCS**

Mar ou Jeu/15h -15h55  
• Coût à la séance + CM 15\$

**Aqua aîné • 55 ans + (A)**  
**CJCM**

Mer/10h30-11h25 ou  
Ven/10h-10h55  
• 62\$

**Aqua midi-express • 16 ans + (A)**  
**ASCCS**

Lun, Mer ou Ven/12h05-12h45  
• Coût à la séance + CM 15\$

**Aqua poussette • 16 ans + (A)**  
**CJCM**

Lun/10h-10h55 ou  
Mer/13h-13h55  
• 75\$

**Aqua poussette express (A)**  
• 16 ans +  
**CJCM**

Dim/11h30-12h ou  
Sam/9h30-10h  
• 38\$

**Aquaforme • 16 ans + (A)**  
**ASCCS**

Lun/19h-19h55 ou  
Mer/18h30-19h25  
• Coût à la séance + CM 15\$

**Aquaforme • 16 ans + (A)**  
**CJCM**

Lun/18h05-19h ou  
Mar ou Jeu/11h-11h55 ou  
Ven/18h05-19h  
• 70\$

**Aquaforme • 50 ans + (A-H)**  
**Action Centre-ville/**  
**Piscine YMCA Guy-Favreau**  
Lun ou Mer/14h-14h45  
• 40\$ + CM 10\$

**Aquajogging • 16 ans + (A)**  
**ASCCS**

Lun/19h-19h55 ou  
Mer/18h30-19h25  
• Coût à la séance + CM 15\$

**Aquajogging • 16 ans + (A)**  
**CJCM**

Lun, Mer ou Sam/11h-11h55 ou  
Mar ou Mer/18h-18h55  
• 70\$

**Aquaprénatal • 16 ans + (A)**  
**ASCCS**

Ven/19h-19h55  
• Coût à la séance + CM 15\$

**Aquaprénatal • 16 ans + (A)**  
**CJCM**

Dim/12h-12h55 ou  
Ven/11h-11h55  
• 70\$

**Aquaspinning • 16 ans + (A)**  
**CJCM**

Lun ou Ven/11h-11h55 ou  
Mar ou Jeu/19h-19h55 ou  
20h-20h55 ou  
Mer ou Jeu/18h-18h55 ou  
Mer, Sam ou Dim/12h-12h55  
• 99\$

**Bootcamp aquatique • 16 ans (A)**  
**CJCM**

Mer/18h-18h55 • 85\$



**ACTIVITÉS AQUATIQUES**  
**COURS DE NATATION**  
**CROIX-ROUGE**

- La participation d'un parent est obligatoire pour les niveaux Étoile de mer, Canard et Tortue de mer
- La participation d'un parent est obligatoire pendant la moitié de la saison pour le niveau Loutre de mer (selon les organismes)

**Étoile de mer • 4 à 12 mois (A)**  
**CJCM**

Dim/11h-11h30 ou  
Mar/11h25-11h55 ou  
Sam/8h30-9h  
• 35\$

**Canard • 12 à 24 mois (A)**  
**ASCCS**

Dim/10h-10h30 ou  
Mer/17h30-18h ou  
Jeu/18h-18h30 ou  
Sam/9h-9h30 ou 10h-10h30  
• 40\$ + CM 7\$

**Canard • 12 à 24 mois (A)**  
**CJCM**

Dim/11h-11h30 ou 11h35-12h05 ou  
Lun/11h30-12h ou  
Sam/8h30-9h ou 9h05-9h35  
• 35\$

**Tortue de mer • 24 à 36 mois (A)**  
**ASCCS**

Dim/9h30-10h ou 10h30-11h ou  
Mer/18h-18h30 ou  
Jeu/17h30-18 h ou  
Sam/9h30-10h ou 10h30-11h  
• 40\$ + CM 7\$

**Tortue de mer • 24 à 36 mois (A)**  
**CJCM**

Dim/11h-11h30 ou 11h35-12h05 ou  
Mer/11h25-11h55 ou  
Sam/9h05-9h35 ou 10h15-10h45  
• 35\$

**Loutre de mer • 3 à 4 ans (A)**  
**ASCCS**

Dim/11h-11h40 ou 11h45-12h25 ou  
Lun/17h-17h40 ou 17h45-18h25 ou  
Jeu/17h45-18h25 ou  
Ven/17h30-18h10 ou 18h15-18h55 ou  
Sam/11h15-11h55 ou 12h-12h40  
• 50\$ + CM 7\$

**Loutre de mer • 3 à 5 ans (A)**  
**CJCM**

Dim/11h35-12h05 ou  
Sam/8h30-9h, 9h05-9h35,  
9h40-10h10 ou 10h50-11h20  
• 40\$

**Loutre de mer + • 3 à 5 ans (A)**  
**ASCCS**

Dim/10h15-10h55 ou 11h45-12h25 ou  
Lun/17h45-18h25 ou  
Mar/17h-17h40 ou  
Ven/18h15-18h55 ou  
Sam/9h-9h40, 9h45-10h25,  
10h30-11h10, 11h15-11h55 ou  
12h-12h40  
• 50\$ + CM 7\$  
- Être âgé de moins de 4 ans ou  
avoir suivi Loutre de mer

**Salamandre • 3 à 5 ans (A)**  
**CJCM**

Mar/17h-17h30 ou 17h35-18h05 ou  
Jeu/17h35-18h05 ou  
Sam/8h30-9h, 9h05-9h35,  
9h40-10h10, 10h50-11h20 ou  
11h55-12h25  
• 40\$

**Salamandre • 4 à 5 ans (A)**  
**ASCCS**

Dim/9h30-10h10, 10h15-10h55 ou  
11h-11h40 ou  
Lun/17h-17h40 ou  
Mar/17h45-18h25 ou  
Mer/17h45-18h25 ou  
Jeu/17h-17h40 ou  
Ven/17h30-18h10 ou

Sam/9h-9h40, 9h45-10h10,  
10h30-11h10 ou 11h15-11h55

- 50\$ + CM 7\$
- Être âgé de 4 ans ou avoir réussi  
Loutre de mer +

**Poisson-lune • 3 à 6 ans (A)**  
**CJCM**

Mar/17h-17h30 ou  
Sam/10h15-10h45, 10h50-11h20  
ou 11h25-11h50  
• 40\$

**Poisson-lune • 4 à 5 ans (A)**  
**ASCCS**

Dim/9h30-10h10, 11h-11h40 ou  
11h45-12h25 ou  
Lun/17h45-18h25 ou  
Mar/17h30-18h10 ou  
Mer/17h-17h40 ou  
Ven/17h30-18h10 ou  
Sam/9h45-10h25, 11h15-11h55 ou  
12h-12h40  
• 50\$ + CM 7\$  
- Avoir réussi Salamandre







**Natation – Intermédiaire**  
• 16 ans + (A)  
ASCCS  
Dim/8h30-9h25 ou  
Mer/19h30-20h25  
• 88\$ + CM 15\$  
- Apprentissage des styles de nage

**Natation – Styles de nage**  
• 16 ans + (A)  
ASCCS  
Dim/8h30-9h25 ou  
Mar/19h30-20h25  
• 88\$ + CM 15\$

**Techniques de nage • 18 ans + (A-H)**  
Piscine Quintal  
Mar, Mer et Ven/17h-18h • 50\$

**Techniques de nage – Cours privés**  
• 6 ans + (A)  
ASCCS  
Selon la disponibilité • 26\$/h

**ACTIVITÉS AQUATIQUES  
SAUVETAGE**

**Assistant moniteur de sécurité  
aquatique • 15 ans + (A)**  
ASCCS  
Sam/13h-18h • 248\$

**Étoile de bronze (A)**  
CJCM  
Mer 10 Sept au 26 Nov/18h-19h  
• 80\$

**Médaille de bronze • 13 ans + (A)**  
Piscine Quintal  
Ven 3 Oct au 12 Déc/18h-20h30  
• 75\$ Livre fourni

**Médaille de bronze • 13 ans + (A)**  
ASCCS  
Dim/13h30-15h-30  
• 204\$ Matériel fourni  
- Avoir réussi le cours Étoile de Bronze

**Médaille de bronze – Atelier**  
• 13 ans + (A)  
CJCM  
Dim 19 Oct/9h-13h • 40\$  
- Junior 10 ou équivalent ou  
Étoile de bronze

**Médaille de bronze – Challenge**  
• 13 ans + (A)  
CJCM  
Dim 19 Oct/13h-17h • 70\$



**Médaille de bronze • 13 ans + (A)**  
CJCM  
Sam 13 Sept au 11 Oct/12h-17h ou  
Sam 25 Oct au 22 Nov/12h-17h  
• 180\$ + Manuel 50\$  
- Junior 10 ou équivalent ou  
Étoile de bronze

**Croix de bronze • 13 ans + (A-H)**  
Piscine Quintal  
Ven 3 Oct au 12 Déc/18h-21h ou  
Ven 9 Jan au 27 Mars/18h-21h  
• 35\$

**Croix de bronze • 15 ans + (A)**  
ASCCS  
Dim/16h-18h30  
• 225\$ matériel inclus  
- Avoir réussi Médaille de bronze

**Croix de bronze • 13 ans + (A)**  
CJCM  
Dim 14 Sept au 26 Oct/12h-17h ou  
Sam 25 Oct au 22 Nov/12h-17h  
• 180\$ + Manuel 50\$  
- Avoir réussi Médaille de Bronze

**Croix de bronze – Atelier**  
• 13 ans + (A)  
CJCM  
Sam 29 Nov/9h-13h • 40\$  
- Avoir réussi Médaille de Bronze

**Croix de bronze – Challenge**  
• 13 ans + (A)  
CJCM  
Sam 29 Nov/13h-17h • 70\$  
- Avoir réussi Médaille de Bronze

**Moniteur de sécurité aquatique**  
• 15 ans + (A)  
ASCCS  
Débute 16 Nov (5 sem), Sam/13h-18h  
• 202\$  
- Avoir réussi Assistant Moniteur  
de sécurité aquatique

**Premiers soins – Général • 14 ans + (A)**  
CJCM  
Sam 6 et Dim 7 Sept/9h-17h ou  
Sam 1 Nov et Dim 2 Nov/9h-17h  
• 90\$

**Requalification sauveteur national**  
• 16 ans + (A)  
CJCM  
Sam 13 Sept, Sam 18 Oct,  
Ven 14 Nov ou Ven 19 Dec/18h-22h  
• 90\$  
- Prérequis Sauveteur national

**Sauveteur national • 15 ans + (A)**  
ASCCS  
Dim/16h-18h30  
• 256\$ Matériel fourni  
- Avoir réussi Médaille de Bronze

**Sauveteur national • 16 ans + (A)**  
CJCM  
Sam 8 Nov au 20 Déc/17h-22h  
• 200\$ + manuel 50\$  
- Prérequis croix de bronze

**Sauveteur national • 16 ans + (A)**  
CJCM  
Ven 12 Sept au 31 Oct/17h-22h  
• 200\$ + manuel 50\$  
- Prérequis croix de bronze

**ACTIVITÉ CULTURELLE**

**Visite des musées Montréalais**  
• 50 ans + (A-H)  
Action Centre-ville  
Jeu/11h-12h30  
• 5\$ + CM 10\$ + frais d'entrée  
au musée

**ACTIVITÉ DE DÉTENTE**

**Introduction à la méditation**  
• 50 ans + (A)  
Action Centre-ville  
Ven/14h-15h • 5\$ + CM 10\$

**Massage pour bébé**  
• 1 mois +/parents (A)  
CJCM  
Lun/13h-14h30  
• 70\$ + CM 10\$ Adulte

**Méditation taoïste • 16 ans + (A-H)**  
SLSC  
Dim/8h45-10h15 • 105\$

**Méditation taoïste intergénérationnelle • 16 et 55 ans + (A-H)**  
SLSC  
Dim/8h45-10h15 • 90\$

**Qi Qong • 50 ans + (A-H)**  
Action Centre-ville  
Mar/10h30-11h45 ou 13h15-14h30  
• 5\$ + CM 10\$

**Pilates – Débutant • 16 ans + (A)**  
ASCCS  
Lun/18h45-19h40  
• Coût à la séance + CM 15\$

**Pilates – Débutant • 18 ans + (A)**  
CJCM  
Mar et/ou Ven/18h-19h  
• 85\$ + CM 10\$ Adulte  
• 85\$ + CM 7\$ 55 ans +

**Pilates matin – Débutant • 18 ans + (A)**  
CJCM  
Mar et/ou Jeu/10h-11h15  
• 90\$ + CM 10\$ Adulte  
• 90\$ + CM 7\$ 55 ans +

**Pilates – Intermédiaire/Avancé**  
• 16 ans + (A)  
ASCCS  
Lun/17h30-18h25  
• Coût à la séance + CM 15\$

**Pilates – Intermédiaire • 18 ans + (A)**  
CJCM  
Mar/19h-20h  
• 85\$ + CM 10\$ Adulte,  
• 85\$ + CM 7\$ 55 ans +





Pilates—Maman-bébé • 1 à 12 mois (A)  
CJCM

Mar/11h30-12h45  
• 90\$ + CM 10\$ Adulte,  
• 90\$ + CM 7\$ 55 ans +

Pilates—Multiniveaux • 16 ans + (A)  
ASCCS

Mer/17h30-18h25  
• Coût à la séance + CM 15\$

Tai-chi • 18 ans + (A-H)  
CCLSCA

19h-21h • Coût à confirmer

Tai-chi niveau 1 • 50 ans + (A-H)  
Action Centre-ville

Jeu/10h-11h • 5\$ + CM 10\$

Tai-chi niveau 2 • 50 ans + (A-H)  
Action Centre-ville

Mer/10h-11h • 5\$ + CM 10\$

Tai-chi Yang—Multiniveaux  
• 18 ans + (A)  
CJCM

Mer/18h15-19h15 ou 19h15-20h15  
• 80\$ + CM 10\$ Adulte  
• 80\$ + CM 7\$ 55 ans +

Tai-Chi et Qi Gong • 16 ans + (A)  
ASCCS

Jeu/13h-14h30 • 104\$ + CM 15\$

Yoga • Aînés (A-H)  
CCLSCA

Mer/9h30-11h30 • 25\$

Yoga—Débutant • 16 ans + (A)  
ASCCS

Lun/11h30-12h25 ou  
Mer/12h-12h55 ou  
Jeu/21h-21h55  
• Coût à la séance + CM 15\$

Yoga—Avancé • 16 ans + (A)  
ASCCS

Lun/12h30-13h25 ou  
Mer/13h-13h55 ou  
Jeu/18h-19h30  
• Coût à la séance + CM 15\$

Yoga—Multiniveaux • 16 ans + (A)  
ASCCS

Lun/19h30-20h55 ou  
Mar/20h-21h25 ou  
Jeu/10h-11h30 ou  
Sam/10h30-11h40  
• Coût à la séance + CM 15\$

Yoga dynamique • 16 ans + (A)  
ASCCS

Mer/19h30-20h55  
• Coût à la séance + CM 15\$

Yoga matin • 18 ans + (A)  
CJCM

Lun et/ou Mer/9h-10h15  
• 100\$ + CM 10\$ Adulte  
• 100\$ + CM 7\$ 55 ans +

Yoga postnatal  
• 0 à 12 mois/parents (A)  
CJCM

Mer/10h30-11h45  
• 100\$ + CM 10\$ Adulte  
• 100\$ + CM 7\$ 55 ans +  
- Coussin d'allaitement conseillé

Yoga restaurateur actif  
• 18 ans + (A)  
CJCM

Lun/19h15-20h30  
• 90\$ + CM 10\$ Adulte  
• 90\$ + CM 7\$ 55 ans +

Yoga vinyasa — Débutant  
• 18 ans + (A)  
CJCM

Mer/17h45-19h  
• 90\$ + CM 10\$ Adulte  
• 90\$ + CM 7\$ 55 ans +

Yoga vinyasa — Débutant  
• 18 ans + (A)  
CJCM

Lun/18h-19h15  
• 90\$ + CM 10\$ Adulte  
• 90\$ + CM 7\$ 55 ans +

Yoga vinyasa — Intermédiaire  
• 18 ans + (A)  
CJCM

Mer/19h-20h15  
• 90\$ + CM 10\$ Adulte,  
• 90\$ + CM 7\$ 55 ans +

ACTIVITÉS FAMILIALES

Bain libre • Tous (A)  
ASCCS

Ven/10h-11h55, 13h-14h55  
Sam, Dim/13h30-15h55, 17h-18h55  
• CM 15\$ Adulte  
• CM 10\$ Aîné  
• CM 7\$ Enfant

Judo — Initiation • Parents et  
enfants (3 à 5 ans) (A-H)  
SLSC

Sam/10h30-11h30  
• 40\$/10 cours  
• 65\$/20 cours  
• 85\$/30 cours

Massage • Parents et bébé (A)  
ASCCS

Lun/10h-10h55 • 53\$ + CM 15\$

Salle d'entraînement et activités  
jeunesse • Parents et enfants (A)  
ASCCS

Lun au Ven/15 h 30-16 h 30 ou  
Sam/9h30-15h30  
• CM 15\$

Yoga • Parents et enfants (6 ans) (A)  
ASCCS

Lun/17h15-1755 • 80\$ + CM 15\$

ACTIVITÉS JEUNESSE

Activités artistiques • 6 à 12 ans (A)  
ALCS

Lun au Ven/15h-17h • Gratuit

Activités artistiques • 6 et 7 ans (A)  
ASCCS

Jeu/16h45-18h • CM 7\$

Activités artistiques • 8 et 9 ans (A)  
ASCCS

Mar/16h45-18h • CM 7\$

Activités culturelles • 6 à 12 ans (A)  
ALCS

Lun au Ven/15h-17h • Gratuit

Activités multidisciplinaires  
• 4 et 5 ans (A)  
ASCCS

Lun au Ven/15h-18 h • CM 7\$

Activités multidisciplinaires  
• 6 et 7 ans (A)  
ASCCS

Lun au Ven/15h-18 h • CM 7\$

Activités multidisciplinaires  
• 8 et 9 ans (A)  
ASCCS

Lun au Ven/15h-18 h • CM 7\$

Activités multidisciplinaires  
• 10 à 12 ans (A)  
ASCCS

Lun au Ven/15h-18 h • CM 7\$

Activités récréatives • 6 à 12 ans (A)  
ALCS

Lun au Ven/15h-17h • Gratuit

Activités spéciales • 6 à 12 ans (A)  
ALCS

Lun au Ven/15h-17h • Gratuit

Activités sportives — Basketball,  
Soccer, Roller • 6 à 12 ans (A)  
ALCS

Lun au Ven/15h-17h • Gratuit

Activités sportives et culturelles  
variées • 4 à 12 ans (A)  
ASCCS

Sam/9h30-15h30 • CM 7\$

Atelier de cuisine • 6 à 12 ans (A-H)  
LSJ

Mer/17h30-20h • CM 5\$ [>](#)



**Badminton • 6 à 12 ans (A-H)**  
CCLSCA  
Lun/15h-18h • 50\$

**Bain libre • 4 à 12 ans (A)**  
ASCCS  
Mer/16h-16h55 ou  
Ven/16h-17h25  
• CM 15\$ Adulte  
• CM 10\$ Aîné  
• CM 7\$ Enfant

**Bain libre • 6 à 12 ans (A-H)**  
ASCCS  
Ven/15h-18h • 50\$

**Bricolage • 6 à 12 ans (A-H)**  
LSJ  
Jeu/19h15-20h30 • CM 5\$

**Brico-récup • 6 à 9 ans (A)**  
ASCCS  
Dim/9h45-10h40 • 50\$ + CM 7\$

**Club du samedi • 4 à 12 ans (A)**  
ASCCS  
Sam/9h30-15h30 • CM 7\$

**Informatique • 4 et 5 ans (A)**  
ASCCS  
Lun/15h30-18h • CM 7\$

**Informatique • 6 et 7 ans (A)**  
ASCCS  
Mer/16h45-18h • CM 7\$

**Informatique • 8 et 9 ans (A)**  
ASCCS  
Jeu/16h45-18h • CM 7\$

**Informatique • 10 à 12 ans (A)**  
ASCCS  
Mar/16h45-18h • CM 7\$

**Informatique et jeux vidéo  
• 6 à 12 ans (A-H)**  
CCLSCA  
Jeu/15h-18h • 50\$

**Jeux de table et jeux de société  
• 6 à 12 ans (A-H)**  
ALCS  
Lun au Ven/15h-17h • Gratuit

**Jeux de table et jeux de société  
• 6 à 12 ans (A-H)**  
LSJ  
Mar/19h30-20h30 • CM 5\$  
- Animation extérieure et  
projets divers

**Judo • 7 à 12 ans (A-H)**  
LSJ/Cégep du Vieux Montréal  
Jeu/17h-19h • CM 5\$

**Lutte gréco-romaine • 6 à 12 ans (A-H)**  
CCLSCA  
Ven/15h-18h • 50\$

**Multisports et jeux • 6 à 9 ans (A)**  
ASCCS  
Sam/9h45-10h40 • CM 7\$

**Natation ou water-polo  
• 9 à 12 ans (A-H)**  
LSJ/Cégep du Vieux Montréal  
Jeu/19h-20h15 • CM 5\$

**Petit écolier • 6 à 12 ans (A-H)**  
LSJ  
Mar au Ven/16h30-17h15 • CM 5\$

**Petits chefs • 4 et 5 ans (A)**  
ASCCS  
Sam/9h45-10h40 • CM 7\$

**Pratiques de basketball  
• 7 à 12 ans (A-H)**  
LSJ/Cégep du Vieux Montréal  
Sam/12h-14h • CM 5\$

**Roller-hockey • 6 à 12 ans (A-H)**  
ALCS  
Lun au Ven/15h-17h • Gratuit

**Salle de jeux et jeux vidéo  
• 6 à 15 ans (A-H)**  
Centre récréatif Poupart  
Lun au Ven/15h-17h • CM 5\$

**Soirée spéciale – Soirée découverte  
• 6 à 12 ans (A-H)**  
LSJ  
Ven/19h30-21h • CM 5\$

**Sorties • 6 à 12 ans (A-H)**  
ALCS  
Lun au Ven/Selon la sortie • Gratuit

**Sports variés – Soccer, Basketball,  
Badminton • 6 à 12 ans (A-H)**  
LSJ/Cégep du Vieux Montréal  
Mar ou Ven/17h15-19h15 ou  
Sam/12h-16h  
• CM 5\$

**Tennis de table • 6 à 12 ans (A-H)**  
CCLSCA  
Mar/15h-18h • 50\$

**Troupe de théâtre • 7 à 11 ans(A)**  
ASCCS  
Lun/17h30-18h30 • CM 7\$

**ACTIVITÉS POUR ADOS**

**Activités artistiques • 13 à 18 ans (A-H)**  
ALCS  
Lun au Ven/18h-21h • Gratuit

**Activités culturelles • 13 à 18 ans (A-H)**  
ALCS  
Lun au Ven/18h-21h • Gratuit

**Activités dirigées • 13 à 17 ans (A)**  
ASCCS  
Lun au Jeu/16h45-18h • CM 7\$

**Activités jeux et vidéos • 13 à 20 ans (A)**  
ASCCS  
Mer/19h30-21h • CM 7\$

**Activités libres • 13 à 20 ans (A)**  
ASCCS  
Sam/18h-20h  
Mer/19h30-21h  
• CM 7\$

**Activités récréatives • 13 à 18 ans (A-H)**  
ALCS  
Lun au Ven/18h-21h • Gratuit

**Activités spéciales • 13 à 17 ans (A)**  
ASCCS  
Ven/18h-22h • CM 7\$

**Activités spéciales • 13 à 18 ans (A-H)**  
ALCS  
Lun au Ven/18h-21h • Gratuit

**Activités sportives – Basketball,  
Soccer, Roller • 13 à 18 ans (A-H)**  
ALCS  
Lun au Ven/18h-21h • Gratuit

**Basketball • 13 à 15 ans (A)**  
ASCCS  
Ven/19h45-21h • CM 7\$

**Basketball • 13 à 20 ans (A)**  
ASCCS  
Sam/18h-20h • CM 7\$

**Camps d'hiver • 13 à 18 ans (A-H)**  
ALCS  
Variable • Gratuit

**Cuisine santé • 13 à 17 ans (A)**  
ASCCS  
Jeu/18h-19h30 • CM 7\$

**Hockey cosom • 13 à 17 ans (A)**  
ASCCS  
Mar/18h-19h30 • CM 7\$

**Informatique – Accès libre  
• 13 à 17 ans (A)**  
ASCCS  
Lun au Ven/15h-18h • CM 7\$

**Jeux de table/vidéo/de société  
• 13 à 18 ans (A-H)**  
ALCS  
Lun au Ven/18h-21h • Gratuit

**Projet baignade • 13 à 20 ans (A)**  
ASCCS  
Jeu/18h30-19h30 • CM 7\$

**Projet Hulk • 13 à 20 ans (A)**  
ASCCS  
Mer/16h30-18h • CM 7\$

**Roller-hockey • 13 à 18 ans (A-H)**  
ALCS  
Lun au Ven/18h-21h • Gratuit

**Roller-hockey • 18 à 25 ans (A-H)**  
ALCS  
Sam/14h-17h • Gratuit

**Sorties • 13 à 18 ans (A-H)**  
ALCS  
Lun au Ven/Selon la sortie • Gratuit

**Sport combat • 13 à 20 ans (A)**  
ASCCS  
Ven/18h30-19h45 • CM 7\$

**Tournois sportifs et soccer libre  
• 13 à 17 ans (A)**  
ASCCS  
Sam/15h30-18h • CM 7\$

**ACTIVITÉS  
POUR PERSONNES  
HANDICAPÉES**

**Aqua adultes – Débutant • 16 ans + (A)**  
CJCM  
Lun/ 10h-10h55 ou 19h05-20h ou  
Mar/20h15-21h10 ou  
Mer/13h-13h55 ou  
Jeu/19h15-20h15 ou  
Ven/11h-11h55  
Sam/10h-10h55 ou  
• 75\$

**Aqua adultes – Avancé • 16 ans + (A)**  
CJCM  
Mer/12h-12h55 ou  
Jeu/20h15-21h10  
• 75\$

**Aqua entraînement • 16 ans + (A)**  
CJCM  
Mar/20h15-21h10 ou  
Jeu/19h15-20h10  
• 75 (1x sem)  
• 100\$ (2 x sem)

**Aquahandisport • 16 ans + (A)**  
ASCCS  
Jeu/15h-15h55 • CM 15\$

**Bain libre avec assistance  
• 16 ans + (A)**  
ASCCS  
En fonction de l'horaire  
des bains libres  
• CM 15\$



© Antoine Arnette-Dupuis



**Entraînement supervisé et adapté**  
• 16 ans + (A)  
ASCCS  
Lun au Dim/Heure à déterminer  
• CM 15\$

**Étirements et détente** • 16 ans + (A)  
ASCCS  
Lun/20h-20h55 • CM 15\$

**Gymnastique douce – Débutant**  
• 16 ans + (A)  
ASCCS  
Mer/10h30-11h55 • CM 15\$

**Gymnastique douce – Avancé**  
• 16 ans + (A)  
ASCCS  
Mer/14h-15h25 • CM 15\$

**Gymnastique holistique** • 16 ans + (A)  
ASCCS  
Lun/13h30-14h55 • CM 15\$

**Natation** • 16 ans + (A)  
ASCCS  
Dim/8h30-9h25 ou  
Mar/19h-19h55  
• CM 15\$  
- Initiation à la natation

**Natation – Intermédiaire** • 16 ans + (A)  
ASCCS  
Dim/8h30-9h25 ou  
Mer/19h30-20h25  
• CM 15\$  
- Apprentissage des styles de nage

**Natation styles de nage** • 16 ans + (A)  
ASCCS  
Dim/8h30-9h25 ou  
Jeu/19h30-20h25  
• CM 15\$

**Volleyball assis pour tous** • 16 ans + (A)  
ASCCS  
Lun/18h-20h • CM 15\$

AIDE AUX DEVOIRS

**Accompagnement d'enfants ayant des besoins particuliers**  
• 6 à 12 ans (A)  
ASCCS  
Lun au Sam selon les besoins/  
Horaire en fonction de la programmation  
• CM 7\$

**Accompagnement et suivi des devoirs** • 6 à 12 ans (A)  
ASCCS  
Lun au Jeu/15h30 -16h45 • CM 7\$

**Aide aux devoirs** • 6 à 12 ans (A-H)  
ALCS  
Mer/14h-15h • Gratuit

**Aide aux devoirs** • 6 à 12 ans (A-H)  
CCLSCA  
Lun au Jeu/15h-18h • 50\$

**Aide aux devoirs** • 6 à 15 ans (A-H)  
Centre récréatif Poupart  
Lun au Ven/15h -17h • CM 5\$

**Aide aux devoirs** • 13 à 17 ans (A)  
ASCCS  
Lun au Jeu/15h45-16h45 • CM 7\$

**Aide aux devoirs** • 13 à 18 ans (A-H)  
ALCS  
Mar et Jeu/18h-21h • Gratuit

ART CULINAIRE

**Atelier de cuisine** • 6 à 15 ans (A-H)  
Centre récréatif Poupart  
Lun au Ven/16h-18h • CM 5\$

**Boîte à lunch santé** • 18 ans + (A)  
CJCM  
Dim/14h-15h30  
• 80\$ + CM 10\$ Adulte

**Nutrition hypotoxique** • 18 ans + (A)  
CJCM  
Mer/18h30-20h30  
• 80\$ + CM 10\$ Adulte

**Œnologie – Initiation à la connaissance des vins** • 18 ans + (A)  
CJCM  
Lun/19h-21h  
• 120\$ + CM 10\$ Adulte

**Petits chefs** • Parents et enfants (A)  
CJCM  
Mer/10h30-11h30  
• 75\$ + CM 10\$ Adulte

**Tapas et collations** • 8 ans + (A)  
CJCM  
Lun/19h-20h30  
• 80\$ + CM 10\$ Adulte

**Thés et tisanes – Initiation (aux)**  
• 18 ans + (A)  
CJCM  
Mar/18h30-20h30  
• 80\$ + CM 10\$ Adulte



ARTS DE LA SCÈNE

**Atelier de hip-hop** • 6 à 15 ans (A-H)  
Centre récréatif Poupart  
Lun au Ven/17h-18h • CM 5\$

**Atelier de théâtre** • 51 ans + (A)  
Action Centre-ville  
Mer/9h-11h30 • 15\$ + CM 10\$

**Cinéma d'animation et tournages cinématographiques**  
• 6 à 15 ans (A-H)  
Centre récréatif Poupart  
Lun au Ven/17h-18h • CM 5\$

**Confection de marionnettes**  
• 51 ans + (A-H)  
Action Centre-ville  
Jour et coût à confirmer

**Jouer pour jouer** • 50 ans + (A)  
Carrefour St-Eusèbe  
Ven/13h30-15h30 • 20\$ + CM 8\$

**Mini-stars** • 3 à 18 ans (A-H)  
Centre récréatif Poupart  
Lun au Ven/17h30-19h • CM 5\$

**Théâtre I – De la voix à l'interprétation** • 16 ans + (A-H)  
SLSC  
Lun/19h-20h30 • 90\$

ARTS MARTIAUX

**Aiki-ju-jitsu** • 16 ans + (A-H)  
SLSC  
Jeu/19h30-21h30 • 105\$

**Autodéfense** • 16 ans + (A)  
ASCCS  
Dim/9h-13h30 • 32\$ + CM 15\$

**Autodéfense pour femmes**  
• 16 ans + (A-H)  
SLSC  
Jeu/18h-19h30 • 75\$

**Capoeira** • 6 à 15 ans (A)  
ASCCS  
Jeu/18h15-19h10 • 51\$ + CM 15\$

**Judo** • 6 à 15 ans (A)  
CJCM  
Lun et Mer/16h30-18h  
• 75\$ + CM 5\$

**Judo** • 6 à 15 ans (A-H)  
SLSC  
Sam/11h30-13h ou  
Mer/17h-18h30  
• 35\$ par mois

**Judo** • 16 ans + (A-H)  
SLSC  
Ven/19h30-21h • 35\$/mois

**Judo – Initiation**  
• Parents et enfants (3 à 5 ans) (A-H)  
SLSC  
Sam/10h30-11h30  
• 40\$/10 cours  
• 65\$/20 cours  
• 85\$/30 cours

**Karaté style shotokan – Ceinture blanche, jaune et orange**  
• Pour tous (A)  
CJCM  
Mar et Jeu/18h-19h  
• 70\$ + CM 5\$ Enfant  
• 120\$ + CM 10\$ Adulte  
• 120\$ + CM 7\$ 55 ans +  
- Affiliation non incluse

**Karaté style shotokan – Ceinture verte et +** • Pour tous (A)  
CJCM  
Mar • Ceinture verte et +/19h-20h  
Mar • Ceinture noire/20h-21h  
Jeu • Ceinture verte et +/19h-20h30  
• 70\$ + CM 5\$ Enfant  
• 120\$ + CM 10\$ Adulte  
• 120\$ + CM 7\$ 55 ans +  
- Affiliation non incluse



**Karaté-do • 7 à 15 ans (A)**  
ASCCS  
Dim/11h-11h55  
• 51\$ + CM 7\$  
• 100\$ / Forfaits Parents et enfants

**Kickboxing • 16 ans + (A)**  
ASCCS  
Mar/18h30-19h55 ou  
Jeu/20h-21h25  
• 79\$ + CM 15\$

**Iaïdo • 16 ans + (A-H)**  
SLSC  
Lun ou Ven/18h30-20h30 • 105\$

**Iaïdo • 16 ans + (A-H)**  
SLSC  
Lun et Ven/18h30-20h30 • 180\$

**Naginata, escrime à la lance japonaise • 16 ans + (A-H)**  
SLSC  
Jeu/19h-21h et  
Sam/10h-12h  
• 180\$

**Taekwondo • 6 à 11 ans (A)**  
ASCCS  
Jeu/17h30-18h25 • 51\$ + CM 7\$

**ARTS PLASTIQUES  
ET BEAUX-ARTS**

**Atelier d'art • 18 ans + (A-H)**  
CCLSCA  
Mar/10h-12h • Coût à confirmer  
- Inscriptions en tout temps

**Atelier d'art • 50 ans + (A)**  
Carrefour St-Eusèbe  
Lun/13h30-15h30 • 54\$ + CM 8\$

**Ateliers d'expression • 16 ans + (A)**  
ASCCS  
Lun/18h30-20h30 • 89\$ + CM 15\$

**Atelier de peinture • 50 ans + (A-H)**  
Action Centre-ville  
Lun/13h30-15h30  
• 60\$ + CM 10\$ + Matériel requis

**Bande dessinée • 6 à 12 ans (A)**  
CJCM  
Sam/11h-12h • 50\$ + CM 5\$

**Bricolage • 3 à 5 ans (A)**  
CJCM  
Sam/9h-9h50 • 50\$ + CM 5\$

**Bricolage • 6 à 12 ans (A)**  
CJCM  
Sam/10h-10h50  
• 50\$ + CM 5\$

**Bricolage • 6 à 15 ans (A-H)**  
Centre récréatif Poupart  
Lun au Ven/17h-18h • CM 5\$

**Cours de dessin • 50 ans + (A-H)**  
Action Centre-ville  
Lun/9 h 45-11h45  
• 50\$ + CM 10\$ + Matériel requis

**Dessin – Débutant • 18 ans + (A)**  
CJCM  
Lun/18h30-20h30  
• 75\$ + CM 10\$ Adulte

**Dessin d'observation • 16 ans + (A)**  
ASCCS  
Mer/19h-20h55 • 70\$ + CM 15\$

**Dessin et peinture I –  
Techniques diverses • 16 ans + (A-H)**  
SLSC  
Mer/18h-20h • 135\$

**Gravures et techniques  
d'impression • 16 ans + (A)**  
ASCCS  
Lun/19h-20h55 • 50\$ + CM 15\$

**L'impressionnisme au pastel  
• 16 ans + (A)**  
ASCCS  
Mer/19h-20h55 • 60\$ + CM 15\$

**Modélisation 3D – Initiation  
• 16 ans + (A)**  
ASCCS  
Mar/19h30-21h25 • 100\$ + CM 15\$

**Peinture • 18 ans + (A)**  
CJCM  
Lun/20h30-22h  
• 75\$ + CM 10\$ Adulte

**Peinture sur verre • 18 ans + (A)**  
CJCM  
Mar/15h30-17h30  
• 95\$ + CM 10\$ Adulte

**Photographie débutant • 16 ans + (A)**  
ASCCS  
Jeu/18h-19h55 • 80\$ + CM 15\$

**ATELIER D'ÉCRITURE**

**Atelier d'écriture • 50 ans + (A)**  
Carrefour St-Eusèbe  
Mar/13h30-15h30 • 60\$ + CM 8\$

**CHANT**

**Chant – Débutant • 18 ans + (A)**  
CJCM  
Mer/18h-20h  
• 85\$ + CM 10\$ adulte  
• 85\$ + CM 7\$ 55 ans +

**Chant –  
Intermédiaire • 18 ans + (A)**  
CJCM  
Mer/20h-22h  
• 85\$ + CM 10\$ adulte  
• 85\$ + CM 7\$ 55 ans +

**Chorale • Aîné (A-H)**  
CCLSCA  
Mar/10h-12h • 25\$

**CONDITIONNEMENT  
PHYSIQUE**

**Abonnements offerts –  
1 à 12 mois • 16 ans + (A)**  
ASCCS  
Lun au Ven/6h-22h  
Sam, Dim/8h-19h  
• Coût variable + CM 15\$

**Aéro-tonus • 18 ans + (A)**  
CJCM  
Mer/19h-20h ou  
Jeu/8h-9h  
• 70\$ + CM 10\$ Adulte  
• 70\$ + CM 7\$ 55 ans +

**Aérobie – Circuit • 18 ans + (A)**  
CJCM  
Lun/12h10-13h10  
• 70\$ + CM 10\$ Adulte  
• 70\$ + CM 7\$ 55 ans +

**Cardio + • 18 ans + (A)**  
CJCM  
Ven/12h10-13h10  
• 70\$ + CM 10\$ Adulte  
• 70\$ + CM 7\$ 55 ans +

**Cardiovélo-tonus • 16 ans + (A)**  
ASCCS  
Lun/18h30-19h55 ou  
Mar/19h-19h55 ou  
Mer/17h45-19h10 ou  
Jeu/16h45-18h10  
• Coût à la séance + CM 15\$



© Antoine Amnotté Dupuis

**Circuit TRX • 16 ans + (A)**  
ASCCS  
Lun/20h-20h55  
• Coût à la séance + CM 15\$

**Club de course • 16 ans + (A)**  
ASCCS  
Lun/17h30-18h25 ou  
Sam/10h-10h55  
• 89\$ + CM 15 \$

**Cuisses-abdos-fessiers • 16 ans + (A)**  
ASCCS  
Dim/9h30-10h25  
Mar/12h-12h55 ou 18h-18h55 ou  
Mer/18h30-19h25 ou  
Jeu/17h30-18h25 ou  
• Coût à la séance + CM 15\$

**Cuisses-abdos-fessiers  
• 18 ans + (A-H)**  
CJCM  
Lun/19h-20h ou  
Mar/12h10-13h10 ou  
Mer/18h-19h  
• 70 \$ + CM 10 \$ Adulte  
• 70\$ + CM 7\$ 55 ans +

**Danse active • 6 à 15 ans (A-H)**  
Centre récréatif Poupart  
Lun au Ven/17h-18h • CM 5\$

**Entraînement privé • 16 ans + (A)**  
ASCCS  
Lun au Ven/6h-22h  
Sam, Dim/8h-19h  
• 45\$/h + CM 15\$

**Étirements et détente  
• 6 à 15 ans (A-H)**  
Centre récréatif Poupart  
Lun au Ven/17h-18h • CM 5\$

**Étirements et détente • 16 ans + (A)**  
ASCCS  
Lun/20h-20h55 ou  
Mer/20h30-21h25  
• Coût à la séance + CM 15\$

**Forme Xtreme • 16 ans + (A)**  
ASCCS  
Lun ou Mer/19h-19h55  
• Coût à la séance + CM 15\$

**Gymnastique douce –  
Débutant • 16 ans + (A)**  
ASCCS  
Mer/10h30-11h55  
• Coût à la séance + CM 15\$

**Gymnastique holistique • 16 ans + (A)**  
ASCCS  
Lun/13h30-14h55  
• Coût à la séance + CM 15\$  
**Haut du corps – Abdos • 16 ans + (A)**  
ASCCS  
Mar/17h30-18h25  
• 89\$ + CM 15\$

**Le Défi Santé • 50 ans + (A-H)**  
Action Centre-ville  
Mar au Ven/11h-11h30  
• 5\$ + CM 10\$

**Lève-tôt • 16 ans + (A)**  
ASCCS  
Lun au Ven/6h-11h  
• 101\$ + CM 15\$

**Midi-express • 16 ans + (A)**  
ASCCS  
Lun au Ven/11h-13h  
• 71\$/Abonnement de 3 mois  
(Programme de 45 minutes)  
• Forfait

**Militaire/Bootcamp • 18 ans + (A)**  
CJCM  
Lun/18h-19h ou  
Jeu/19h-20h  
• 70\$ + CM 10\$ Adulte  
• 70\$ + CM 7\$ 55 ans +

**Mise en forme • 16 ans + (A)**  
ASCCS  
Lun au Ven/6h-22h ou  
Sam et Dim/8h-19h  
• 225\$ + CM 15\$



Mise en forme • 50 ans + (A)  
CJCM

Lun et/ou Mer/10h-11h ou  
10h30-11h30  
• 65\$ + CM 10\$ Adulte  
• 65\$ + CM 6\$ 55 ans +

Muscu'action • 50 ans + (A-H)

Action Centre-ville  
Mar/13h30-14h30  
• 5\$ + CM 10\$

Programme minceur • 16 ans + (A)  
ASCCS

Lun au Ven/6h-22h ou  
Sam et Dim/8h-19h  
• 225\$ + CM 15\$

Programme PIED • 50 ans + (A)

Carrefour St-Eusèbe  
Ven/10h-12h  
• Gratuit pour les membres

Zumba • 8 à 13 ans (A)  
CJCM

Sam/13h-14h  
• 40\$ + CM 5\$ Enfant

Zumba • 16 ans + (A)  
ASCCS

Lun/18h-18h55 ou  
Mar/17h-17h55 ou  
Jeu/12h-12h55 ou  
Sam/9h30-10h25  
• Coût à la séance + CM 15\$

Zumba • 18 ans + (A)  
CCLSCA

19h-21h • Coût à confirmer

Zumba • 18 ans + (A-H)  
Centre récréatif Poupart

Lun au Ven/18h-19h • CM 5\$

Zumba • 18 ans + (A)  
CJCM

Lun/11h-12h ou 19h30-20h30 ou  
Jeu/12h10-13h10 ou 18h-19h ou  
Ven/18h-19h ou  
Sam/12h-13h  
• 70\$ + CM 10\$ Adulte  
• 70\$ + CM 7\$ 55 ans +

Zumba – Mixte • 16 ans + (A)  
ASCCS

Mer/17h15-18h25  
• Coût à la séance + CM 15\$

Zumba toning • 18 ans + (A)  
CJCM

Mer/12h10-13h10  
• 70\$ + CM 10\$ Adulte  
• 70\$ + CM 7\$ 55 ans +

DANSE

Baladi I • 16 ans + (A-H)  
SLSC

Mar/18h-19h30 • 115\$

Baladi – Mise en forme  
intergénérationnelle  
• 16 ans +/55 ans + (A-H)

SLSC  
Jeu/9h45-10h45 • 45\$

Ballet – Initiation • 5 à 7 ans (A)  
ASCCS

Sam/9h30-10h25 • 55\$ + CM 7\$

Ballet classique • 7 à 9 ans (A)  
CJCM

Sam/15h-16h • 50\$ + CM 5\$

Ballet classique – Débutant  
• 18 ans + (A)

CJCM  
Dim/14h-15h • 80\$ + CM 10\$ Adulte

Bollywood • 18 ans + (A)  
CJCM

Lun/19h-20h30 • 80\$ + CM 10\$ Adulte

Chorégraphie • 6 à 15 ans (A-H)  
Centre récréatif Poupart

Lun au Ven/17h-18h • CM 5\$



Danse africaine I • 16 ans + (A-H)  
SLSC

Sam/9h30-11h • 115\$

Danse africaine –  
Mise en forme • 16 ans + (A-H)  
SLSC

Sam/11h-12h • 90\$

Danse africaine –  
Mise en forme intergénérationnelle  
• 16 ans +/55 ans + (A-H)  
SLSC

Jeu/11h-12h • 45\$

Danse créative • 3 à 5 ans (A)

ASCCS  
Dim/9h20-10h ou 10h10-10h50 ou  
Sam/9h-9h40, 9h45-10h25 ou  
10h30-11h10  
• 45\$ + CM 7\$

Danse en ligne • Aîné (A-H)

CCLSCA  
Mer/13h-15h • 25\$

Danse en ligne –  
Débutant • 50 ans + (A)

Action Centre-ville  
Mar/9h30-11h • 5\$ + CM 10\$

Danse en ligne – Débutant • Aîné (A)  
CJCM

Dim/11h-12h  
• 55\$ + CM 10\$ Adulte  
• 55\$ + CM 7\$ 55 ans +

Danse en ligne –  
Intermédiaire • 50 ans + (A-H)  
Action Centre-ville

Ven/9h30-11h • 5\$ + CM 10\$

Danse en ligne –  
Intermédiaire • Aîné (A)  
CJCM

Jeu/13h10-14h40  
• 65\$ + CM 10\$ Adulte  
• 65\$ + CM 7\$ 55 ans +

Danse en ligne – Avancé • 18 ans + (A)  
CJCM

Jeu/14h40-16h10  
• 65\$ + CM 10\$ Adulte  
• 65\$ + CM 7\$ 55 ans +

Danse en ligne I – Intergénéra-  
tionnel • 16 ans +/55 ans + (A-H)  
SLSC

Lun/13h30-14h30 • 45\$

Danse en ligne II –  
Intergénérationnel  
• 16 ans +/55 ans + (A-H)  
SLSC

Lun/14h45-15h45 • 45\$

Danse expressive • 18 ans + (A)  
CJCM

Jeu/19h30-21h  
• 80\$ + CM 10\$ Adulte

Danses latines – Débutant  
• 18 ans + (A)

CJCM  
Mer/20h-21h30  
• 80\$ + CM 10\$ Adulte

Danses latines – Intermédiaire  
• 18 ans + (A)

CJCM  
Jeu/18h-19h30  
• 80\$ + CM 10\$ Adulte

Danses urbaines • 6 à 12 ans (A)  
Centre récréatif Poupart

Mer/17h-19h • 5\$ + CM 5\$

Danse santé • 50 ans + (A)  
Carrefour St-Eusèbe

Jeu/10h-11h • 60\$ + CM 8\$

Éveil à la danse • 2 ½ à 3 ans (A)  
CJCM

Sam/ 9h-9h45, 10h-10h45  
ou 11h-11h45 • 50\$ + CM 5\$

Flamenco –  
Débutant I • 16 ans + (A-H)

SLSC  
Mer/18h-19h15 • 115\$

Funky hip-hop • 4 et 5 ans (A)  
CJCM

Sam/12h-13h • 50\$ + CM 5\$

Funky hip-hop • 6 à 8 ans (A)  
ASCCS

Dim/11h-11h55 • 55\$ + CM 7\$

Funky hip-hop • 6 à 8 ans (A)  
CJCM

Sam/13h-14h • 50\$ + CM 5\$

Funky hip-hop • 9 à 11 ans (A)  
CJCM

Mar/18h30-19h30 • 50\$ + CM 5\$

Funky hip-hop • 12 et 13 ans (A)  
CJCM

Mar/19h30-20h30 • 50\$ + CM 5\$

Multidanses • 6 à 8 ans (A)  
ASCCS

Sam/11h15-12h • 55\$ + CM 7\$

Préballet • 4 à 6 ans (A)  
CJCM

Sam/14h-15h • 50\$ + CM 5\$

Multidanses • 6 à 8 ans (A)  
ASCCS

Mer/18h-18h45 • 55\$ + CM 7\$



FÊTES D'ENFANTS ET ANIMATION

Anniversaires et fêtes d'enfants  
• 3 à 17 ans (A)  
ASCCS  
Sam ou Dim/Bloc de 3 heures  
• 100\$ pour 10 enfants +  
10\$ par enfant supplémentaire

Fêtes d'enfants –  
Ateliers de psychomotricité et  
petits jeux • 3 et 4 ans (A)  
ASCCS  
Selon les demandes  
• 70\$ pour 10 enfants +  
10\$ par enfant supplémentaire

Terre 4212 –  
Activités thématiques • 4 à 8 ans (A)  
ASCCS  
Selon les demandes  
• 100\$ pour 10 enfants +  
10\$ par enfant supplémentaire

Un mariage à sauver –  
Activités thématiques • 4 à 7 ans (A)  
ASCCS  
Selon les demandes  
• 100\$ pour 10 enfants +  
10\$ par enfant supplémentaire

Zumba kids –  
Jeu et maquillage • 4 à 8 ans (A)  
ASCCS  
Selon les demandes  
• 100\$ pour 10 enfants +  
10\$ par enfant supplémentaire

INFORMATIQUE

Accès libre • 16 ans + (A)  
ASCCS  
Lun au Ven/12h-16h ou 16h30-18h  
• CM 15\$ ou  
• Entrée libre 3\$

Assistance et  
dépannage informatique (A)  
ASCCS  
Rendez-vous nécessaire.  
– Évaluation gratuite

Informatique • Aîné (A-H)  
CCLSCA  
Lun au Ven/13h-15h

Initiation à Internet • 16 ans + (A)  
ASCCS  
Lun/19h30-20h30 • 69\$ + CM 15\$

Initiation à l'informatique  
• 16 ans + (A)  
ASCCS  
Lun/18h30-19h25 • 69\$ + CM 15\$

Initiation aux nouvelles  
technologies • 18 ans + (A)  
CJCM  
Ven/18h30-20h30  
• 60\$ + CM 10\$ Adulte

Initiation aux ordinateurs et  
à Windows • 50 ans + (A-H)  
Action Centre-ville  
Lun/10h-11h30 • 40\$ + CM 10\$

Internet et médias sociaux  
• 50 ans + (A-H)  
Action Centre-ville  
Lun/13h-14h30 • 40\$ + CM 10\$

Office – Débutant • 18 ans + (A-H)  
CCLSCA  
Jeu/19h-21 h • 165\$

Office Word et Excel – Débutant  
• 16 ans + (A)  
ASCCS  
Mar/18h30-19h25 • 69\$ + CM 15\$

Office Word 1 et Excel 1 –  
Débutant • 50 ans + (A-H)  
Action Centre-ville  
Lun/14h45-15h45 • 40\$ + CM 10\$

Page Web – JOOMLA • 18 ans + (A-H)  
CCLSCA  
Mer/19h-21 h • 165\$

Photoshop • 18 ans + (A-H)  
CCLSCA  
Lun/19h-21h • 165\$

Photoshop – Retouche sur photo  
• 16 ans + (A)  
ASCCS  
Jeu/18h-19h55 • 40\$ + CM 15\$

Sécurité et réseaux sociaux  
• 18 ans + (A-H)  
CCLSCA  
Sam/10h-12h • 165\$  
- Réservation requise

Windows Internet • 18 ans + (A-H)  
CCLSCA  
Mar/19 h-21h • 165\$

JEUX DE MONTRÉAL

Athlétisme (A)  
ASCCS  
Ven/16h-17h30 • CM 7\$  
- Enfant né entre 2002-2008

Badminton supervisé mixte –  
Débutant • 12 à 17 ans (A)  
CJCM  
Lun et Mer/16h-18h • CM 5\$

Basketball novice mixte – Initiation (A)  
ASCCS  
Sam/9h15-10h15 • CM 7\$  
- Enfant né entre 2004 et 2006

Escrime – Mixte (A)  
ASCCS  
Dim/12h30-13h30  
• 37\$/an + CM 7\$  
- Enfant né entre 2002 et 2007

Gymnastique rythmique • 6 à 14 ans (A)  
CJCM  
Mar/16h-17h ou  
Dim/8h30-10h30  
- Date de naissance 2000-2005  
Mar/17h-18h ou  
Dim/10h30-12h30/  
- Date de naissance 2006-2009  
• 55\$ + CM 5\$ + 20\$  
- Prérequis être inscrit le dimanche

Judo • 6 à 15 ans (A)  
CJCM  
Lun et Mer/16h30-18h  
• 75\$ + CM 5\$

Karaté style shotokan –  
Ceinture blanche, jaune et orange  
• 7 ans + (A)  
CJCM  
Mar et Jeu/18h-19h  
• 70\$ + CM 5\$ Enfant  
(Affiliation non incluse)

Karaté style shotokan –  
Ceinture verte et + • 7 ans + (A)  
CJCM  
Mar/19h-20h et  
Jeu/19h-20h30  
• 70\$ + CM 5\$ Enfant  
(Affiliation non incluse)

Tennis • 9 à 12 ans (A)  
CJCM  
Dim/9h-10h30 • CM 5\$

Tennis de table (A)  
ASCCS  
Mer/16h45-17h55 • CM 7\$  
- Enfant né entre 2002-2006

JEUX DE SOCIÉTÉ

Tournois jeux de société libres  
• Tous (A-H)  
Action Centre-ville  
Jeu/16h-18h  
• Contribution volontaire

Allemand 1 • 18 ans + (A-H)  
CCLSCA  
Mer/19h-21h • 165\$

Allemand 2 • 18 ans + (A-H)  
CCLSCA  
Jeu/10h-12h • 165\$

Allemand 3 • 18 ans + (A-H)  
CCLSCA  
Sam/10h-12h • 165\$

Anglais 1 • 18 ans + (A-H)  
CCLSCA  
Lun/19h-21h • 165\$

Anglais 2 • 18 ans + (A-H)  
CCLSCA  
Mar/19h-21h • 165\$

Anglais 3 • 18 ans + (A-H)  
CCLSCA  
Sam/10h-12h • 165\$

Anglais – Débutant • 6 à 8 ans (A)  
ASCCS  
Mar/17h-17h55 • 51\$ + CM 15\$

Anglais – Débutant • 8 à 12 ans (A)  
ASCCS  
Mar/18h-19h25 • 51\$ + CM 15\$

Anglais – Débutant • 18 ans + (A)  
CJCM  
Mar/18h-20h  
• 100\$ + CM 10\$ Adulte  
• 100\$ +CM 7\$ 55 ans +

Anglais – Intermédiaire • 18 ans + (A)  
CJCM  
Mar/20h-22h  
• 100\$ + CM 10\$ Adulte  
• 100\$ + CM 7\$ 55 ans +

Anglais – Intermédiaire 1 • 16 ans + (A)  
ASCCS  
Lun/18h-19h ou  
Mar/14h15-15h40  
• 90\$ + CM 15\$

Anglais – Intermédiaire 2 • 9 à 12 ans (A)  
ASCCS  
Mar/18h15-19h10 • 51\$ + CM 15\$

Anglais – Intermédiaire 4 • 16 ans + (A)  
ASCCS  
Mar/19h30-20h55 • 90\$ + CM 15\$

Anglais – Avancé • 16 ans + (A)  
ASCCS  
Lun/19h30-20h55 • 90\$ + CM 15\$

Anglais – Niveau 2 • 50 ans + (A-H)  
Action Centre-ville  
Lun/13h30-15h • 5\$ +CM 10\$

Arabe 1 • 18 ans + (A-H)  
CCLSCA  
Lun/19h-21h • 165\$

Arabe 2 • 18 ans + (A-H)  
CCLSCA  
Mar/19h-21h • 165\$

Arabe 3 • 18 ans + (A-H)  
CCLSCA  
Sam/10h-12h • 165\$

Atelier de francisation  
• 18 ans + (A-H)  
CCLSCA  
Mar, Mer ou Jeu/13h-15h  
- Inscriptions en tout temps

Cantonais 1 • 18 ans + (A-H)  
CCLSCA  
Mer/19h-21h • 165\$

Cantonais 2 • 18 ans + (A-H)  
CCLSCA  
Jeu/19h-21h • 165\$

Cantonais 3 • 18 ans + (A-H)  
CCLSCA  
Sam/10h-12h • 165\$

Espagnol I • 16 ans + (A-H)  
SLSC  
Mar/18h30-20h • 105\$





Espagnol 1 • 18 ans + (A-H)  
CCLSCA

Lun/19h-21h • 165\$

Espagnol 1 • 50 ans + (A-H)

Action Centre-ville

Jeu/13h30-14h30

• 35\$ + CM 10\$ + Livre

Espagnol 1 • 16 ans + (A-H)

SLSC

Mar/20h-21h30 • 105\$

Espagnol 2 • 18 ans + (A-H)

CCLSCA

Mar/19h-21h • 165\$

Espagnol 2 • 50 ans + (A-H)

Action Centre-ville

Jeu/14h45-15h45 • 35\$ + CM 10\$

Espagnol 3 • 18 ans + (A-H)

CCLSCA

Sam/10h-12h • 165\$

Espagnol 3 • 50 ans + (A-H)

Action Centre-ville

Mer/10 h-11 h 30 • 40\$ + CM 10\$

Espagnol – Débutant • 18 ans + (A)

CJCM

Jeu/18h-20h

• 100\$ + CM 10\$ Adulte

• 100\$ + CM 7\$ 55 ans +

Espagnol – Préintermédiaire

• 16 ans + (A)

ASCCS

Mar/18 h-19h25 • 90\$ + CM 15\$

Espagnol – Intermédiaire • 18 ans + (A)

CJCM

Mar/18h-20h

• 100\$ + CM 10\$ Adulte

• 100\$ + CM 7\$ 55 ans +

Espagnol – Intermédiaire 4 • 16 ans + (A)

ASCCS

Mer/18h-19h25 • 90\$ + CM 15\$

Français 1 • 18 ans + (A-H)

CCLSCA

Mer/19h-21h • 165\$

Français 2 • 18 ans + (A-H)

CCLSCA

Jeu/19h- 21h • 165\$

Français 3 • 18 ans + (A-H)

CCLSCA

Sam/10h-12h • 165\$

Français langue seconde

• 50 ans + (A-H)

Action Centre-ville

Ven/10h-11h • 5\$ +CM 10\$

Italien 1 • 18 ans + (A-H)

CCLSCA

Lun/19h-21h • 165\$

Italien 2 • 18 ans + (A-H)

CCLSCA

Mar/19h-21h • 165\$

Italien 3 • 18 ans + (A-H)

CCLSCA

Sam/10h-12h • 165\$

Italien – Débutant • 18 ans + (A)

CJCM

Lun/18h-20h

• 100\$ + CM 10\$ Adulte

• 100\$ + CM 7\$ 55 ans +

Japonais 1 • 18 ans + (A-H)

CCLSCA

Lun/19h-21h • 165\$

Japonais 2 • 18 ans + (A-H)

CCLSCA

Mar/19h-21h • 165\$

Japonais 3 • 18 ans + (A-H)

CCLSCA

Sam/10h-12h • 165\$

Mandarin 1 • 18 ans + (A-H)

CCLSCA

Mer/19h-21h • 165\$

Mandarins 2 • 18 ans + (A-H)

CCLSCA

Jeu/19h-21h • 165\$

Mandarins 3 • 18 ans + (A-H)

CCLSCA

Sam/10h-12h • 165\$

Mandarin et culture chinoise –

Introduction • 50 ans + (A)

Action Centre-ville

Mar/10h à 11h30 • 5\$ +CM 10\$

Portugais 1 • 18 ans + (A-H)

CCLSCA

Mer/19h-21h • 165\$

Portugais 2 • 18 ans + (A-H)

CCLSCA

Jeu/19h-21h • 165\$

Portugais 3 • 18 ans + (A-H)

CCLSCA

Sam/10h-12h • 165\$

## MARCHE

Montréal à pied • 50 ans + (A-H)

Action Centre-ville

Lun/10h-11h30

• 5\$ + CM 10\$ + Transport

en commun

## MÉTIER D'ART

Couture –

Confection de vêtement d'enfant

• 18 ans + (A)

CJCM

Mar/18h-20h

• 90\$ + CM 10\$ Adulte

• 90\$ + CM 7\$ 55 ans +

Couture –

Débutant avec machine • 18 ans + (A)

CJCM

Lun/18h-20h

• 90\$ + CM 10\$ Adulte

• 90\$ + CM 7\$ 55 ans +

Couture –

Faire son patron • 18 ans + (A)

CJCM

Lun/20h-22h

• 90\$ + CM 10\$ Adulte

• 90\$ + CM 7\$ 55 ans +

Tricot • 18 ans + (A)

CJCM

Sam/10h-12h

• 45\$ + CM 10\$ Adulte

• 45\$ + CM 7\$ 55 ans +

Tricot intergénérationnel

• 16 ans + /55 ans + (A-H)

SLSC

Jeu/16h-17h • 45\$



## MUSIQUE

Éveil à la musique • 3 et 4 ans (A)

CJCM

Sam/10h-11h • 50\$ + CM 5\$

Éveil à la musique • 3 à 5 ans (A)

ASCCS

Dim/11h-11h45h • 57\$ + CM 7\$

Éveil à la musique • 5 à 7 ans (A)

CJCM

Sam/11h-12 • 50\$ + CM 5\$

Guitare – Débutant • 12 à 17 ans (A)

CJCM

Mar/18h-20h • 45\$ + CM 5\$

- Guitare fournie

Guitare – Débutant • 18 ans + (A)

CJCM

Mar/18h-20h

• 85\$ + CM 10\$ adulte

• 85\$ + CM 7\$ 55 ans +

Guitare populaire –

Débutant I • 16 ans + (A-H)

SLSC

Sam/10h-11h • 115\$

- Petit groupe

Percussions cubaines et latines I –

Djembe et congas • 16 ans + (A-H)

SLSC

Lun/19h-20h30 • 135\$

## PHOTOGRAPHIE

Photographie • 6 à 15 ans (A-H)

Centre récréatif Poupart

Lun au Ven/17h-18h • CM 5\$

Photographie – Débutant • 16 ans + (A)

ASCCS

Jeu/18h-19h55 • 80\$ + CM 15\$

## PREMIERS SOINS

Cours de RCR • 16 ans + (A-H)

SLSC

Soir ou Week-end • 80\$

## PSYCHOMOTRICITE

Activité parents et enfants –

Stade 1 • 12 à 23 mois (A)

ASCCS

Dim/9h-9h45 • 57\$ + CM 7\$

Activité parents et enfants –

Stade 2 • 24 à 42 mois (A)

ASCCS

Dim/9h-10h35 • 57\$ + CM 7\$

Activité parents et enfants –

Stade 3 • 36 à 47 mois (A)

ASCCS

Dim/10h40-11h25 • 57\$ + CM 7\$

## RENCONTRES

Bien vieillir et développer

son réseau • 50 ans + (A)

Action Centre-ville

Jeu/13h30 à 15h30 • CM 10\$

Bingo • Aîné (A-H)

CCLSCA

Jeu/13h-15h • CM 5\$

Cabane à sucre • 50 ans + (H)

Carrefour St-Eusèbe

Journée à confirmer/10h-17h

• CM 8\$ + Coût à confirmer

Cartes • Aîné (A-H)

CCLSCA

Mer/13h-15h • CM 5\$

- Inscription en tout temps

Dîner d'halloween • 50 ans + (A)

Carrefour St-Eusèbe

Mer 31 Oct/12h-14h

• 7\$ membre + CM 8\$

• 10\$ non membre



**Dîner de Noël • 50 ans + (H)**  
Carrefour St-Eusèbe  
Ven 19 Déc/10h-15h  
• 15\$ membre + CM 8\$  
• 20\$ non membre

**Dîner Saint-Valentin • 50 ans + (H)**  
Carrefour St-Eusèbe  
Ven 13 Fév/12h-14h  
• 10\$ membre + CM 8\$  
• 15\$ non membre

**Épluchette de blé d'inde • 50 ans + (A)**  
Carrefour St-Eusèbe/  
Parc Walter-Stewart  
Mer 19 Sept/11h-15h • CM 8\$

**Repas communautaire • 18 ans + (A-H)**  
CCLSCA  
Jeu/13h-15h  
- Inscription en tout temps

**Repas du midi • 50 ans + (A-H)**  
Action Centre-ville  
Lun au Ven/11h45-12h45  
• 4,25\$ + CM 10\$

**Sortie aux pommes • 50 ans + (A)**  
Carrefour St-Eusèbe  
Mer 10 Oct/10h-17h  
• CM 8\$ + Coût à confirmer

SPORTS D'ADRESSE

**Bowling sur Xbox (jeu vidéo)**  
• *Aîné* (A-H)  
CCLSCA  
Jeu/13h-15h • CM 5\$  
- Inscription en tout temps

**Galet • Aîné** (A-H)  
CCLSCA  
Lun/13h-15h • CM 5\$  
- Inscription en tout temps

**Jeu de poches • 50 ans + (A-H)**  
Action Centre-ville  
Jeu/13h30-14h30 • 5\$ + CM 10\$

**Baseball poche • Aîné** (A-H)  
CCLSCA  
Mar/13h-15h • CM 5\$  
- Inscription en tout temps

SPORTS D'ÉQUIPE

**Basketball • 13 à 24 ans** (A-H)  
LSJ/Cégep du Vieux Montréal  
Sam/14h-16h30 • CM 5\$/session

**Basketball • 15 à 25 ans** (A)  
CJCM  
Ven/19h-21h30  
• 25\$/session + CM 5\$ 15 à 17 ans  
• 25\$/session + CM 10\$ Adulte

**Hockey cosom • 13 à 24 ans** (A-H)  
LSJ/Cégep du Vieux Montréal  
Sam/14h-16h30 • CM 5\$/session

**Hockey cosom – Féminin**  
• 16 ans + (A-H)  
SLSC/École Garneau  
Jeu/18h-20h • 65\$

**Soccer • 4 et 5 ans** (A)  
ASCCS  
Dim/8h30-9h ou 9h30-10h25  
• 20\$ + CM 7\$

**Soccer • 5 et 6 ans** (A)  
ASCCS  
Dim/10h30-11h25 • 20\$ + CM 7\$

**Soccer • 6 et 7 ans** (A)  
ASCCS  
Dim/11h30-12h25 • 20\$ + CM 7\$

**Soccer • 13 à 17 ans** (A-H)  
LSJ/Cégep du Vieux Montréal  
Mar ou Ven/19h15-21h ou  
Sam/12h-16h30  
• CM 5\$/session

**Soccer intérieur – Compétitif**  
• 4 à 17 ans (A-H)  
Club de soccer les Boucaniers/  
École Pierre-Dupuy  
Sam et Dim du 4 Oct au 20 Mars/  
10 matchs de championnat

**Soccer intérieur – Récréatif**  
• 4 à 17 ans (A-H)  
Club de soccer les Boucaniers/  
École Pierre-Dupuy  
Sam ou Dim du 4 Oct au 14 Mars

**Volleyball – Femme • 13 à 16 ans** (A)  
ASCCS  
Horaire et coût à confirmer  
- Essai gratuit d'un mois

**Volleyball – Femme • 17 ans +** (A)  
ASCCS  
Horaire et coût à confirmer

**Volleyball – Homme • 13 à 16 ans** (A)  
ASCCS  
Horaire et coût à confirmer  
- Essai gratuit d'un mois

**Volleyball – Homme • 17 ans +** (A)  
ASCCS  
Horaire et coût à confirmer  
- Essai gratuit d'un mois

**Volleyball – Mixte • 13 à 16 ans** (A)  
ASCCS  
Horaire et coût à confirmer  
- Essai gratuit d'un mois

**Volleyball – Mixte • 17 ans +** (A)  
ASCCS  
Horaire et coût à confirmer  
- Essai gratuit d'un mois

**Volleyball assis pour tous • 16 ans +** (A)  
ASCCS  
Dim/9h30-11h ou  
Jeu/18h-20h  
• CM 15\$  
- Essai gratuit d'un mois

SPORTS DE GLACE

- Tous les sports de glace se pratiquent à l'aréna Camillien-Houde

**Hockey libre • 17 ans et moins** (A-H)  
Ven/16h-17h20 • Gratuit

**Hockey libre • 18 ans +** (A-H)  
Ven/13h-14h30 • Gratuit

**Hockey mineur • 4 à 17 ans** (A-H)  
Horaire et coût variables

**Patin libre • Tous** (A-H)  
Lun au Jeu/16h30-17h20 • Gratuit

**Patinage artistique • 2 à 17 ans** (A-H)  
Club de patinage artistique  
Camillien-Houde  
Horaire et coût variables  
(selon le nombre de fois semaine)

**Patinage de vitesse • 5 ans +** (A-H)  
Club de patinage de vitesse  
Centre-Sud  
Horaire et coût variables

SPORTS DE RAQUETTE

**Badminfun – Compétitif • 18 ans +** (A)  
CJCM  
Jeu/18h-20h • 50\$ + CM 10\$

**Badminfun – Intermédiaire**  
• 18 ans + (A)  
CJCM  
Mar/18h-20h • 50\$ + CM 10\$

**Badminfun – Récréatif • 18 ans +** (A)  
CJCM  
Mer/18h-20h • 50\$ + CM 10\$

**Badminton • 18 ans +** (A-H)  
CCLSCA  
19h-21h  
• CM 5\$ +10\$/h par personne

**Badminton – Débutant/Intermédiaire**  
• 18 ans + (A)  
CJCM  
Jeu/18h-20h  
• 90\$ + CM 10\$ Adulte  
• 90\$ + CM 7\$ 55 ans +

**Badminton – Initiation/Débutant**  
• 18 ans + (A)  
CJCM  
Lun/18h-20h  
• 90\$ + CM 10\$ Adulte  
• 90\$ + CM 7\$ 55 ans +

**Badminton familial**  
• *Parents et enfants* (A)  
CJCM  
Sam/8h-10h  
• CM 5\$ Enfant  
• CM 10\$ Adulte  
• CM 7\$ 55 ans +  
– Jeu en double obligatoire/  
3 inscriptions par client

**Badminton libre • 18 ans +** (A)  
CJCM  
Mar ou Jeu/20h-21h  
• 40\$ + CM 10\$

**Badminton libre – Femmes**  
• 16 ans + (A-H)  
SLSC/École Garneau  
Mer/18h-20h • 65\$

**Badminton libre – Mixte**  
• 16 ans + (A-H)  
SLSC/École Garneau  
Ven/18h-20h • 65\$

**Badminton midi • 18 ans +** (A)  
CJCM  
Mar au Jeu/11h-13h  
• 12\$/terrain/heure

**Badminton soirée • 18 ans +** (A)  
ASCCS  
Lun/18h-20h ou  
Mer/18h-22h  
• Location de raquettes/5\$ et  
moineaux/2\$  
• Entrée libre/16\$ terrain  
• Session/135\$ terrain + CM 15\$

**Ligue de badminton – Avancé/Élite**  
• 18 ans + (A)  
CJCM  
Lun et/ou Mer/20h-22h45  
• 100\$ + CM 10\$ Adulte

**Ligue de badminton – Élite**  
• 18 ans + (A)  
CJCM  
Dim/18h-21h • 100\$ + CM 10\$ Adulte

**Tennis de table • 18 ans +** (A-H)  
CCLSCA  
19h-21h  
• CM 5\$ + 5\$/h par personne

**Tennis de table 1 • 50 ans +** (A-H)  
Action Centre-ville  
Mar/13h30-15h • 5\$ + CM 10\$

**Tennis de table 2 • 50 ans +** (A-H)  
Action Centre-ville  
Mer/13h30-15h • 5\$ + CM 10\$

