

GUIDE TOURISTIQUE OFFICIEL 2015-2016

Laval

tourismelaval.com

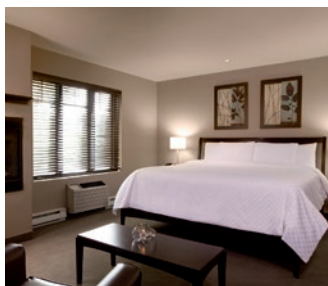
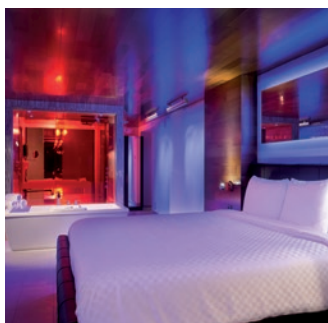




finlândais

spa & hôtel

REDÉFINIT L'EXPÉRIENCE DE DÉTENTE



Forfaits Hôtel & Spa • Certificats cadeaux disponibles

124 et 125, boulevard Labelle
Rosemère (Québec) J7A 2G9

450 971-0005 • 1 888 971-0005 • SpaLeFinlandais.com

sommaire

2 Trousse de voyage

découvrir la région

- 4 Les incontournables
 - 6 S'amuser en famille à Laval
 - 8 Portrait de la région
-

visiter et s'amuser

- 12 Événements
 - 17 Culture et patrimoine
 - 24 Divertissement
 - 30 Nature et plein air
 - 36 Plaisirs d'hiver
 - 40 Magasinage
 - 46 Centres de santé et de beauté
 - 49 Saveurs régionales
-

se loger et se restaurer

- 53 Restauration
 - 61 Hébergement
-

renseignements utiles

- 72 Information générale
- 74 Voyager au Québec
- 76 Symboles et pictogrammes
- 77 Index
- 80 Carte régionale





TROUSSE DE VOYAGE

Des outils numériques pour vous aider

Tourisme Laval met à la disposition des visiteurs soucieux de bien planifier leur voyage dans la région plusieurs outils utiles, tous accessibles sur son site Internet.

Site Internet :
tourismelaval.com

Vous pouvez télécharger le présent guide au format PDF ainsi que plusieurs autres outils.

La collection des guides touristiques officiels est aussi offerte en version papier au bureau d'information touristique de la région de Laval (voir les coordonnées en page 72).



**Suivez
la conversation**

 [@tourismelaval](https://twitter.com/tourismelaval)

Partager vos moments dans la région
avec le mot-clic [#experiencelaval](https://twitter.com/hashtag/experiencelaval)

 [/tourismelaval](https://www.facebook.com/tourismelaval)

 [/tourismelaval](https://plus.google.com/tourismelaval)

 [/tourismelaval](https://www.youtube.com/tourismelaval)

 [/tourismelaval](https://www.instagram.com/tourismelaval)

découvrir la région

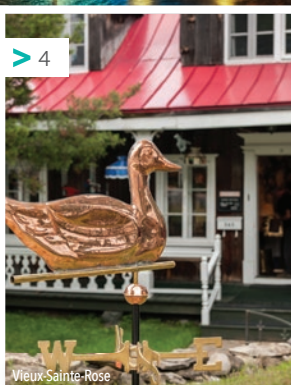
4 Les incontournables

6 S'amuser en famille
à Laval

8 Portrait de la région

80 Carte de la région

> 8





Les incontournables

LAVAL, TU M'ÉTONNES !



1 > Cosmodôme

Nul besoin d'être un astronaute pour avoir un billet en première classe pour l'espace. Rendez-vous au Cosmodôme pour un tête-à-tête inoubliable avec les planètes. Rapprochez-vous des étoiles en participant à des missions virtuelles palpitantes. Quittez la Terre pour explorer la Lune, entreprendre une périlleuse odyssée sur Mars ou lancer une sonde aux frontières du cosmos. Prenez part à la fascinante aventure de la conquête spatiale et offrez-vous l'univers en visitant ce musée interactif unique en son genre.

2 > SkyVenture

Ce n'est pas seulement dans nos rêves que nous pouvons voler comme un oiseau. Chez SkyVenture, défier la loi de la gravité est un jeu d'enfant. On vous propose de voler, flotter, virer dans les airs, à bord du premier simulateur de chute libre intérieur au Canada. On a ainsi l'impression de sauter en parachute avec une décharge incroyable d'adrénaline, et ce, sans avoir à se lancer dans le vide. Une expérience haute en sensations fortes qui donne des ailes !

3 > Maeva Surf

Est-ce possible de faire du surf à longueur d'année sans avoir à mettre le bout du nez à l'extérieur ? Tout à fait ! Maeva Surf vous invite

à découvrir le flowboarding. Ce sport hors de l'ordinaire est un heureux mariage de surf, de planche à roulettes et de planche à neige. Prêt à relever le défi ? Sortez votre maillot et venez dompter avec brio la fameuse vague artificielle propulsée à 40 km/heure.

4 > Carrefour Laval

Avec ses 300 boutiques et bannières prestigieuses, le Carrefour Laval offre une expérience de magasinage à son meilleur. Que vous soyez accro de mode ou de déco, c'est assurément l'endroit de prédilection. Entre deux achats, profitez des vastes aires de détente dotées de puits de lumière naturelle, de fontaines et de luxuriants aménagements paysagers. Vous ne verrez pas les heures passer !

5 > Centre de la nature

Le Centre de la nature est l'un des parcs urbains les plus prisés de la région. Partez à la découverte de cette oasis de verdure qui regroupe en un seul endroit une serre tropicale, une charmante ferme, un vaste bassin d'eau et d'agréables sentiers de randonnée. En hiver, le charme opère tout autant. Le lac se transforme en une immense surface glacée très appréciée des patineurs et les sentiers enneigés font la joie des amateurs de ski de fond et de marche hivernale.



9 <



> 6



>10



6 > Parc de la Rivière-des-Mille-Îles

Avec son paysage de bayous, son refuge faunique, ses marais en fleurs, ses forêts marécageuses et la végétation luxuriante de ses îles, le Parc de la Rivière-des-Mille-Îles est un espace nature sans pareil en plein cœur de la ville. Explorez ce labyrinthe de verdure et d'eau, en canot, kayak, rabaska, pédalo ou en taquinant le poisson. Profitez-en pour faire un pique-nique dans l'une des nombreuses îles. Le site est tout aussi populaire en hiver avec le ski de fond, le patinage et la pêche sur glace.

7 > Le Vieux-Sainte-Rose

Le Vieux-Sainte-Rose est un petit bijou d'histoire et de découvertes. Le quartier, qui est bordé par la rivière des Mille Îles, possède l'une des rues les plus pittoresques de Laval. Remontez dans le temps et admirez la richesse architecturale des bâtiments historiques et des maisons anciennes qui rappellent l'époque où les citadins y passaient leurs vacances. Vous tomberez également sous le charme de ses bonnes tables, boutiques d'artisanat et d'antiquités, galeries d'art et sympathiques cafés.

8 > Centre d'interprétation de l'eau (C.I.EAU)

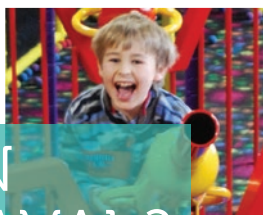
Saviez-vous que la station de production d'eau potable de Sainte-Rose est également un centre d'interprétation interactif ? On ne pouvait choisir meilleur site pour expliquer le parcours de cette précieuse ressource. Le C.I.EAU est l'endroit idéal pour tout apprendre sur la production d'eau potable, de la rivière à nos robinets.

9 > AéroSim Expérience

Initiez-vous au pilotage et prenez les commandes d'un avion ! Ce tout nouveau simulateur de vol est destiné tant au grand public qu'aux pilotes souhaitant maintenir leur compétence. En compagnie d'un instructeur professionnel, vous devez mener à bon port un avion de ligne Boeing 737 Nouvelle Génération. Au choix : pas moins de 24 000 aéroports pour aiguïser vos connaissances !

10 > Exposition Vaccins

Les expositions font toujours sensation au Musée Armand-Frappier et celle consacrée aux vaccins a de quoi piquer notre curiosité ! Au fil de cette exposition, vous aurez l'occasion de démystifier le mode d'action des vaccins dans le corps et d'en apprendre plus sur leur fabrication et la recherche dont ils font l'objet.



S'AMUSER EN FAMILLE À LAVAL?

Un jeu d'enfant !



Les familles sont nombreuses à faire leur nid à Laval pour la qualité de vie et les nombreux services, mais aussi en raison des activités diversifiées qui y sont offertes. Peu importe l'âge, les destinations sont stimulantes, autant pour le corps que l'esprit.

Parmi les nouveautés à découvrir, le centre iSaute offre 10 000 pieds carrés de trampolines mur-à-mur interconnectés les uns aux autres. Les compétitions amicales s'y installent spontanément et les petites grenouilles ont une zone de jeu juste pour elles. Chez Escalade Clip 'n Climb Laval, l'expérience familiale se vit en hauteur sur des murs d'escalade intérieurs colorés. Amusez-vous à grimper côte à côte ou même face à face en défiant le chrono !

Putting Edge est un parcours de mini-golf fluo intérieur qui vous transporte dans un univers aux couleurs éclatées. De son côté, le Funtropolis est le plus grand centre de divertissement pour enfants au Canada.

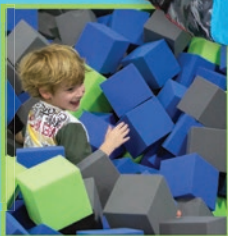
Vous avez le profil audacieux ? Initiez-vous au trapèze chez Trapèze Le Voltigeur pour des sensations fortes garanties. Rendez-vous chez Action 500 Karting et Paintball. Déployez votre meilleure stratégie pour déjouer l'équipe adverse au cours d'une séance de paintball ou faites grimper votre niveau d'adrénaline sur la longue piste de karting.

Des sorties dynamiques et divertissantes vous attendent dans la grande région de Laval qui est sans contredit une destination familiale incontournable pour profiter d'un séjour animé et bien rempli !





**20 000 PIEDS CARRÉS
D'AMUSEMENT!**



Instagram & Snapchat @isaute
facebook.com/isautelaval

2045 Dagenais Ouest, Laval
www.isaute.ca - (514) 761-7373

ESCALADE
clip'n
climb
LAVAL

**UNE EXPÉRIENCE
D'ESCALADE
UNIQUE**



CENTRO**POLIS**

2929 St-Martin Ouest (Centropolis), Laval
www.clipnclimblaval.ca — 450 934-9493



PORTRAIT DE LA RÉGION

Il était une fois... Laval

Centropolis

Laval était autrefois une grande île couverte d'arbres majestueux qui était habitée par les Amérindiens. En 1636, l'île est concédée aux Jésuites qui la nomment Île Jésus. Elle doit son nom à monseigneur François Montmorency de Laval, premier évêque de Québec qui l'obtient en 1672, en échange de l'île d'Orléans. Monseigneur de Laval cède l'île Jésus en 1680 au Séminaire du Québec, qui en demeure propriétaire et seigneur jusqu'à l'abolition du régime seigneurial en 1854.

Villégiature et urbanisation

L'arrivée du train et la construction de la gare de Sainte-Rose en 1876 transforment cette contrée presque vierge puisque des milliers de Montréalais y viennent en villégiature pour profiter des beautés de la rivière. C'est le début des activités sportives et sociales sur l'île alors que les clubs nautiques s'installent en bordure de la rivière des Mille îles, reconnue pour sa grande beauté, et que réceptions et banquets battent leur plein. Dans les

années 30, des dizaines de plages superbes sont aménagées. Après la Seconde Guerre mondiale, la modernisation et l'urbanisation contribuent à la croissance rapide du territoire, et de nombreuses petites municipalités voient alors le jour. En 1965, l'Assemblée législative adopte un projet de loi qui fusionne en une seule ville de 170 000 habitants les 14 municipalités de l'île Jésus. C'est à ce moment que toute l'île devient la Ville de Laval.

Les célébrations du 50^e anniversaire

L'année 2015 marque donc le 50^e anniversaire de la ville de Laval. Tout au long de l'année, la Corporation des célébrations 2015 à Laval propose une myriade d'activités. Ce sera le lieu de plusieurs grands rassemblements et les festivités se dérouleront partout dans la ville. Au menu, spectacles, expositions, activités sportives et fêtes populaires s'enchaîneront dans tous les quartiers de la ville pour interpeller et ravir l'ensemble de la population.

Un environnement unique plein de richesses

Laval est un territoire insulaire d'une superficie de 24 600 hectares. Bordée au sud par la rivière des Prairies et au nord par la rivière des Mille Îles, l'île compte plus de 100 kilomètres de rives, dont 37 berges publiques aménagées ainsi que deux belvédères. La zone agricole multifonctionnelle occupe près de 7 000 hectares que se partagent 150 producteurs dynamiques, qui offrent des produits variés de grande qualité. On recense également sur l'île un réseau cyclable de 175 km, plusieurs aires protégées magnifiques, 16 écosystèmes forestiers exceptionnels et près d'une vingtaine de boisés d'intérêt écologique.

Diversité culturelle attrayante

De nombreux citoyens du monde ont choisi Laval comme ville d'accueil, attirés par sa nature inclusive, sa géographie avantageuse et son environnement contrastant. De plus, l'éventail impressionnant d'activités et de services de proximité pour toute la famille contribue au pouvoir d'attraction de la ville. À la grande joie de tous, cette richesse multiculturelle se reflète également dans les commerces et restaurants de la ville.

Résolument tournée vers l'avenir, Laval est une ville exceptionnelle dont le potentiel demeure immense. Jouissant à la fois d'un environnement riche et unique, d'une économie florissante, de réalisations intégrées novatrices et d'attraits formidables, Laval sait charmer.





COSMODÔME

.....

LAISSEZ TOMBER LA ROUTINE SUR TERRE. PARTEZ EN ORBITE!

Missions virtuelles interactives | Camp spatial |
Programmes scolaires | Événements corporatifs |
Et bien plus encore!



450 978.3600 | www.cosmodome.org

2150, autoroute des Laurentides, Laval (Québec) H7T 2T8

visiter et s'amuser

12 Événements

16 Laval a 50 ans !

17 Culture et patrimoine

21 Spectacles, théâtre et concerts

24 Divertissement

30 Nature et plein air

34 Parcs et randonnées pédestres

36 Plaisirs d'hiver

39 Ski de randonnée et raquette

40 Magasinage

46 Centres de santé et de beauté

49 Saveurs régionales

> 30



Crédit photo : Sophie Poliquin, levesquephoto.com



ÉVÉNEMENTS



À l'année

Artistes de Rose-Art à l'œuvre

216, boulevard Sainte-Rose, H7L 1L6
450 625-7925 roseart.ca

La Galerie la Vieille Caserne du pittoresque Vieux-Sainte-Rose est l'endroit où rencontrer des artistes peintres et sculpteurs qui donnent libre cours à leur imagination, sous les yeux des visiteurs. ☎

1^{er} mars au 1^{er} octobre

Virées patrimoniales

450 681-1611 reseauartist.com

Visites historiques et parcours théâtraux offerts dans les quartiers du Vieux-Sainte-Rose, du Vieux-Saint-Vincent-de-Paul et de Saint-Martin. \$

27 mars au 12 avril

Coupe Soccer Laval - Intérieur 25^e édition

955, avenue Bois-de-Boulogne, H7N 4G1
450-975-3366 coupe-soccer-laval.qc.ca

Cette année, la Coupe fêtera ses 25 ans. Venez encourager les quelque 120 équipes qui s'affronteront lors d'une centaine de parties au Centre Bois-de-Boulogne pendant deux fins de semaine. ☎

26 avril

Spectacle Jour de la Terre

Centre de la nature
901, avenue du Parc, H7E 2T7
450 975-3366 50laval.ca

Lors de la Semaine lavalloise de la Terre, Les Cowboys Fringants donneront un spectacle intitulé « Un arbre pour tous » au Centre de la nature, et dix mille arbres seront alors plantés ! ☎

8 et 9 mai**24 heures de sciences**science24heures.com

Venez célébrer le 10^e anniversaire de cette grande fête provinciale qui propose des activités variées de découverte des sciences et des technologies dans les institutions muséales de Laval. \$

29 au 31 mai**La Grande fête des pompiers de Laval**

Centropolis

311 (de Laval) fetedespompiers.com

Soyez de la fête au profit de la Fondation des pompiers du Québec pour les grands brûlés. Allez à la rencontre des pompiers, participez à des activités interactives, animations, courses de 2,5, 10 km, demi-marathon, etc. Ⓢ

1^{er} juin au 15 mai**L'exposition Vaccins**

Musée Armand-Frappier

531, boulevard des Prairies, H7V 1B7

450 686 5641 musee-afrappier.qc.ca

Vaccins, une exposition qui saura piquer votre curiosité scientifique et vous aidera à prendre des décisions éclairées. Vaccins, une exposition à explorer pour comprendre et faire de meilleurs choix. \$



La Grande fête des pompiers de Laval

4 juin au 6 août**Concerts de l'Orchestre symphonique de Laval**450 978-3666 osl.qc.ca

Au cours de la saison estivale, l'OSL donnera six concerts extérieurs en soirée dans différents lieux tant urbains que champêtres de Laval. Ⓢ

21 juin**Solstice d'été**

Centropolis

450 681-4811 centropolis.ca

Centropolis célèbre l'arrivée de l'été en proposant une journée complète d'activités et animation pour toute la famille. En soirée, place au grand spectacle avec de nombreux artistes, et plus encore. Ⓢ



**ORCHESTRE
SYMPHONIQUE
DE LAVAL**
ALAIN TRUDEL

Corporation
SALAMANDRE

Conseil des arts
et des lettres
Québec

Conseil des arts
du Canada

Conseil des arts
de la région

Laval

osl.qc.ca f

23 juin au 6 août**Théâtre d'eau**

Place du 50^e à Centropolis
50laval.ca

Conçu spécialement pour le 50^e anniversaire de Laval, ce spectacle multimédia unique retrace la grande histoire de Laval ainsi que les petites histoires de ses habitants. ⑧

27 juin au 5 juillet**Coupe Soccer Internationale de Laval**

955, avenue Bois-de-Boulogne, H7N 4G1
450 975-3366 coupe-soccer-laval.qc.ca

Plus de 6000 joueurs d'équipes du Canada et des États-Unis participeront aux matchs de la 30^e édition qui seront disputés au parc Compétences 2000 et au centre sportif Bois-de-Boulogne. ⑧

3 juillet au 9 août**Les Festi'Week-ends**

Centre de la nature
901, avenue du Parc, H7E 2T7
450 662-4942 festiweekends.laval.ca

Vivez votre été au rythme des Festi'Week-ends au Centre de la nature. Tous les week-ends, des activités culturelles, sportives et des spectacles gratuits y sont offerts. Profitez-en en famille! ⑧

3 juillet au 28 août**La Place Centrale s'anime cet été**

Centropolis
450 681-4811 centropolis.ca

Les rendez-vous seront nombreux cet été à la Place Centrale du Centropolis. Spectacles de musique, projections cinématographiques en plein air, cours de yoga et de zumba extérieurs s'y succéderont. ⑧

10 au 12 juillet**Festival des bières de Laval**

Centre de la nature
901, avenue du Parc, H7E 2T7
festivaldesbieresdelaval.com

Première édition du Festival des bières de Laval, un événement qui met en valeur l'industrie brassicole québécoise. \$

23 au 26 juillet**Symposium de Sainte-Rose**

Vieux-Sainte-Rose
450 625-7925 roseart.ca

Cet événement du Vieux Sainte-Rose réunit 90 artistes-peintres et sculpteurs qui partagent leur processus de création avec les visiteurs. Voilà une occasion d'acquérir une œuvre d'un artiste d'ici. ⑧

1^{er} au 30 août**Exposition Banlieue!**

1395, boulevard de la Concorde Ouest, H7N 5W1
450 662-4440 50laval.ca

Salle Alfred-Pellan de la Maison des arts de Laval
Une invitation à explorer ce qu'est la vie de banlieue à l'aide des arts visuels et médiatiques. ⑧

19 au 23 août**Fêtes Gourmandes Internationales de Laval**

2150, autoroute des Laurentides, H7T 2T8
450 666-2727 • 514 913-9505 fgil.ca

L'Asie est en vedette aux Fêtes Gourmandes Internationales, qui proposent des mets de partout au monde. Le Québec est représenté dans la section des produits du terroir. Un must pour les épicuriens. \$

6 septembre**La Fête de la famille**

Centre de la nature
901, avenue du Parc, H7E 2T7
450 978-8000 • 311 (de Laval)
fetedelafamille.laval.ca

La famille est au premier plan de ce grand rassemblement festif et gratuit. Spectacles, activités, parade, zone pour ados, jeux gonflables et personnages colorés animent le Centre de la nature. Ne manquez pas le premier tour cycliste de Laval.

25 au 27 septembre**Journées de la culture**

450 978-8000 • 311 (de Laval) evenements.laval.ca

Comme partout dans la province, Laval vibrera au diapason de la culture en offrant des activités interactives, expositions, pièces de théâtre, spectacles et ateliers. ⑧



Théâtre d'eau



Centropolis

Octobre

Festival musical indépendant Diapason 7^e édition

5495, boulevard Saint-Martin Ouest, H7T 2X7
450 978-6828 festivaldiapason.com

Cet événement novateur fait la promotion d'artistes émergents et établis en présentant des spectacles et concepts uniques dans le quartier Sainte-Rose. Au programme : musique, design et gastronomie. \$

23 octobre au 17 novembre

Le Collège Montmorency présente : La Quinzaine des sciences

475, boulevard de l'Avenir, bureau B1402, H7N 5H9
cmontmorency.qc.ca

Le Collège Montmorency et ses partenaires scientifiques de la région ont concocté un programme afin d'intéresser jeunes et adultes aux enjeux liés aux situations auxquelles l'humanité est confrontée. ⑧



Centre de la nature

21 et 22 novembre

Ciné Brique — Expo LEGO

Cosmodôme
2150, autoroute des Laurentides H7T 2T8
cinebrique.com

Grande exposition de créations LEGO pour petits et grands ainsi qu'un festival de films LEGO pour voir les briques s'animer... 100 % LEGO ! \$

3 juillet au 9 août

**SPECTACLES ET ACTIVITÉS
AU CENTRE DE LA NATURE**

Tout est gratuit !

www.festiweekends.laval.ca

Laval a 50 ans !

Laval fête ses 50 ans en 2015 et l'année sera ponctuée d'événements culturels, sportifs et familiaux. Plein de grandes et de petites histoires à découvrir...

Participer au 50^e de Laval, c'est célébrer le Jour de la Terre avec Les Cowboys Fringants lors d'un grand spectacle gratuit en avril au Centre de la nature, c'est pédaler la pointe est de l'île Jésus lors du premier tour cycliste de Laval et c'est courir un demi-marathon le long de la rivière des Prairies. Fêter le 50^e, c'est découvrir de nombreuses expositions, tant à la Maison des arts que dans les écoles, et c'est se promener dans les nouveaux jardins éphémère et alpin du Centre de la nature. C'est également prendre le temps d'écouter des concerts de musique classique sur les berges lavalloises ou dans des parcs.

C'est aussi se laisser raconter des histoires lors de l'événement phare de la programmation du 50^e, le théâtre d'eau. Sur un mur liquide de 60 mètres de long et des jets d'eau de 20 mètres de haut seront projetés des vidéos, des photos d'époque ainsi que des effets lasers et des animations. Entraînant le spectateur dans une aventure visuelle de 35 minutes, Laval, terre d'îles est un spectacle son et laser captivant au cours duquel les spectateurs découvrent la grande histoire de Laval et les petites histoires de ses habitants.

Laval fête ses 50 ans et propose plus de 100 activités gratuites tout au long de l'année.



**LÀ... OU
TANTÔT !**

**DÉPLACEZ-VOUS
SIMPLEMENT**



stl.laval.qc.ca

Centre contact clients : 450 688-6520





CULTURE ET PATRIMOINE



Cosmodôme

2150, autoroute des Laurentides (15), H7T 2T8
450 978-3600 cosmodome.org

Éveillez votre intérêt pour les sciences et les technologies. Parcourez l'impressionnante exposition à l'échelle sur le système solaire et l'écosystème de ses planètes. Prenez les commandes d'une des trois missions virtuelles, ludiques et interactives : séjournez en orbite et plongez au cœur de 50 ans d'exploration spatiale et de percées technologiques; partez à des milliards de kilomètres lors de la première mission habitée vers Mars ou à la conquête du système solaire au moyen d'une sonde spatiale. Votre visite vous éclairera sur les sciences de l'espace et la vie d'astronaute et vous reviendrez la tête remplie de nouvelles connaissances passionnantes.

Horaire : À l'année. 🇩🇪 🇨🇦 🇺🇸

Camp spatial Canada

2150, autoroute des Laurentides (15), H7T 2T8
450 978-3600 cosmodome.org

Votre enfant rêve de devenir astronaute ? Le Camp spatial offre l'occasion idéale de vivre un entraînement scientifique unique de trois ou six jours. Des ateliers scientifiques à la construction de prototypes de fusées aux essais de simulateurs semblables à ceux de la NASA, les jeunes raffoleront de leur expérience au Camp Endeavour ou au Camp Atlantis. Les forfaits incluent l'hébergement dans des chambres au design spatial et combinent la participation à une ou deux missions virtuelles offertes au Cosmodôme à des ateliers scientifiques, simulations, séances de bricolage et jeux coopératifs.

Horaire : Juin à août. \$



Musée Armand-Frappier

531, boulevard des Prairies, H7V 1B7
450 686-5641 poste 4676 musee-afrappier.qc.ca

Apprenez-en plus sur les grands enjeux, présents et futurs, de la recherche en santé humaine. En compagnie d'animateurs scientifiques passionnés, faites des découvertes au fil des salles d'exposition et enflesez le sarrau afin de réaliser, en laboratoire, des manipulations tel de vrais chercheurs. Le Musée Armand-Frappier est un véritable centre d'exploration des biosciences, qui propose chaque année de nouvelles activités permettant à tous les membres de la famille d'apprendre tout en s'amusant. **Horaires** : À l'année; fermé le samedi et le dimanche de septembre à mai. 🍷 \$

Musée pour enfants

3805, boulevard Curé-Labelle, H7P 0A5
450 681-4333 museepourenfants.com

Enfin un musée où il est permis de toucher à tout! Votre enfant aimerait devenir pompier, policier, fermier ou même comédien? Le Musée pour enfants de Laval permet aux petits d'appropriser une foule de métiers et de vivre une expérience enrichissante, divertissante et éducative. Ils peuvent soigner les animaux de l'hôpital vétérinaire, être un expert en construction, prendre les commandes d'un avion de ligne, animer un bulletin météo, taquiner le poisson à bord d'un chalutier ou traire Delphine la vache. Seront-ils assez courageux pour s'aventurer dans la grotte? Quel que soit le cheminement de carrière qui pique leur curiosité, les enfants sont certains de s'amuser! **Horaires** : À l'année. 🍷 \$



Centre d'interprétation de l'eau (C.I.EAU)

12, rue Hotte, H7L 2R3
450 963-6463 cieau.qc.ca

L'eau potable n'aura plus de secrets pour vous après la visite de ce centre d'interprétation unique au Québec. Activités interactives et animations permettent de démystifier le parcours de l'eau potable, de sa production à sa distribution, jusqu'à l'assainissement des eaux usées. Découvrez de façon amusante et éducative quels sont les enjeux qui y sont reliés et comment l'économiser. L'exposition permanente vous en apprendra plus sur le traitement de l'eau dans la province et à l'échelle internationale. Prenez aussi le temps d'admirer les infrastructures de la station d'eau potable attenante au musée. Et pourquoi ne pas jumeler votre visite au Rallye des rivières? **Horaires** : À l'année. \$

Centrale de la Rivière-des-Prairies

3400, rue du Barrage, H7E 5A2
1 800 365-5229 hydroquebec.com/visitez

Mise en service en 1929, la centrale hydroélectrique de la Rivière-des-Prairies est l'une des plus anciennes centrales toujours en exploitation au Québec. Située entre les rives de Laval et de Montréal, sur la rivière des Prairies, la centrale offre des visites pédagogiques et interactives gratuites combinant science et plein air. Découvrez en compagnie d'un guide l'intérieur art déco aux couleurs vives, pénétrez dans un puits de turbine et marchez sur l'évacuateur de crues de 220 mètres tout en retraçant l'histoire de la construction et de l'électrification de la région montréalaise. Au printemps, vous pourrez même taquiner l'aloise sur la passerelle de pêche! **Horaires** : Mi-mai à août. 🍷



Vieux-Sainte-Rose



Virées patrimoniales

L'Église Sainte-Rose-de-Lima

219, boulevard Sainte-Rose, H7L 1L7
450 625-1963

Joyau du patrimoine lavallois, l'église Sainte-Rose-de-Lima a été érigée entre 1852 et 1856 selon les plans du célèbre architecte montréalais Victor Bourgeau. En 1974, le ministère des Affaires culturelles lui a décerné le titre de bien culturel, notamment pour la beauté de sa structure, la richesse de son mobilier, son maître-autel et les deux statuètes en bois créées par Philippe Liébert. Une visite dans le Vieux-Sainte-Rose serait incomplète sans découvrir cette œuvre qui est partie intégrante du décor idyllique de ce quartier patrimonial. **Horaire** : À l'année. 📄 📞

L'Église Saint-François-de-Sales

7070, boulevard des Mille-Îles, H7A 4B3
450 666-3563

Construite en 1847 sur les lieux du premier établissement des colons au début du dix-huitième siècle, l'église Saint-François-de-Sales témoigne de l'époque effervescente de la paroisse du même nom. De nos jours, vous apercevrez d'ailleurs le long du boulevard des Mille-Îles des maisons de pierre qui rappellent la période seigneuriale. Située sur la même artère, l'église est dotée de grandes portes rouges et d'une décoration intérieure constituée d'œuvres d'artistes les plus illustres de l'époque. **Horaire** : À l'année. 📄

Route du patrimoine de Laval

450 681-1611 • 311 (de Laval)
www.laval.ca, www.reseauarthist.com

Empruntez la Route du patrimoine et découvrez le riche passé du Vieux-Sainte-Rose, Vieux-Saint-Vincent et Vieux-Saint-Martin. Vous constaterez que l'histoire a encore pignon sur rue comme en témoigne l'architecture de nombreux édifices de ces quartiers ! Vous pourrez, au choix, participer à des circuits de découvertes de l'histoire et des richesses de ces noyaux villageois. Optez pour des virées patrimoniales (parcours historiques et théâtraux), des activités familiales interactives à l'aide d'outils d'interprétation ou des circuits libres avec dépliants audioguidés. Empruntez gratuitement ces derniers dans les bibliothèques municipales ou en ligne. **Horaire** : Janvier à septembre. \$

Le Vieux-Sainte-Rose

Situé en bordure de la rivière des Mille Îles, le Vieux-Sainte-Rose a gardé tout le charme des villages d'antan. Ce quartier fut autrefois un lieu de villégiature très populaire auprès de la clientèle bourgeoise. La visite du Vieux-Sainte-Rose permet d'en découvrir toute la richesse architecturale et patrimoniale. De plus, ce quartier est reconnu depuis fort longtemps pour l'excellence de ses restaurants, ses boutiques d'artisanat et d'antiquités. Été comme hiver, le Vieux-Sainte-Rose s'anime à l'occasion de manifestations populaires.



Maison des arts de Laval

Le Vieux-Saint-Vincent-de-Paul

Établi depuis 1740, ce quartier de Laval est enjolivé de charmants cafés-terrasses et de restaurants tout au long de sa rue principale. Les boutiques, logées dans des maisons anciennes rénovées, côtoient l'église Saint-Vincent-de-Paul, construite en 1853 sur un site autrefois appelé « coteau de la pinière », en raison de la présence de nombreux pins. Jadis un couvent, le célèbre pénitencier de Saint-Vincent-de-Paul recevait en 1853, par bateau, ses premiers détenus en provenance de Kingston en Ontario.

Le Vieux Sainte-Dorothée

Sainte-Dorothée, d'abord célèbre pour la culture maraîchère, se tourne vers l'horticulture et devient le berceau de la production de fleurs annuelles et vivaces, en plus de présenter la plus grande concentration de production florale en serre au Québec. Ce quartier historique regroupe autour de sa charmante place publique, où se tiennent plusieurs événements populaires, des bâtiments d'intérêt dont l'église érigée d'après les plans de l'architecte Victor Bourgeau, en 1873.

Le Vieux-Saint-Martin

Saint-Martin est la première paroisse à être créée en 1774 à l'intérieur des terres. Par son emplacement stratégique, entre Montréal et Saint-Eustache, elle devient rapidement un carrefour économique et commercial très important. Aujourd'hui le Vieux-Saint-Martin compte un ensemble historique d'intérêt avec la maison Papineau-Cléroutx, l'église construite en 1868 d'après les plans de l'architecte Victor Bourgeau, le presbytère de style néo-classique, l'ex-couvent des sœurs Sainte-Croix, et la maison historique André-Benjamin-Papineau.

Le Vieux-Saint-Eustache (extérieur de Laval)

235, rue Saint-Eustache, Saint-Eustache, J7R 2L8
450 974-5170 vieuxsainteustache.com

Le Vieux-Saint-Eustache regorge d'attraits uniques témoignant de son histoire. Dans un rayon de moins d'un kilomètre se trouvent d'importants lieux culturels et patrimoniaux liés à la rébellion de 1837 comme l'église Saint-Eustache, les jardins de la maison Chénier-Sauvé, la Maison de la culture et du patrimoine et le moulin Légaré, lieu historique national et plus ancien moulin à farine mû par la force de l'eau encore en fonction en Amérique du Nord. Découvrez le passé de ce quartier ancestral en participant aux nombreuses activités guidées ou optez pour les visites autonomes pour le parcourir à votre rythme. **Horaire** : À l'année; pas de circuits les samedis et dimanches de septembre à juin. \$

Galerie d'art La Vieille Caserne

216, boulevard Sainte-Rose, H7L 1L6
450 625-7925 roseart.ca

Venez rencontrer les artistes exposant à la Galerie d'art La Vieille Caserne située au cœur du Vieux-Sainte-Rose. Cette ancienne caserne de pompiers est un haut lieu de diffusion d'œuvres de styles variés. Plusieurs expositions y sont présentées chaque année selon des thématiques prédéterminées. Vous pourrez vous y procurer huiles, aquarelles, acryliques, pastels et sculptures. La fin de semaine, les artistes qui y sont en résidence artistique se feront un plaisir de répondre à vos questions et de vous expliquer leur démarche. **Horaire** : À l'année; fermé les lundis. ☎

Spectacles, théâtre et concerts

Salle André-Mathieu

475, boulevard de l'Avenir, H7N 5H9
450 667-2040 salleandremathieu.com

Depuis son inauguration en 1979, des centaines d'artistes de renom ont foulé les planches de la salle André-Mathieu, dont le foyer et la salle ont récemment été complètement rénovés. Assistez à des productions et spectacles d'envergure, entre autres des prestations d'humoristes. Les plus grands noms de la scène théâtrale, humoristique et musicale s'y produisent à longueur d'année et l'Orchestre symphonique de Laval y présente ses concerts. La salle accueille également les conférences-voyages des Grands Explorateurs. **Horaire** : À l'année. \$ ¥

Maison des arts de Laval

1395, boulevard de la Concorde Ouest, H7N 5W1
450 662-4440 maisondesarts.laval.ca

Important carrefour culturel, la Maison des arts de Laval (la MDA) présente des œuvres contemporaines en arts de la scène au théâtre des Muses de 330 places ainsi que des expositions en arts visuels à la salle Alfred-Pellan, qui se classe parmi les meilleures salles d'exposition au Québec. Depuis une quinzaine d'années, la MDA a développé une programmation résolument actuelle en théâtre de création et en danse, sans oublier un important volet jeune public et la tenue du Festival Petits bonheurs Laval, en mai de chaque année. En saison régulière, la MDA présente annuellement quelque 200 représentations et huit expositions. **Horaire** : À l'année. \$ ¥

Salle Alfred-Pellan

1395, boulevard de la Concorde Ouest, H7N 5W1
450 662-4440 maisondesarts.laval.ca

La salle Alfred-Pellan est située dans la Maison des arts de Laval. Doté d'un équipement moderne à la fine pointe de la technologie, cet espace de production et de diffusion accorde une visibilité exceptionnelle à l'art contemporain et actuel. Ce haut lieu des arts visuels accueille des artistes qui y présentent des expositions majeures, en solo ou collectives. Artistes et commissaires proposent aux visiteurs des œuvres fascinantes, qui sont accessibles à tous les publics, grâce aux outils de médiation, dont des textes au mur, des audioguides, des dépliants, brochures et guides imprimés. **Horaire** : À l'année, sauf les lundis. ②

mda

Maison des arts DE LAVAL

Théâtre | Arts visuels
Danse | Jeune public

NOUVEAUTÉS EN AOÛT 2015 :

- Musiques du monde dans le jardin intérieur
- Exposition *Banlieue !*



Suites curieuses, Cas Public, © Julie Arsenault



Orchestre symphonique de Laval

Théâtre Bluff

397, boulevard des Prairies, H7V 3P4
450 686-6883 bluff.qc.ca

Passez une soirée originale en famille au Théâtre Bluff, une compagnie de création dont les œuvres traitent d'enjeux contemporains qui interpellent les adolescents et les jeunes adultes. Fondé en 1990 et aujourd'hui sous la direction artistique de Mario Borges, Bluff se fait un point d'honneur de soutenir le travail des dramaturges du Québec et d'ailleurs. La compagnie a mis en place le festival annuel Rencontre Théâtre Ados (RTA) consacré au rayonnement de la création pour le public adolescent ainsi qu'ÀficionAdo, un comité de jeunes lecteurs qui étudient des textes de théâtre mis en lecture et présentés au grand public. **Horaire** : À l'année. \$

Théâtre Marcellin-Champagnat

1275, avenue du Collège, H7C 1W8
450 661-4862 theatremc.ca

Le Théâtre Marcellin-Champagnat présente un programme diversifié de spectacles de musique, danse, humour, théâtre et autres. Parmi les grands noms qui s'y produiront en 2015, notons Réal Béland, Daniel Lemire, Dominic Paquet et l'ensemble Romulo Larrea. Le théâtre présentera également les conférences voyages des Grands Explorateurs. D'une capacité de plus de 700 fauteuils, cette salle de spectacles multifonctionnelle très moderne et conviviale est un lieu novateur qui s'est aussi donné pour mission d'offrir du soutien aux organismes et entreprises de Laval qui souhaitent produire des événements culturels dans un environnement à la fine pointe de la technologie. **Horaire** : À l'année. \$

Laissez-vous conter
L'HISTOIRE

Virées patrimoniales

Visites guidées et parcours animés • 450 681-1611 • www.reseauartist.com



Orchestre symphonique de Laval

3235, boul. Saint-Martin Est, bureau 203, H7E 5G8
450 978-3666 osl.qc.ca

Depuis son premier concert public en 1985, l'Orchestre symphonique de Laval s'est taillé une place comme chef de file et ambassadeur de la culture lavalloise. L'orchestre que dirige avec brio et grande créativité Alain Trudel vous plongera dans l'univers de grands maîtres classiques internationaux. Le programme de l'orchestre est composé des séries *Grands concerts et musique*, *Maestro* et de concerts hors série. Ces concerts sont en général présentés à la salle André-Mathieu, mais aussi à l'église Sainte-Rose-de-Lima. Quant aux concerts plus intimistes de la série *Les chambristes*, ils sont présentés à la chapelle du Mont-de-La Salle.

Horaire : Septembre à mai. \$ ¥

Une visite enrichissante
et divertissante sur le
thème de l'eau !

Relève des rivières

CIEAU
Centre d'interprétation de l'eau

12, rue Hotte, Laval
Tél : 450 963-6463
www.cieau.qc.ca
facebook.com/CIEAU_Laval
twitter.com/CIEAU_Laval

Exposition interactive

Connectez-vous
À L'HISTOIRE

histoire.laval.ca

- Contenu historique et photos d'archives
- Capsules vidéo
- Application mobile

LAVAL



216, boul. Sainte-Rose, Laval, QC, H7L 1L6
Téléphone et télécopieur : 450-625-7925
www.roseart.ca
corp@roseart.ca | roseart@videotron.ca

VIEUX SAINTE-ROSE ET ARTS VISUELS

GALERIE D'ART LA VIEILLE CASERNE
(Expositions à l'année, peintres en action)

SYMPOSIUM DE SAINTE-ROSE 2015

L'Art et le patrimoine

Du 23 au 26 juillet 2015





DIVERTISSEMENT



SkyVenture Laval-Montréal

2700, avenue du Cosmodôme, H7T 2X1
514 524-4000 skyventuremontreal.com

Osez défier la loi de la gravité ! Chez SkyVenture, à Centropolis, vous pourrez vivre les sensations fortes des parachutistes pendant la portion chute libre de leur saut, mais à l'intérieur ! L'environnement est à ce point sécuritaire que ce simulateur est accessible aux enfants dès l'âge de quatre ans. Seul, en groupe, en famille ou entre amis, voilà une expérience qui s'élève assurément au-dessus de la mêlée. **Horaire :** À l'année. **is \$**

AéroSim Expérience

1177, desserte Nord autoroute 440
Bureau 201, H7L 3W3
450 490-1316 aerosimexperience.com

De nouvelles sensations fortes attendent les apprentis pilotes à Laval ! Prenez les commandes d'un avion de ligne Boeing 737 Nouvelle Génération chez AéroSim Expérience, un centre de simulateur de vol nouvellement installé au cœur de la région. Des expériences jusqu'alors réservées aux professionnels permettent aux fervents de tous âges et de tous niveaux de parfaire leurs connaissances en compagnie d'un instructeur pilote professionnel. Atterrissez à l'aéroport international de votre choix parmi les 24 000 offerts, y compris celui de l'île de Saint-Martin reconnu pour les atterrissages épiques sur la piste située à quelques mètres de la plage ! **Horaire :** À l'année. **\$**

Escalade Clip 'n Climb Laval

2929, boulevard Saint-Martin Ouest, H7T 2Y8
450 934-9493 clipnclimblaval.ca

Trop d'énergie emmagasinée ? Escalade Clip 'n Climb Laval® est une expérience amusante pour toute la famille. L'endroit compte trente-six murs thématiques de différents niveaux de difficulté. Le tout est très sécuritaire comme Clip 'n Climb utilise sur tous ses murs des systèmes d'assurage automatique. Cela signifie que tous les participants peuvent être constamment en action. Le défi que procurent La Chute Libre et Le Saut de l'Ange fera monter votre niveau d'adrénaline. L'escalade intérieure n'a jamais été aussi simple, accessible et sécuritaire ! **Horaire :** À l'année; fermé les lundis de septembre à mai. \$ 

iSaute

2045, boulevard Dagenais Ouest, H7L 5V1
514 761-7373 isaute.ca

iSaute est un entrepôt de 20 000 pieds carrés à Laval qui a été transformé en centre de trampoline extrême comprenant plus de 10 000 pieds carrés de trampolines interconnectés. iSaute offre une nouvelle manière excitante et ludique de se garder en forme. Lancez-vous dans les fosses à briques de mousse ou exercez vos talents de cascadeurs dans le parc à sauts. Qui remportera le match de ballon-chasseur ou de basketball « sauté » ? Toute la famille peut prendre part à cette activité physique originale dans ce premier centre du genre au Québec. Il y a même une section spéciale pour les tout-petits.

Horaire : À l'année. \$ 

Funtropolis

3925, boulevard Curé-Labelle, H7P 2P1
450 688-9222 funtropolis.ca

Funtropolis offre aux jeunes une multitude d'activités, y compris une course contre la montre dans la salle de défis au laser de type Mission Impossible, le simulateur X Rider en 4D qui est similaire à celui de Disney World et un labyrinthe à multiples niveaux avec quatre trampolines. Ajoutez à tout cela une plateforme de jeux avec boîtes de tir, canons, fontaines, bennes basculantes, hyperventilateurs plus un méga seau basculant qui propulse, soulève, lance, aspire et déverse plus de 10 000 balles multicolores, sans oublier le Mini Golf BlackLight ! Vous adorerez votre folle journée de frissons et de montées d'adrénaline. **Horaire :** À l'année. \$ 

DÉFIEZ LA LOI DE LA GRAVITÉ!



SKYVENTUREMONTREAL.COM

INFORMATION ET RÉSERVATIONS

514 524-4000

**2700, AV. DU COSMODÔME
LAVAL (QUÉBEC)
H7T 2X1**



Jungle Adventure

1545, boulevard Le Corbusier, H7S 2K6
450 681-2144 jungleaventure.com

Jungle Adventure est l'endroit idéal et très sécuritaire où passer une journée remplie de défis de toutes sortes. Vos enfants se défouleront dans les tunnels, les glissoires et le labyrinthe géant à plusieurs niveaux. Ils adoreront les piscines de balles et ballons, pourront lâcher leur fou sur les trampolines et disputer une partie de soccer sur le terrain miniature. Et seront-ils assez braves pour s'élancer sur la tyrolienne ? Les tout-petits ne sont pas en reste; ils pourront s'amuser à faire des emplettes comme les grands au coin jeu de l'épicerie qui leur est dédié. Une chose est certaine: au bonheur de tous, le gazon est vert à l'année dans cette jungle amusante!

Horaires : À l'année. \$

Maeva Surf

2005, boulevard Daniel-Johnson, H7T 1H8
450 934-MAEVA (6238) maevasurf.com

Maeva Surf est le centre de surf intérieur avec la vague la plus dynamique, sécuritaire et populaire au monde, depuis 2010. Voilà une occasion unique de s'initier aux plaisirs du surf, à l'année ! Affrontez les remous du FlowRider®, vague artificielle dont l'eau est propulsée à 40 km/heure, dans un milieu sain et tout à fait sécuritaire. Le flowboarding est un sport sans limites et vous pourrez inventer vos propres figures une fois votre initiation complétée. Connaisseurs et nouveaux adeptes peuvent se mesurer aux vagues lavalloises, peu importe le climat ! Ils peuvent ensuite siroter une boisson au FlowBar et en profiter pour s'arrêter à la boutique de vêtements et accessoires de surf. **Horaires :** À l'année. \$ 

SURF INTÉRIEUR



Dynamique et sécuritaire











450-934-MAEVA (6238)

Coup Sûr !

3835, boulevard Curé-Labelle, H7P 0A5
450 688-2687 coupsur.net

Les adeptes de baseball peuvent s'amuser à l'année chez Coup Sûr ! Pénétrez dans les cages de frappeurs intérieures avec lance-balles de baseball et balle-molle pour pratiquer afin de réussir des coups de circuit et impressionner vos amis lors d'un prochain match. Les lanceurs ont également leur zone d'exercice dédiée. Quel que soit votre niveau, améliorez vos performances tout en vous amusant dans un environnement de haute qualité. De plus, la boutique Baseball Town comblera tous vos besoins en équipement de baseball ou balle-molle. **Horaires :** À l'année. \$

Putting Edge

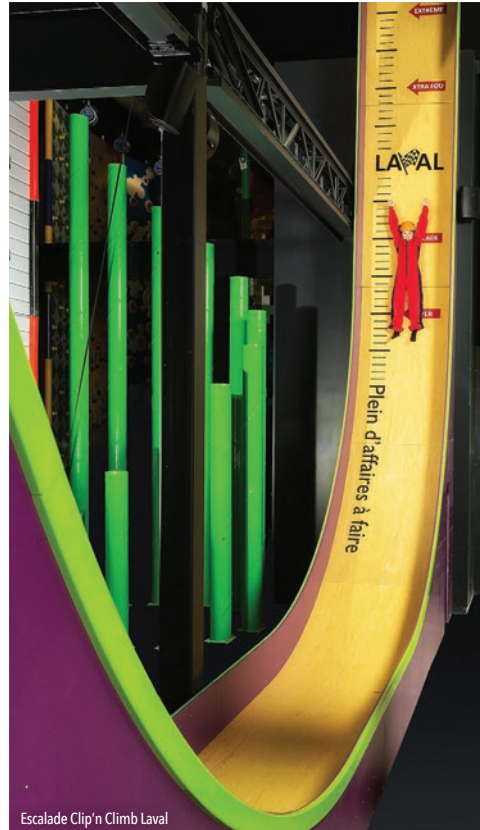
105, promenade du Centropolis, H7T 0B3
450 681-3334 puttingedge.com

Le minigolf n'est plus ce qu'il était grâce à Putting Edge, qui propose un captivant parcours de 18 trous. Les joueurs sont invités à vivre une expérience tout à fait originale dès qu'ils pénètrent dans ce monde imaginaire de couleurs éclatantes et thèmes surréalistes. Saurez-vous relever le défi et golfer dans le noir, dans un environnement complètement fluorescent ? Peu importe votre âge, vous vous souviendrez longtemps de votre partie de minigolf à ce centre récréatif divertissant tant pour les petits que les grands. **Horaires :** À l'année. ⬆️ \$

Trapeze Le Voltigeur

875, montée Saint-François, H7C 2S8
450 661-0880 trapezevoltigeur.qc.ca

Enfilez un harnais et accrochez-vous pour du plaisir extrême au centre de trapeze volant le Voltigeur, plus important du genre au Canada. Nul besoin d'être un gymnaste pour réussir; lancez-vous ! En fait, les enfants de 7 à 77 ans peuvent y apprivoiser le trapeze à leur rythme, peu importe leur niveau. Les instructeurs encadreront votre apprentissage. N'hésitez plus. Venez vivre une expérience, en toute sécurité. **Horaires :** À l'année, fermé les samedis. \$ 



Escalade Clip'n Climb Laval

Action 500 Karting & Paintball

2025, autoroute Laval (440), H7L 3W3
514 254-4244 action500.com

Du plaisir assuré tous les jours, 24 heures par jour à bord de karts parmi les plus puissants du pays. Les amateurs de vitesse pourront s'exercer sur la plus grande piste intérieure en Amérique du Nord et faire monter leur pression dans les virages serrés et les zones de dépassement stratégiques. De midi à minuit les week-ends et de 9 h à minuit pendant la semaine, ils pourront aussi affronter leurs amis lors d'une séance de paintball sur l'un des cinq terrains de plus de 73 000 pieds carrés, en se cachant dans la forteresse ou dans l'une des nombreuses tourelles du décor militaire. **Horaires :** À l'année. \$



Club de trampoline Acrosport Barani

1365, boulevard Dagenais Ouest, H7L 5Z9
450 622-0077 acrosportbarani.com

Le Club de trampoline Acrosport Barani offre aux grands et petits enfants de tous âges une occasion unique de relever des défis. Que ce soit lors des cours particuliers ou pendant les ateliers libres, vous passerez des heures de plaisir à ce centre de trampoline, le plus important du genre au Québec. En compagnie d'instructeurs qualifiés, vous apprendrez à faire les plus belles pirouettes et vous vous familiariserez avec les métiers du cirque. Réussirez-vous à marcher sur la corde raide ou à vous balancer sur la corde de Tarzan ? **Horaires** : À l'année; fermé les lundis et mardis. \$

Tennis 13

1013, autoroute Chomedey (13), H7W 4V3
450 687-9913 • 514 990-8313 tennis13.com

Tennis 13 Fitness est un centre multisport dernier cri ! Seul ou en famille, vous pourrez y pratiquer diverses activités : tennis, mise en forme, aérobic, spinning, badminton, natation, racquetball, squash, Pilates et plus. Les programmes peuvent être adaptés pour tous les âges et tous les niveaux. L'endroit offre également des soins en ostéopathie ainsi qu'en massothérapie pour ceux qui souhaitent relaxer. Vous y trouverez aussi une boutique de sports et un tout nouveau restaurant au concept santé. Au Tennis 13 Fitness, on fait le plein d'énergie ! **Horaires** : À l'année. \$

Club de curling de Laval-sur-le-Lac

10, rue Les Pins, H7R 1C7
450 627-4791 curlinglaval.ca

Vous êtes-vous déjà demandé ce que font au juste les professionnels au cours d'une partie de curling ? Venez essayer ce sport de glace méconnu ou parfaire vos techniques de base sur l'une des trois allées aménagées du complexe sportif du Club de curling de Laval-sur-le-Lac. Un instructeur chevronné vous expliquera les rudiments du sport, après quoi vous pourrez vous lancer ! Tout le matériel nécessaire est compris dans la location d'une allée. Après votre partie, sirotez un verre sur la terrasse avec vue sur le lac des Deux-Montagnes. **Horaires** : Septembre à avril. \$

Baseball Town

3835, boulevard Curé-Labelle, H7P 0A5
 450 682-0009 baseballtown.ca

Spécialisée dans les articles de baseball et de balle-molle, la boutique du centre Coup Sûr! offre de grandes marques de vêtements, de bâtons et d'équipement en tous genres, dont vous pouvez faire l'essai sur place. \$



PRENEZ LES COMMANDES D'UN BOEING 737
 LE CIEL VOUS APPARTIENT



WWW.AEROSIMEXPERIENCE.COM
 (450) 490-1316



**360°
 DE PLAISIRS**

SHOPPING CHIC • GASTRONOMIE
 PLAISIRS FOUS

centropolis.ca



ST-MARTIN / AUTOROUTE 15

CENTRO**POLIS**



NATURE ET PLEIN AIR



Centre de la nature

901, avenue du Parc, H7E 2T7

450 662-4942 centredelanature.laval.ca



Plus de cinquante hectares de plaisir en plein air vous attendent au Centre de la nature, un des parcs urbains les plus importants de la région. À vocation familiale, cette oasis de verdure propose diverses activités sportives comme le canot, le kayak, le patinage et le ski. Les amateurs de marche pourront s'adonner à la randonnée sur plus de cinq kilomètres de sentiers dans un décor naturel verdoyant. Visitez la serre tropicale, cajolez les animaux à la ferme ou au coin du pâturage et faites un saut à l'aire de jeux, dont l'une des sections est adaptée pour les enfants à mobilité réduite! **Horaire :** À l'année.

Parc de la Rivière-des-Mille-Îles

345, boulevard Sainte-Rose, H7L 1M7

450 622-1020 parc-mille-iles.qc.ca



Le Parc de la Rivière-des-Mille-Îles est l'endroit rêvé pour profiter du grand air. Attrait unique, cet espace faunique protégé est le plus grand de la région métropolitaine. Quoi de plus excitant que d'observer le monde animal dans son habitat naturel? Admirez aussi la flore des nombreux marécages, îles et berges de cette oasis, en canot, en kayak, en rabaska, en pédalo ou en chaloupe. Sillonnez les nombreux sentiers de randonnée pédestre et visitez le centre d'interprétation. Vous pouvez aussi emprunter la Route bleue des voyageurs, un parcours navigable de 155 kilomètres divisé en huit circuits qui mène de l'Outaouais à Lanaudière en passant par Laval. **Horaire :** À l'année.

Bois de l'Équerre

Rang de l'Équerre, H7L 6A1

boisdelequerre.org

Le Bois de l'Équerre, situé au cœur du quartier Sainte-Rose, est l'un des plus grands espaces naturels de Laval. Les amateurs de balades en forêt profiteront pleinement des huit kilomètres de sentiers balisés. Peut-être apercevrez-vous l'une des 27 espèces de mammifères ou des 135 espèces d'oiseaux ? Les enfants adoreront croiser les reptiles et batraciens qui vivent dans ce boisé de plus de 225 hectares. La diversité de la faune et de la flore plaira aux amateurs de la nature qui pourront s'adonner à diverses activités éducatives et récréatives. Surveillez également les nombreux événements spéciaux.

Horaire : À l'année. ☺ ♿ 🐾**Rallye des rivières**

12, rue Hotte, H7L 2R3

450 963-6463 cieau.qc.ca

Besoin d'une bouffée d'air frais ? Participez à ce rallye de 18 à 65 kilomètres, en mode animé ou autoguidé. Au fil des treize arrêts éducatifs de ce parcours amusant, vous découvrirez les mystères et multiples facettes de la rivière des Mille Îles. Repérez les milieux humides, plages, aires de conservation, moulins et barrages, lieux de détente et stations d'eau qui jalonnent la rivière. Arrêtez-vous à l'un des sites historiques et aux points d'accès à la rivière ou faites une randonnée dans les sentiers nature environnants. Pour commencer votre exploration en vélo, en auto, à moto ou à pied, procurez-vous le Carnet du randonneur au C.I.EAU ou à Tourisme Laval. **Horaires :** Mai à octobre. ☺

Marina Venise (Koptair)

110, rue Venise, H7L 2E8

450 625-1680 marinavenise.com

Située en bordure de la rivière des Mille Îles, dans le quartier Sainte-Rose, la Marina Venise est l'endroit tout désigné où relaxer entre amis. Sirotez un cocktail ou prenez un repas à la terrasse avant de sauter dans la piscine ou de disputer un match de volleyball. Explorez les mille et une facettes de la rivière en canot ou bateau ponton. **Horaires :** Avril à décembre. ☺ 📶



LE CENTRE
de la **NATURE**
de LAVAL

**Laissez-vous charmer toute l'année**

Ferme, modules de jeux
et serre tropicale

L'hiver

Patinage, ski de fond, glissade
et ski alpin

L'été

Canot, kayak, rabaska, coin du
pâturage et plusieurs autres...

901, avenue du Parcwww.centredelanature.laval.caf [centredelanaturelaval](https://www.facebook.com/centredelanaturelaval)**450 662-4942**



Parc de la Rivière-des-Mille-Îles



Ferme L'Auteuilloise



Ferme L'Auteuilloise

830, boulevard des Mille-Îles, H7J 1E7
450 625-5586 fermelauteuilloise.com

Ce complexe de la campagne lavalloise offre diverses activités en plein air pour tous les âges et tous les goûts, été comme hiver. Apprenez à monter à cheval ou perfectionnez votre technique tout en vous amusant dans un cadre relaxant. Des visites de la ferme et des balades en carriole sont aussi proposées. Les amateurs de nouveautés voudront essayer le poney-luge, un sport de glisse semblable aux randonnées en traîneau tiré par des chiens, sauf que le traîneau est ici tiré par un cheval. Si vous êtes plus aventureux, le skijoring est pour vous ! Un cavalier meneur tire un skieur, qui fait du slalom dans la poudreuse. **Horaire** : À l'année. \$ 🐾

Croisière dans les îles du Parc de la Rivière-des-Mille-Îles

110, rue Venise, H7L 2E8
450 622-1020 parc-mille-iles.qc.ca

Montez à bord du Héron Bleu en compagnie d'un guide naturaliste-interprète pour une croisière historique et écologique d'une heure trente au cœur de l'archipel de la rivière des Mille Îles. Réputés comme un havre de villégiature au début du vingtième siècle, l'affluent et ses rives avec leurs forêts marécageuses et leur faune diversifiée vous émerveilleront. Peut-être apercevrez-vous des tortues géantes ou des poissons insolites ? Chose certaine, le paysage est propice à la réminiscence de souvenirs agréables reliés à cet environnement insulaire. **Horaire** : Juin à septembre. \$

D'Arbre en Arbre Mirabel (extérieur de Laval)

10423, montée Sainte-Marianne, (Mirabel) J7J 2B1
450 433-9773 domainever.com

D'Arbre en Arbre Mirabel est un parcours d'aventure en forêt situé dans le Parc du Domaine vert. Novices et experts peuvent y vivre des sensations fortes et relever plus de cent défis aériens. Toute la famille pourra tester son agilité en toute sécurité lors d'une série de déplacements d'un arbre à l'autre. Tyroliennes, passerelles, filets et ponts de singe vous aideront à atteindre les différentes plateformes. Vous pouvez aussi pratiquer d'autres activités sportives sur ce site qui comprend une piscine avec jeux d'eau, des pistes de vélo de route et sentiers de randonnée pédestre, des terrains de jeux et de sports. On peut également y pratiquer des activités hivernales. **Horaire** : À l'année. \$

Zoo Ecomuseum (extérieur de Laval)

21125, chemin Sainte-Marie,
(Sainte-Anne-de-Bellevue) H9X 3Y7
514 457-9449 zoocomuseum.ca

Observez 115 espèces d'animaux du Québec au Zoo Ecomuseum de Sainte-Anne-de-Bellevue, à seulement quelques minutes de Laval. Été comme hiver, venez y rencontrer les ambassadeurs des lieux comme la loutre de rivière, le loup gris ou encore le lynx du Canada. Déjeunez avec les animaux, devenez animalier d'un jour ou baladez-vous en pleine nature. Ce site chaleureux et naturel de onze hectares est le seul zoo extérieur de la région métropolitaine. Consultez régulièrement le calendrier d'activités pour vous assurer de ne rien manquer des journées d'activités spéciales. **Horaire** : À l'année. \$

**Cyclotourisme**

La Route verte, c'est la découverte ! Cet itinéraire cyclable permet aux cyclistes de parcourir le territoire de Laval, du nord au sud et d'est en ouest, sur une distance de plus de 32 kilomètres. De plus, la passerelle de l'île Perry vous donne un accès direct à Montréal. En empruntant les pistes cyclables, vous accédez à différents grands parcs lavallois tels que le Centre de la nature, le bois Chomedey et le bois Papineau. Pour connaître l'ensemble du réseau cyclable lavallois, procurez-vous la Vélocarte de Laval au Bureau d'information touristique et dans les établissements municipaux. **Horaire** : Avril à novembre. ③

PARC DES PRAIRIES

Des découvertes toute l'année !

5, avenue du Crochet, Laval-des-Rapides



Parc de la Rivière-des-Mille-Îles

Randonnée pédestre

Échelle de difficulté des sentiers

● : Facile ■ : Intermédiaire ◆ : Difficile

Emplacements

	Sentiers			Services
	Longueur totale (km)	Difficulté	Période d'ouverture	
Centre de la nature 901, avenue du Parc 450 662-4942 centredelanature.laval.ca	5	●	À l'année	♿ 🚰 🇸
Parc de la Rivière-des-Mille-Îles 13, rue Hotte 450 622-1020 parc-mille-iles.qc.ca	4,5 12,8	●	Mai à octobre Janvier à mars	🚰 🐕 🇸
Bois de l'Équerre Rang de l'Équerre boisdelequerre.org	9	●	À l'année	🐕 🇸
Bois de la Source 1130, 18 ^e Avenue 450 978-8904 laval.ca	2	●	À l'année	
Bois Papineau 3235, boulevard Saint-Martin Est 450 662-4901 laval.ca	7	●	À l'année	
Boisé L'Orée-des-Bois 4185, rue Séguin 450 314-1942 laval.ca	1	●	À l'année	
Parc Berthiaume-Du Tremblay 4250, boulevard Lévesque Ouest 450 978-8971 laval.ca	1	●	À l'année	
Parc des Prairies 5, avenue du Crochet 450 662-4902 laval.ca	4	●	À l'année	🚰



**MAXIMISEZ VOTRE EXPÉRIENCE
EN PROFITANT DE NOS PROMOTIONS**

1 877 465-2825 tourismelaval.com/promotions

LAVAL Plein d'affaires à faire



**LE QUÉBEC
INSPIRANT
AUTHENTIQUE
ACCESSIBLE**

 **laRoute**
Accessible.com

Kéroul 
québecoriginal

Canada
Québec 

PLAISIRS D'HIVER



Centre de la nature

901, avenue du Parc, H7E 2T7
450 662-4942 centredelanature.laval.ca

Même en hiver, les animaux de la ferme et les volatiles de la serre tropicale attendent les visiteurs dans ce parc à vocation familiale offrant plusieurs activités récréatives. Cinq kilomètres de sentiers en boucles adaptés au ski de fond et à la randonnée font le bonheur des sportifs et leur permettent de choisir la distance qu'ils souhaitent parcourir. Les amateurs de sensations se plairont à dévaler les cinq pentes enneigées et bien balisées des glissades et pourront mettre au point leurs pirouettes de patinage sur le lac gelé. Les enfants de 5 à 8 ans sont également invités à participer à des ateliers gratuits d'initiation au ski alpin. **Horaire** : Décembre à mars.



Parc de la Rivière-des-Mille-Îles

13, rue Hotte, H7L 2R2
450 622-1020 parc-mille-iles.qc.ca



Situé dans le Vieux-Sainte-Rose, le Parc de la Rivière-des-Mille-Îles est idéal pour pratiquer en famille différentes activités hivernales dans un décor naturel de grands espaces gelés parmi les plus beaux de la province. Trois circuits de randonnée, totalisant près de 13 kilomètres et traversant la rivière et les îles, sont aménagés pour le ski de fond, la randonnée et la raquette. Le silence de la forêt à quelques minutes de la ville vous surprendra ! Le parc compte aussi des glissades et un sentier glacé pour le patinage. De plus, différents forfaits sont offerts aux amateurs de pêche blanche, qui peuvent pratiquer leur sport tout en se réchauffant dans de jolies cabanes colorées.

Horaire : Janvier à mars.

Parc des Prairies

5, avenue du Crochet, H7N 3Z2
450 662-4902 laval.ca

Le parc des Prairies est la destination toute désignée pour les sorties hivernales. On peut s'y adonner à de nombreuses activités comme la glissade, le patinage, le ski de fond et la raquette. Vous n'avez pas l'équipement sportif requis ? Pas de problème, vous pouvez l'emprunter au chalet principal. Même en hiver, le conditionnement physique en plein air est facilité par les quatre modules d'exercice Trekfit. Quant aux enfants, ils peuvent lâcher leur fou dans les modules de jeux. Enfin, vous pourrez satisfaire votre curiosité écologique au fil des 16 bornes d'interprétation réparties dans le parc. **Horaires** : À l'année. ⑤

Bois de l'Équerre

Rang de l'Équerre
boisdelequerre.org

Le Bois de l'Équerre, qui est l'un des plus grands espaces naturels de l'île Jésus, compte huit kilomètres de sentiers balisés qui sont idéals pour la marche nordique et la randonnée. Les particularités de la faune et de la flore de cette érablière à caryer vous seront dévoilées au fil des panneaux d'interprétation qui jalonnent le parcours. Les 135 espèces d'oiseaux du boisé feront le bonheur des ornithologues amateurs. On dénombre aussi dans le boisé 27 espèces de mammifères. Le patinage sur sentiers glacés, la raquette et le ski de fond ainsi que des aventures hors-pistes s'ajoutent aux activités hivernales offertes. **Horaires** : À l'année. ⑤

Club de Motoneige Laval

12, place Le Royer, H7M 1Z4
450 663-2840 clubmotoneigelavalinc.com

Les amateurs de motoneige ne sont pas en reste dans la région grâce au Club de Motoneige Laval fondé en 1971, qui est d'ailleurs l'un des plus importants au Québec. Pour assurer la sécurité de tous, les agents de surveillance parcourent les soixante kilomètres de sentiers balisés et entretenus par l'organisation et peuvent répondre à vos questions. Quarante kilomètres additionnels relient l'île aux régions voisines. Arrêtez-vous au relais pour vous réchauffer ou prendre une bouchée avant de traverser l'île d'est en ouest. **Horaires** : Décembre à mars. \$ ⑤



Courreur des boisés



Club VTT Quad Laval

830, boulevard des Mille-Îles, H7J 1E7
514 853-6094 clubvttquadlaval.ca

Une belle initiative pour les amateurs de VTT que ce club de la grande région métropolitaine. Entièrement exploité par des bénévoles mordus du Quad, le club gère 80 km de sentiers hivernaux sur l'île de Laval. Les sentiers traversent en majorité des boisés et des terres agricoles. Difficile de croire qu'on est si près d'une grande zone urbaine ! **Horaires** : 15 décembre au 31 mars (s'il y a suffisamment de neige).



Centropolis



Ferme l'Auteuilloise

La patinoire de Centropolis

Place Centrale de Centropolis
450 681-4811 centropolis.ca

Unique en son genre, la patinoire de Centropolis est la seule patinoire réfrigérée à ciel ouvert de la région. Les petits comme les grands sont invités à participer aux activités et animations gratuites organisées sur la glace tout au long de l'hiver, et ce, dès la mi-décembre. Les weekends, l'escouade chaleur vous réchauffera en vous offrant café et chocolat chaud, un réconfort bienvenu après des heures de plaisir sur vos patins ! **Horaires** : Décembre à mars. ☎

Coueurs de boisés

2830, rang Saint-Elzéar Est, H7E 4P2
450 661-1766 coueursdeboises.com

Les amateurs de ski de fond s'en donneront à cœur joie sur les vingt-cinq kilomètres de sentiers du quartier Duvernay, chef-lieu des activités du club Coueurs de boisés. Depuis près de 40 ans, cet organisme a but non lucratif popularise ce sport hivernal dans un environnement urbain unique, propice à l'activité physique en pleine nature. Les terres agricoles et densément boisées du quartier servent de refuges à de nombreux oiseaux et espèces animales, comme le cerf de Virginie. Salle de fartage, refuge chauffé, équipe de patrouille, toilettes, aires de repos avec bancs et belvédère font partie des services offerts par le Club.

Horaires : Décembre à mars. \$

Ferme L'Auteuilloise

830, boulevard des Mille-Îles, H7J 1E7
450 625-8826 fermelauteuilloise.com

Initiez-vous à l'équitation ou perfectionnez vos talents de cavalier en compagnie d'instructeurs chevronnés. Les amateurs de sensations fortes choisiront plutôt le ski joring, qui consiste à se faire tirer par un cavalier et sa monture tout en faisant du slalom dans la poudreuse, dans un décor champêtre. D'autres opteront pour le poney luge, un sport de glisse semblable aux randonnées en traîneau tiré par des chiens, sauf que le traîneau est tiré par un cheval. Cette activité familiale compte parmi les plus populaires. Des balades en carriole ainsi que des tours d'initiation à l'équitation sur poney pour les tout-petits sont aussi proposés. **Horaires** : Décembre à mars. \$

Ski de randonnée et raquette



Difficulté :

● : Facile ■ : Intermédiaire ♦ : Difficile



Parcours

Centre de la nature

901, avenue du Parc
450 662-4942 centredelanature.laval.ca

Parc de la Rivière-des-Mille-Îles

13, rue Hotte
450 622-1020 parc-mille-iles.qc.ca

Bois de l'Équerre

Rang de l'Équerre
boisdelequerre.org

Bois de la Source

1130, 18^e Avenue
450 978-8904 laval.ca

Bois Duvernay

2830, rang Saint-Elzéar Est
450 661-1766 laval.ca, coureursdeboises.com

Bois Papineau

3235, boulevard Saint-Martin Est
450 662-4901 laval.ca

Boisé L'Orée-des-Bois

4185, rue Séguin
450 314-1942 laval.ca

Parc Berthiaume-Du Tremblay

4250, boulevard Lévesque Ouest
450 978-8971 laval.ca

Parc des Prairies

5, avenue du Crochet
450 662-4902 laval.ca

Raquette			Ski de randonnée			Services
Longueur totale (km)	Nombre total	Difficulté	Longueur totale (km)	Nombre total	Difficulté	
		●	5	1	●	☑ ☒ ✕ Stationnement : 7 \$
13	3	●	4	1	●	☒
9	4	●				
2		●	2		●	☒
			25	6	● ■	☑ ☒ \$
7		●	3		●	☒ \$
1		●				☒
			1		●	☒
4	1	●	4	1	●	☑ ☒



MAGASINAGE



Carrefour Laval

3035, boulevard Le Carrefour, H7T 1C8
450 687-1360 carrefourlaval.ca

Destination de magasinage incontournable, le Carrefour Laval, qui accueille plus de onze millions de visiteurs par année, est un des plus grands centres commerciaux au Québec avec ses 300 boutiques et magasins de grandes bannières locales et internationales, y compris les seules succursales dans la province de LEGO, Victoria's Secret et Crate & Barrel. Les grandes allées du centre ont été conçues sur le modèle de rues commerciales invitantes et la foire alimentaire Quartier Gourmet au décor contemporain et épuré offre autant des mets traditionnels qu'une cuisine cosmopolite raffinée. Les clients ont aussi accès à de nombreux services au ServiCentre.

Horaire : À l'année. 



Centropolis

Intersection autoroute 15 et boulevard Saint-Martin
Ouest H7T 2Y5
450 681-4811 centropolis.ca

Divertissement, plaisirs gourmands et shopping, voilà l'offre de Centropolis, centre commercial urbain à ciel ouvert. La Place Centrale du Centropolis est animée à longueur d'année et on y offre des activités pour tous les âges et tous les goûts. Faites-vous plaisir sans culpabiliser et vivez une expérience hors du commun dans les boutiques spécialisées et passez un bon moment dans les restaurants, cafés et terrasses, endroits parfaits pour les sorties en famille, entre amis ou en amoureux. **Horaire :** À l'année. 

Centre Laval

1600, boulevard Le Corbusier, H7S 1Y9
450 687-2150 centrelaval.com

Situé à l'angle des boulevards Saint-Martin et Le Corbusier, le Centre Laval compte plus de 130 boutiques et grandes bannières, y compris Ares, La Baie d'Hudson, Best Buy, Brick, Bureau en Gros, L'Équipeur, Future Shop et Sports Experts. Les clients aiment magasiner dans ce centre commercial à l'ambiance conviviale et apprécient la grande sélection de mets offerts dans l'aire de restauration ainsi que l'Internet sans fil gratuit qui permet de joindre l'utile à l'agréable. **Horaires** : À l'année.

Centre Duvernay

3100, boulevard de la Concorde Est, H7E 2B8
450 661-0244 centreduvernay.ca

Depuis plus de 50 ans, le Centre Duvernay accueille les Lavallois qui y trouvent 70 commerces, y compris des boutiques et magasins ainsi que des établissements de service. Parmi ces commerces, on note Hart, Metro, Pharmaprix, une succursale de la SAQ et d'Énergie Cardio. Les consommateurs peuvent aussi prendre une pause et une bouchée à la foire alimentaire. Ce centre commercial est situé près des autoroutes et est facilement accessible en transport en commun. Vous y trouverez certainement ce que vous cherchez ! **Horaires** : À l'année.

Quartier Laval

1350, boulevard Le Corbusier, H7N 0A9
514 337-8151 quartierlaval.com

Situé à quelques pas seulement de la station de métro Montmorency, Quartier Laval est facilement accessible. On fréquente ce centre commercial à ciel ouvert pour ses boutiques spécialisées de décoration et rénovation, de sports, loisirs et passe-temps, de mode et accessoires ainsi que pour ses nombreux restaurants. Peu importe vos goûts, vous trouverez ce que vous cherchez au Quartier Laval qui compte entre autres parmi ses boutiques et magasins Roche Bobois, Winners, JYSK, Indigo, Golf Town et Sears Décor. **Horaires** : À l'année.

Marché Public 440

3535, autoroute Laval Ouest, H7P 5G9
450 682-1440 marche-public440.com

Ancré dans l'histoire de l'île depuis son ouverture en 1983, le Marché Public 440 est situé à proximité des deux plus grands axes routiers régionaux. Reconnu pour la qualité de ses produits et la variété de ses commerces, ce grand marché public regroupe une vingtaine de boutiques d'épicerie fine et de commerces de services. Poissonnerie, fromagerie, charcuterie, pâtisserie, fruiterie, chocolaterie, épicerie santé, restaurants et autres commerces font la joie des gourmets et gourmands de Laval et d'ailleurs. En saison, les artisans de la ferme et les maraîchers proposent fruits, légumes et aliments du terroir de toute première fraîcheur. **Horaires** : À l'année.

Plus de
70
BOUTIQUES
et services



www.centreduvernay.ca 3100, boul. de la Concorde Est, Laval



À la Boîte à Fleurs de Laval

À la Boîte à Fleurs de Laval

3266, boulevard Sainte-Rose Laval, H7P 4K8
450 622-0341 alaboiteafleurs.com

Boutique au concept unique offrant le meilleur des deux mondes! Vous trouverez à l'*Espace Fleurs* de tout pour embellir vos événements : bouquets éclatants (fleurs fraîches ou synthétiques), arrangements personnalisés, centres de table, cadeaux corporatifs, vases et accessoires. De l'autre côté, un *Espace Gourmet* inclut un coin café avec quelques tables et une épicerie fine où on trouve des produits du terroir ainsi que plusieurs produits aux saveurs d'ici et d'ailleurs. **Horaires** : À l'année.

Falakolo (par Textil'Art)

2615, boulevard Le Corbusier, H7S 2E8
450 978-1272 falakolo.com, textilart.ca

Originaux et écoresponsables, les produits de l'atelier-boutique, y compris des sacs, tabliers et fleurs de tissu, sont faits de matériaux recyclés. Vous pouvez créer vos propres accessoires et articles lors des ateliers personnalisés. **Horaires** : À l'année; fermé les samedis et dimanches.



Kid Biz

2522, boulevard Daniel-Johnson, H7T 2R3
450 681-7267 kidbizkid.com

Kid Biz est le plus important détaillant de vêtements griffés pour enfants de tout le pays. Vous y trouverez des vêtements pour vos enfants, de la naissance à la taille 16 ans. Kid Biz offre aussi une prodigieuse sélection de cadeaux et d'accessoires. **Horaires** : À l'année, fermé les dimanches.

Salon de souliers Shu

2526, boulevard Daniel-Johnson, H7T 2R3
450 681-7267

Tous les membres de la famille trouveront chaussure à leur pied à cette boutique qui offre des produits de grandes marques telles DVF, Ted Baker, Michael Kors, Fendi, Hugo Boss et Armani Junior. La boutique propose aussi un grand choix de sacs à main ainsi qu'une gamme de chaussures pour hommes. **Horaires** : À l'année, fermé les dimanches.



Carrefour Laval



Tessier dit Lavigne

La mode Rococo

2534, boulevard Daniel-Johnson, H7T 2R3
450 978-9783

Cette boutique se spécialise dans la vente de vêtements de marques prestigieuses (Red Valentino, DVF, Robert Rodriguez, M Missoni, etc.) pour femmes modernes et audacieuses ! Service de limousine offert. **Horaires** : À l'année, fermé les dimanches.

Charbonneau L'Expert

6, boulevard Samson, H7X 3Y3
450 689-1934 charbonneauexpert.com

Vous aurez l'embarras du choix dans ce centre de jardin où plus de 400 variétés de fleurs sont en vedette. Les experts paysagistes se feront un plaisir de vous conseiller pour l'aménagement de votre extérieur et peuvent livrer leurs produits partout au monde. Offrez un arrangement floral soigneusement confectionné sur place ou procurez-vous des pots, poteries, peluches, ballons et articles de Noël à la boutique de cadeaux. **Horaires** : À l'année.

Café AGGA

3003, rue Lucien-L'Allier, H7P 0A1
450 687-5552 cafeagga.com

Visitez l'usine de production et de torréfaction du café AGGA à la fine pointe de la technologie italienne. Vous pourrez vous procurer chez Café AGGA du café en grains en vrac, y compris du café équitable biologique, fusion, espresso et décaféiné ainsi que des capsules de café espresso. Café AGGA offre aussi la vente et la réparation de machines espresso. **Horaires** : À l'année, fermé les dimanches.

Tessier dit Lavigne

3137, boulevard Industriel, H7L 4P8
450 663-9361 tessierditlavigne.com

Cette confiserie est la seule à produire des truffes fondantes à la pâte de noix et de pacanes qu'on appelle « Noix d'Or » et qui sont confectionnées à partir d'une recette traditionnelle aztèque datant de 1496. Comme ces truffes comptent moins de 50 calories et seulement cinq grammes de glucides, elles conviennent parfaitement aux diabétiques. Différents assortiments aux enrobages variés sont offerts en trois formats. **Horaires** : À l'année, fermé les dimanches.



/experienclaval

Plein d'affaires à faire



QUARTIER LAVAL

BOUTIQUES • DÉCO • RESTOS • SPÉCIALITÉS

quartierlaval.com

600-1350, boulevard Le Corbusier, Laval



WINNERS JYSK INDIGO GOLF TOWN SEARS DÉCOR



CARREFOUR LAVAL

VOTRE CENTRE À LA MODE

Pour une expérience de magasinage exceptionnelle

Lundi au vendredi de 10 h à 21 h

Samedi de 9 h à 17 h

Dimanche de 10 h à 17 h

Venez découvrir nos restos

The Keg Steakhouse & Bar | P. F. Changs Bistro chinois

Portovino | Table 51 | Bâton Rouge

carrefourlaval.ca

130

COMMERCES ET
RESTAURANTS

HEURES D'OUVERTURE

Lundi et mardi 10h à 18h

Mercredi au vendredi 10h à 21h

Samedi 9h à 17h

Dimanche 10h à 17h



CENTRE
LAVAL

PROPRIÉTÉ



COMINAR

1600 BOUL LE CORBUSIER, ANGLE ST-MARTIN | 450 687-2150 | CENTRELAVAL.COM |  / CENTRELAVAL

Ares
épicerie fine

**BEST
BUY**

BRICK

**BIÈRE AU
EN GROS**

FUTURE SHOP

LA BAIE D'HUDSON

L'ÉQUIPEUR

**sports
experts**

CENTRES DE SANTÉ ET DE BEAUTÉ

Spa et hôtel Le Finlandais

Amerispa Sheraton Laval

2410, autoroute des Laurentides, H7T 1X5
450 682-3365 • 1 866 AMERISPA(263-7477)
amerispa.ca

L'Amerispa Sheraton Laval n'est qu'à quelques pas du Centre des congrès et du Carrefour Laval. Abandonnez-vous aux bienfaits des soins classiques ou des plus originaux comme le massage sous la pluie ou aux pierres de basalte chaudes et froides. Les amoureux et amis pourront également vivre l'expérience d'un massage en tandem. Retrouvez l'énergie dont vous avez besoin grâce aux nombreux forfaits et soins à la carte ou essayez la thermothérapie, qui consiste à alterner les expériences sensorielles chaudes et froides et les moments de détente et d'hydratation. **Horaires :** À l'année. \$

Nüva Beauté & Spa

1750, avenue Pierre-Péladeau, H7T 2Z1
450 682-3900 nuva.ca

Envie de vous faire dorloter ? Pour des soins bénéfiques et diversifiés pour le visage, le corps, les mains et les pieds, une épilation laser ou des traitements médico-esthétiques et capillaires de grande qualité, vous êtes à la bonne adresse ! L'imposant Nüva Beauté et Spa occupe un espace de 10 000 pieds carrés en plein Centropolis. Votre expérience dans ce spa élégant au décor des plus modernes ne peut qu'être mémorable et saura combler tous vos besoins en santé-beauté.

Horaires : À l'année. \$

Inspiration

3273, avenue Jean-Béraud, H7T 2L2
450 681-0007 inspirationpilates.ca

Adieu maux de dos, tensions, problèmes digestifs et autres maux. Prenez rendez-vous au centre de mieux-être Inspiration et à sa clinique d'ostéopathie pour des traitements qui contribueront à améliorer vos capacités mnémoniques, créatives et de concentration et ressourceront votre corps et votre esprit. Détente et résultats garantis ! L'endroit compte six salles de traitement privées ainsi que deux studios de Pilates. **Horaires** : À l'année, fermé les dimanches. \$

L'Oasis de l'île

25, chemin des Îles-Yale, Saint-Eustache, J7P 5M6
450 472-0263 oasisdelile.com

Situé à seulement quelques minutes de Laval, dans un cadre enchanteur en pleine nature, sur une île de la rivière des Mille Îles, l'Oasis de l'île, maintenant affilié à Hôtellerie Champêtre, est reconnu pour la qualité de ses soins et de son lieu d'hébergement. Les vertus thérapeutiques de l'eau sous toutes ses formes bercent votre corps et amélioreront votre circulation sanguine. Ajoutez des soins corporels, esthétiques ou de massothérapie à votre expérience pour décupler votre détente. **Horaires** : À l'année. \$  

Spa et hôtel Le Finlandais

125, boulevard Labelle, J7A 2G9
450 437-2171 • 1 888 437-2171
spalefinlandais.com

Cette station thermale aux abords de la rivière des Mille Îles propose une expérience unique en Amérique du Nord avec ses saunas finlandais, bains thermaux, bain vapeur, bain russe, hammam, chutes thermales, expérience bulles, massages et plus. **Horaires** : À l'année. \$



Une île, un repos

28 chambres Restauration
Massothérapie Bains nordiques
Événements Mariage

25 chemin des Îles-Yale
Saint-Eustache, Québec, J7P 5M6
450 472-0263
www.oasisdelile.com

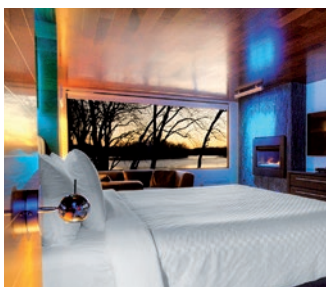
 L'OASIS DE L'ÎLE  Hôtellerie Champêtre



finländais

spa & hôtel

REDÉFINIT L'EXPÉRIENCE DE DÉTENTE



Forfaits Hôtel & Spa • Certificats cadeaux disponibles

124 et 125, boulevard Labelle
Rosemère (Québec) J7A 2G9

450 971-0005 • 1 888 971-0005 • SpaLeFinlandais.com



SAVEURS RÉGIONALES

Château Taillefer Lafon

Château Taillefer Lafon

1500, montée Champagne, H7X 4H9

450 689-0030 • 450 689-6940

chateautailleferlafon.ca

Saviez-vous qu'il y a un vignoble à Laval ? En plus d'être le producteur de raisins de vignes nobles (vitis vinifera) le plus important au Québec, Château Taillefer Lafon est également le premier vignoble québécois autorisé à utiliser l'appellation « château ». Dans cette ambiance de prestige, les visiteurs oublient rapidement qu'ils sont en milieu urbain. Profitez de votre visite pour faire provision de vin blanc, vin rouge, de cidre et de vin de glace, de produits de vendanges tardives et de vins fortifiés et mousseux. Dégustation gratuite de produits tout en finesse, lauréats de nombreux prix internationaux.

Horaires : À l'année; fermé les lundis et mardis. ☎

Fromagerie du Vieux-Saint-François

4740, boulevard des Mille-Îles, H7J 1A1

450 666-6810 fromagerieduvieuxstfrancois.com

Vous ne trouverez pas de fromage plus frais dans la région ! Premier établissement fromager artisanal à Laval, la Fromagerie du Vieux-Saint-François vous ouvre les portes de sa boutique où vous pourrez vous procurer une sélection impressionnante de fromages, yogourts et laits de chèvre préparés sur place dans la salle de transformation attenante. Dégustez-les en pique-nique dans un environnement bucolique au bord de la rivière des Mille Îles. Les chèvres de la ferme sont toujours curieuses et viendront vous saluer au travers de la clôture. **Horaires :** À l'année; fermé les lundis. ☎

Paradis des Orchidées

1280, montée Champagne, H7X 3Z8
450 689-2244 leparadisdesorchidees.com

Le Paradis des Orchidées est le seul producteur de cette plante dans l'Est du Canada, avec une offre de plus de 1000 variétés. D'une serre à l'autre, laissez-vous enivrer par la beauté époustouflante de ces fleurs mythiques. Un arrêt s'impose au centre d'interprétation où vous en apprendrez plus sur leur entretien et les techniques de lutte biologique pour la protection de l'espèce. Ne quittez pas le centre sans avoir regardé la vidéo sur ces fleurs énigmatiques et leurs pollinisateurs. Une visite au Paradis des Orchidées est assurément beaucoup plus qu'une simple virée chez le fleuriste. Voilà une sortie qui ravira à coup sûr tant les grands que les enfants !

Horaires : À l'année. ☺

Serres Sylvain Cléroux

1570, rue Principale, H7X 4A8
450 627-2471 sylvaincleroux.com

Les Serres Sylvain Cléroux comptent parmi les joyaux de l'horticulture lavalloise. Plus grand producteur de fleurs annuelles au Québec, cette entreprise qui est établie depuis trois générations offre des annuelles, vivaces, arbres et arbustes ainsi que des plantes tropicales et aquatiques, de quoi inspirer tous ceux qui souhaitent créer un aménagement paysager. De plus, au fil des mois, la boutique attenante dévoile un nouveau spectacle aux couleurs de la saison, véritable régal pour les yeux. **Horaires** : À l'année. ☺

Marc Gibouleau pomiculteur

3675, avenue des Perron, H7J 1A3
450 625-4880 vergergibouleau.com

Agriculteur de quatrième génération, Marc Gibouleau a la pomiculture dans le sang ! Partagez sa passion des Melba, Lobo, McIntosh, Cortland, Honey Gold, Russet et autres variétés en vous promenant entre les 10 000 pommiers de ce verger d'Auteuil. Faites un pique-nique au grand air et pour le dessert, procurez-vous de succulents beignets aux pommes cuisinés sur place et vendus au kiosque où vous trouverez bien sûr aussi un immense choix de pommes et de produits dérivés. **Horaires** : Août à décembre. ☺

Ferme D. & M Sauriol

3150, boulevard des Mille-Îles, H7J 1C9
450 666-6564 fermesauriol.com

Dans la campagne lavalloise, les rangs colorés de fruits et légumes cultivés sur les terres riches et entourées de nombreux arbres et ruisseaux de cette ferme offrent un paysage des plus inspirants pour une sortie en famille. Fraises, framboises, aubergines, poivrons, tomates, piments forts et oignons ne sont que quelques-uns des produits frais dont vous pouvez faire l'autocueillette ou vous procurer en kiosque. Marinades, confitures, fromages, sirop d'érable et autres spécialités du terroir sont en vente au marché intérieur de la ferme. **Horaires** : Juin à octobre. ☺

Ferme F. Turcot et fils

7205, avenue des Perron, H7J 1E9
450 622-6872 fermeturcot.com

Arrêtez-vous au kiosque de la Ferme F. Turcot et fils pour vous ravitailler en fruits et légumes de saison. Au fil des ans, cette entreprise familiale fondée en 1950 n'a cessé d'évoluer et d'accroître la variété des produits qu'elle offre. Si le cœur vous en dit, vous pouvez vous adonner à l'autocueillette d'aubergines, d'oignons, de fraises, framboises, piments forts, poivrons, tomates, etc., sur les quarante arpents de terre. En fait, la ferme est particulièrement reconnue pour son savoureux « blé d'Inde » (maïs). **Horaires** : Juin à octobre. ☺ ☎

Ferme et kiosque Grover

7360, boulevard Saint-Martin Ouest, H7X 4G2
450 689-0444 fermegrover.com

Établie au cœur de Sainte-Dorothée depuis 70 ans, la ferme Grover a constamment agrandi son centre dont les serres occupent aujourd'hui une superficie de 636 538 pieds carrés. Tant les passionnés de jardinage que ceux qui souhaitent ajouter une touche fleurie à leur environnement y trouveront leur compte. Cette visite est idéale pour profiter d'une bouffée d'air frais et s'adonner à une petite séance de magasinage tout en fleurs. Les spécialités sont les poinsettias dans le temps des fêtes et les fleurs annuelles en saison. Des fruits et légumes sont vendus en kiosque. **Horaires** : À l'année. ☺

Ferme Marineau

4356, boulevard Dagenais, H7R 1L5
 450 689-9792 fermemarineau.com, fleurineau.com

Fondée en 1921, la ferme Marineau est une des fermes les plus anciennes de Laval. Située dans l'ouest de l'île, cette ferme familiale est opérée par une quatrième génération d'agriculteurs. Sa production en serre et en champ comprend de petits fruits tels la fraise, la framboise et le bleuet, dont il est possible de venir faire l'autocueillette. La ferme s'adonne aussi à la culture maraîchère, dont un impressionnant éventail de maïs cultivé selon la tradition familiale ancestrale. Les produits maison comme les tartes et les beignets frais qui sont vendus dans les nombreux kiosques de la ferme vous donneront envie d'y revenir ! **Horaire** : Juin à décembre. 📞 ☺

Cabane à sucre Constantin (extérieur de Laval)

1054, boulevard Arthur-Sauvé, Saint-Eustache, J7R 4K3
 450 473-2374 • 1 800 363-2464 constantin.ca

Aucune visite au Québec n'est complète sans une partie de sucre ! Une visite à la cabane à sucre Constantin est une garantie de plaisir pour toute la famille avec des sentiers parcourant l'érablière, des promenades en traîneau à chevaux, une mini-ferme et des jeux pour les enfants. Dans une ambiance festive, les visiteurs se régaleront de produits de l'érable et font le plein de plats d'antan préparés sur place à partir de recettes familiales transmises de génération en génération. Après votre copieux repas, ne ratez pas la dégustation de la fameuse tire sur la neige. **Horaire** : À l'année. 📞 \$

Cidrierie Les Vergers Lafrance (extérieur de Laval)

1473, chemin Principal, Saint-Joseph-du-Lac, J0N 1M0
 450 491-7859 lesvergerslafrance.com

Entrez dans l'univers fascinant de la pomme à quelques minutes de Laval. Avec ses 12 000 pommiers et 17 variétés de pommes, La Cidrierie Les Vergers Lafrance est le fruit de trois générations de pomiculteurs passionnés. Après la cueillette, goûtez aux cidres de la maison, dont le Domaine Lafrance, un cidre de glace maintes fois primé. Les enfants adoreront la balade en tracteur, la mini-ferme et le parc de jeux géants. Avant de repartir avec vos provisions de la boutique de campagne, arrêtez-vous au café-terrasse d'où la vue est imprenable. Dégustation gratuite et visite guidée de la cidrierie sur réservation. **Horaire** : À l'année. 📞 ☺



Paradis des Orchidées



Serres Sylvain Cléroux



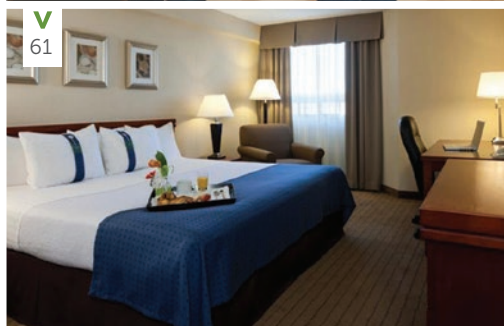
Marc Gibeau pomiculteur



se loger et se restaurer

53 Restauration

61 Hébergement



Crédit photo : Sophie Poliquin

Prix maximal

\$: moins de 15 \$ \$\$: 15-30 \$

\$\$\$: 31-50 \$ \$\$\$\$: plus de 50 \$

Services de repas

1 : Petit-déjeuner 2 : Dîner 3 : Souper

Au Biniou

100, boulevard de la Concorde Est, H7G 2B9

450 667-3170 restaurantbiniou.com

\$\$\$ 2, 3 ☞

Depuis plus de 35 ans, ce restaurant lavallois situé dans une magnifique maison ancestrale propose de savoureux plats classiques de la cuisine française. Les convives y viennent aussi pour l'ambiance chaleureuse et la terrasse si agréable en été. Vins aux prix de la SAQ. Fermé samedi et dimanche midi.

Au Vieux Duluth

1755, boulevard Industriel, H7S 1P5

450 629-1611 auvieuxduluth.com

\$\$\$ 2, 3 ☞

Ce très populaire restaurant familial propose une cuisine d'inspiration grecque. C'est l'endroit parfait où déguster grillades, poissons et fruits de mer. Le restaurant est réputé pour ses généreuses portions et son excellent rapport qualité-prix.

Barolo

2200, boulevard Curé-Labelle, H7T 1R1

450 682-7450

\$\$ 2, 3 ☞

Ce très populaire restaurant familial propose une cuisine d'inspiration grecque. C'est l'endroit parfait où déguster grillades, poissons et fruits de mer. Le restaurant est réputé pour ses généreuses portions et son excellent rapport qualité-prix. À l'année. Fermé samedi et dimanche midi.

Bâton Rouge

3035, boulevard Le Carrefour, H7T 1C8

450 681-9902 batonrougerestaurants.com

\$\$ 2, 3 ☞

Depuis 1992, le Bâton Rouge du Carrefour Laval sert des portions généreuses de steaks, grillades, salades, burgers et fruits de mer d'inspiration cajun de la Louisiane. Les côtes levées sont un incontournable !

Bistro Le Rossignol

5580, boulevard des Rossignols, H7L 5Z1

450 682-1128 • 514 912-1128

bistorossignol.ca

\$\$ 1, 2, 3 ☞ ☞ ☞ ☞

Ce bistro situé dans le quartier Sainte-Rose sert de copieux déjeuners pour bien commencer la journée et offre un menu table d'hôte le midi. Les convives peuvent savourer leur repas dans la salle à manger lumineuse ou sur la terrasse. Cuisine de type bistro français. Fermé samedi et dimanche midi.

Calvi Bistro Méditerranéen

2940, avenue Pierre-Péladeau, H7T 3B3

450 680-1656 restaurantcalvi.com

\$\$ 2, 3 ☞

La cuisine de ce bistro sert une cuisine qui allie spécialités méditerranéennes et italiennes, dont des poissons et des fruits de mer succulents. Les clients du Calvi apprécient aussi son cellier bien rempli.

Chez Cora Déjeuners

2113, boulevard Le Carrefour, H7S 2J7

450 973-1991 chezcora.com

\$ 1, 2

Situé tout près du Carrefour Laval, le restaurant Chez Cora Déjeuners se spécialise dans les brunchs, déjeuners et dîners santé. Les assiettes généreuses et colorées sont servies dans un décor champêtre.

Elixir

1795, avenue Pierre-Péladeau, H7T 2Y5

450 687-6877 elixor.ca

\$\$ 1, 2, 3 ☞ ☞

La renommée de l'Elixir passe par son menu varié (plats asiatiques, créoles, latinos et nord-américains). Y manger sans goûter à l'un de ses fameux gâteaux au fromage serait un sacrilège !



Le Mitoyen

Prix maximal

\$: moins de 15 \$ \$\$: 15-30 \$
\$\$\$: 31-50 \$ \$\$\$\$: plus de 50 \$

Services de repas

1 : Petit-déjeuner 2 : Dîner 3 : Souper



Enoteca Mozza Pizzeria Moderna

505, promenade du Centropolis, H7T 0A3

450 973-3400 restaurantmozza.com

\$ 2, 3 🍷

On dit de l'Enoteca Mozza qu'on y cuisine la meilleure pizza au four à bois de Laval ! Ce restaurant italien contemporain sert également des pâtes, du poulet et du veau selon les vieilles traditions familiales. Fermé samedi et dimanche midi.

L'Académie

1730, avenue Pierre-Péladeau, H7T 2Z1

450 988-1015 lacademie.ca

\$ 2, 3 🍷

Les cuisines de la France et l'Italie se marient à merveille dans l'ambiance raffinée du restaurant L'Académie. Vous vous délecterez à coup sûr à ce restaurant de type « apportez votre vin » qui sert, entre autres, magret de canard, agneau, moules et pâtes fraîches.

L'Antre-Nous

619, rue Principale, H7X 1G7

450 314-3131 restaurantantrenous.com

\$ 1, 2, 3 🍷 📶 T 🍷

Les amateurs de crêpes bretonnes authentiques ont trouvé leur adresse de choix dans le Vieux-Sainte-Dorothée. Ce bistro chaleureux propose un menu matin, midi et soir pour le plaisir des gourmands. Avec le retour des beaux jours de l'été, profitez de la belle terrasse.

La Belle et La Boeuf

510, promenade du Centropolis, H7T 3C2

450 934-8777 belleetboeuf.com

\$ 2, 3 🍷

Sur fond de musique des années 60 à 90, La Belle et La Boeuf, qui s'annonce comme un « burger bar », sert des burgers et des poutines hors de l'ordinaire et un vaste choix de bières, scotchs et cocktails dans des pots Mason. 18 ans et plus.



Sukho Thai



La Maison du Jazz

Cage aux Sports

2900, boulevard Le Carrefour, H7T 2K9

450 688-8244 cage.ca

\$\$ 2, 3

Avec ses 39 écrans plasma et écrans géants HD qui en mettent plein la vue, la Cage aux Sports est le point de rendez-vous par excellence lors des événements sportifs. De plus, le menu de type rôtisserie plaît à toute la famille.

La Fonderie

2133, boulevard Le Carrefour, H7S 2J7

450 681-8234 lafonderie.ca

\$\$\$ 3

Fondues chinoises, bourguignonnes, au fromage en plus de raclettes et viandes variées. Quoi de mieux pour un repas en tête-à-tête à Laval? N'oubliez pas la fondue au chocolat pour terminer votre repas en beauté. Fermé le lundi et le samedi et dimanche midi.

Le Quartz

2225, autoroute des Laurentides, H7S 1Z6

450 682-2225 hilton.com

\$\$ 1, 2, 3

Au déjeuner, dîner et souper, le chef prépare de délicieuses créations culinaires des plus recherchées. Le Quartz Lounge a été totalement redécoré. L'ambiance conviviale et branchée est parfaite pour un 5 à 7, et les amateurs apprécient la sélection de vin, gin et scotch.

La Maison du Jazz

1639, boulevard de l'Avenir, H7S 2N5

450 669-3000 houseofjazz.ca

\$\$\$ 2, 3

Les mélomanes sont ravis que cette institution du jazz au Québec ait maintenant pignon sur rue à Laval. On y vient pour la musique et l'ambiance certes, mais aussi pour le menu généreux comprenant poulet et côtes levées à la mode louisianaise et autres délices du Sud.

Prix maximal

\$: moins de 15 \$ \$ \$: 15-30 \$
 \$\$\$: 31-50 \$ \$\$\$\$: plus de 50 \$

Services de repas

1 : Petit-déjeuner 2 : Dîner 3 : Souper

La Piazza

2440, autoroute des Laurentides, H7T 1X5

450 687-2440 sheraton-laval.com

\$\$\$ 1, 2, 3  

La Piazza propose buffet gastronomique et menu à la carte de délicieuses spécialités italiennes, et le bar est bien garni. L'ambiance est toujours festive, le samedi pour les dîners-dansants avec orchestre et le dimanche pour le brunch familial qu'agrémentent un musicien.

Le Balthazar

195, promenade du Centropolis, H7T 1H8

450 682-2007 lebalthazar.ca

\$\$\$ 2, 3  

Le houblon est à l'honneur au Balthazar, de l'impressionnante carte de bières de microbrasseries québécoises à la table d'hôte mettant en vedette les produits régionaux. Voilà l'endroit tout désigné pour des 5 à 7 et des soirées mémorables.

Le Mitoyen

652, rue de la Place-Publique, H7X 1G1

450 689-2977 restaurantlemitoyen.com

\$\$\$\$ 3  

Ce restaurant Quatre Diamants Québec (CAA-AAA), qui a aussi obtenu 5 étoiles du Guide Voir, est une des meilleures tables du Québec. Établi dans une maison ancestrale depuis 1977, on y sert des viandes du terroir ainsi que des poissons et fruits de mer selon les arrivages.

Le Saint-Christophe

94, boulevard Sainte-Rose, H7L 1K4

450 622-7963 restosaintchristophe.ca

\$\$\$\$ 3  

Le Saint-Christophe est un joyau de la gastronomie lavalloise dont la cuisine traditionnelle française séduit les fins gourmets qui apprécient les menus dégustations. Fermé samedi et dimanche midi.

Le Tire-Bouchon

2930, avenue Pierre-Péladeau, H7T 3B3

450 681-1228 letirebouchonbistro.com

\$\$\$ 2, 3  

Plongez-vous dans l'ambiance d'un bistro français et dégustez de grands classiques comme la bavette, le tartare, le foie gras ou des escargots, qui font la réputation du Tire-Bouchon. Vins au prix de la SAQ.

Le Vieux Four de Laval

5070, boulevard Lévesque Est, H7C 1N1

450 661-7711 levieuxfour.net

\$\$\$ 2, 3  

Situé au cœur du quartier Saint-Vincent-de-Paul, le Vieux Four de Laval sert, dans une ambiance chaleureuse et familiale, son authentique pizza au four à bois qui fait saliver les connaisseurs depuis plus de 30 ans. Fermé samedi et dimanche midi.

Les 3 brasseurs

2900, avenue Pierre-Péladeau, H7T 3B3

450 988-4848 les3brasseurs.ca

\$\$\$ 2, 3  

La microbrasserie propose une grande sélection de bières, dont plusieurs brassées sur place, ainsi qu'un menu de type bistro comprenant des spécialités de la cuisine alsacienne traditionnelle comme la choucroute, le jarret de porc braisé et les fameuses « flammekueches ».

Les Menus-Plaisirs Restaurant-Auberge

244, boulevard Sainte-Rose, H7L 1L9

450 625-0976 lesmenusplaisirs.ca

\$\$\$ 2, 3  

Réputé pour sa terrasse et son cachet ancestral, Les Menus-Plaisirs conjugue hébergement et gastronomie en proposant une cuisine régionale de produits du terroir comme le canard de Brome, l'autruche et l'agneau du Québec.

Menchie's

125, promenade du Centropolis, H7T 0B3

450 688-7353 menchies.com

\$ 2, 3

Un arrêt au bar à yogourt glacé Menchie's du Centropolis est un incontournable lors d'une soirée en famille ou entre amis. Vous ne saurez plus quoi choisir devant la multitude de saveurs et de garnitures colorées !



Le Balthazar



Zibon

Nickels

1600, boulevard Le Corbusier (Centre Laval), H7S 1Y9
450 681-8737 nickelslaval.ca
\$ 1, 2, 3 ☹

Nickels, restaurant familial de type « délicatessen », est le rendez-vous des amateurs de viande fumée. On y sert également des grillades, des pâtes et de la pizza ainsi que de savoureux desserts et de copieux déjeuners. L'endroit est aussi fréquenté pour son bar sportif.

Palmo

533, rue Principale, H7X 1C7
450 689-4141 restaurantpalmo.com
\$\$ 3 ♿

Niché au cœur du Vieux-Sainte-Dorothée dans une maison ancestrale, le restaurant Palmo sert une cuisine italienne traditionnelle et régionale. Le veau de lait du Québec et des pâtes succulentes y sont à l'honneur.

Restaurant Amato

192, boulevard Sainte-Rose, H7L 1L4
450 624-1206 restaurantamato.com
\$\$ 2, 3 📶 ☹ 🍷

Venez déguster une authentique cuisine italienne gastronomique dans l'ambiance feutrée de cette maison ancestrale du Vieux-Sainte-Rose ou les beaux jours venus, sous le gazebo de la magnifique terrasse avec fontaine. De plus, la cave à vins a été primée par Wine Spectator.

Ristorante Lugano's

1723, boulevard Saint-Martin Ouest, H7S 1N2
450 686-1888 luganos.com
\$\$ 2, 3 ♿

Les clients de ce restaurant italien de type « apportez votre vin » viennent y déguster les spécialités de la maison comprenant poissons et fruits de mer, viandes grillées, plats de pâtes et pizzas et surtout, les plats de veau préparés selon les recettes traditionnelles. Fermé samedi et dimanche midi.

Restaurant Soya

3204, boulevard Saint-Martin Ouest, H7T 1A1
450 682-2882 restaurantsoya.com
\$\$ 2, 3 📶 ♿

Dans un décor zen, délectez-vous de différents plats asiatiques typiques du Vietnam, de la Chine, du Japon et de la Thaïlande, tous plus originaux les uns que les autres. La fameuse crème glacée frite est un must. Et n'oubliez pas d'apporter votre vin. Fermé samedi et dimanche midi.

Rôtisserie Panama Laval

1150, boulevard Curé-Labelle, H7V 2V5
450 934-8009 rotisseriepanama.com
\$\$ 3 ☹

Transportez-vous en Grèce le temps d'un repas. À cette rôtisserie méditerranéenne servant viandes et poissons frais du jour, les grillades sont en vedette. Le poulet, les côtelettes d'agneau, les différents poissons et la pieuvre y sont délicieux.

Prix maximal

\$: moins de 15 \$ \$\$: 15-30 \$

\$\$\$: 31-50 \$ \$\$\$\$: plus de 50 \$

Services de repas

1 : Petit-déjeuner 2 : Dîner 3 : Souper

Rôtisserie Scores

3370, boulevard Saint-Martin Ouest, H7T 1A1

450 686-6060 scores.ca

\$\$ 2, 3 Ȳ

Passer au bar à soupes, salades et fruits à volonté et savourer du poulet rôti, des côtes levées, un sandwich ou un dessert dans une ambiance agréable et décontractée. Excellent rapport qualité-prix.

Sukho Thai / Kiyomi

145, promenade du Centropolis, H7T 0B3

450 688-3033 sukhothai.ca

\$\$ 2, 3 Ȳ

Ces deux restaurants en un servent dans une ambiance moderne et colorée des spécialités de la cuisine thaï, des fruits de mers, des grillades et des spécialités préparées au wok ainsi que des tapas coréens. C'est le choix par excellence pour vos 5 à 7.

Table 51

3035, boulevard Le Carrefour, H7T 1C8

450 781-8851 table51.com

\$\$ 2, 3 Ȳ

Table 51 est un élégant restaurant au décor contemporain et à l'ambiance branchée. Situé au Carrefour Laval, il propose une cuisine qui varie au fil des saisons. On y sert des viandes sans hormones ni antibiotiques. La cave à vin contient plus de 800 bouteilles.

The Keg Steakhouse & Bar

3035, boulevard le Carrefour, H7T 1C8

450 681-4445 kegrestaurants.com

\$\$\$ 3 Ȳ

Les carnivores trouveront de quoi se régaler à ce steakhouse du Carrefour Laval qui sert un menu composé de grillades, steaks et fruits de mer de grande qualité. Les convives apprécient beaucoup le bar et la terrasse sur le toit.



SAVEURS



DÉCOR

AMBIANCE

VOUS AVEZ DU GOÛT

ZIBO!

RESTAURANT - BAR

245, promenade du Centropolis
RESTOZIBO.COM

Torii Sushi

2131, boulevard Le Carrefour, H7S 2J7
450 978-8848 toriiisushi.com

\$ 2,3 

Nommé en l'honneur d'un portail japonais sacré des sanctuaires, le Torii Sushi propose une fine cuisine japonaise composée de sushis, sashimis, makis et fruits de mer. De plus, il faut absolument essayer les créations originales de la maison. Vous en raffolerez ! Fermé samedi et dimanche midi. 

**Zibo !**

245, promenade du Centropolis, H7T 0B3
450 973-2552 restaurantzibo.com

\$ 2,3 

D'inspiration californienne, la carte du restaurant-bar Zibo ! est composée de pâtes, pizzas, grillades, salades et sandwichs à déguster lors d'un 5 à 7 ou d'un repas entre amis dans une ambiance branchée.

57Cals

1114, boulevard Curé-Labelle, H7V 2V5
450 505-8181 57cals.com

\$ 2,3

57Cals propose une cuisine méditerranéenne différente composée de mets végétariens et végétaliens, dont des plats de falafels, shawarma et shish taouk et un choix de sandwichs. Tous les mets, y compris les sauces, sont faits maison avec des ingrédients frais et naturels.



360°

DE PLAISIRS

SHOPPING CHIC • GASTRONOMIE
PLAISIRS FOUS

centropolis.ca 

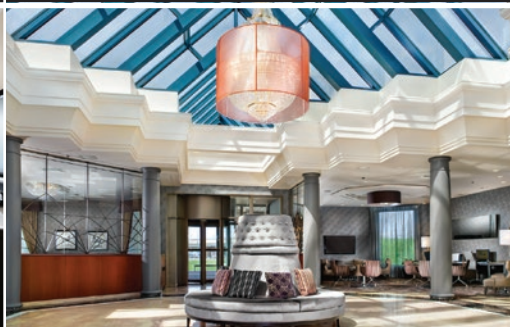
CENTRO  **POLIS**

ST-MARTIN / AUTOROUTE 15

Un Hébergement unique à Laval...

244 chambres et suites rénovées |
30 000pd2 d'espace réunion | étage
Club | restaurant & bar |
piscine & salle d'exercice

42 suites appartements avec cuisine
| 148 chambres entièrement
rénovées | club exécutif
réaménagé | restaurant & bar |
piscine & salle d'exercice



2440, Autoroute des Laurentides
Laval, Québec H7T 1X5
450 687-2440 • 800 667-2440
sheraton.com/laval



2225, Autoroute des Laurentides
Laval, Québec H7S 1Z6
450 682-2225 • 800 363-7943
hilton.com

Échelle de prix

\$: Moins de 75 \$ \$\$: 75 \$-100 \$

\$\$\$: 101 \$-150 \$ \$\$\$\$: 151 \$ - 200 \$

\$\$\$\$\$: plus de 200 \$

Voir la légende des pictogrammes p.78

Hôtellerie

Sheraton Laval

★★★★

2440, autoroute des Laurentides, H7T 1X5

450 687-2440 • 1 800 667-2440 sheraton-laval.com244 unités \$\$\$\$      

À quelques pas du Carrefour Laval, cet hôtel synonyme d'élégance et de tranquillité a été récemment rénové.

Relaxe dans l'impressionnante piscine intérieure ou profitez des soins du centre de santé et beauté Amerispa, et savourez la délicieuse cuisine de La Piazza.

Hilton Montréal/Laval

★★★★

2225, autoroute des Laurentides, H7S 1Z6

450 682-2225 • 1 800 363-7948 hilton.com169 unités \$\$\$\$      

Récemment rénové, le Hilton Montréal/Laval compte des chambres spacieuses et des suites-appartements avec cuisine parfaites pour les familles ou les longs séjours. La piscine, le restaurant Le Quartz et le Quartz Lounge ont aussi été modernisés.

Holiday Inn Laval Montréal

★★★★

2900, boulevard Le Carrefour, H7T 2K9

450 682-9000 • 1 888 333-3140 hilaval.com176 unités \$\$\$\$      

Situé à deux pas du Carrefour Laval et abritant la Cage aux Sports, le Holiday Inn a pensé à tout pour vos vacances familiales : séjour et repas gratuits pour vos enfants, en plus d'une piscine intérieure pour les divertir !

Le St-Martin Hôtel et Suites

★★★★

1400, rue Maurice-Gauvin, H7S 2P1

450 902-3000 • 1 866 904-6835 lestmartin.com116 unités \$\$\$\$      

Le style élégant et l'ambiance à l'européenne de cet hôtel-boutique vous charmeront. Vous apprécierez le confort des chambres classiques soigneusement décorées ainsi que la terrasse invitante.

Hôtel Hampton Inn & Suites

★★★★

1961, boulevard Curé-Labelle, H7T 1L4

450 687-0010 • 1 866 687-0010

104 unités \$\$\$\$      

Après une longue journée de visites touristiques et de découvertes, vous aimerez relaxer au bord de la piscine intérieure avant de vous retirer dans votre chambre spacieuse et confortable pour une bonne nuit de sommeil.

**Les Menus-Plaisirs,
Restaurant-Auberge**

★★★★

244, boulevard Sainte-Rose, H7L 1N9

450 625-0976 lesmenusplaisirs.ca8 unités \$\$\$      

Combinez gourmandise et sommeil dans cet établissement ancestral unique du Vieux-Sainte-Rose, lieu de naissance du curé Antoine Labelle. Vous pourrez déguster une succulente cuisine régionale, excellent prélude à des nuits douillettes à l'auberge.

Quality Suites Laval

★★★

2035, autoroute des Laurentides, H7S 1Z6

450 686-6777 • 1 800 424-6423

lavalqualitysuites.com113 unités \$\$\$\$      

Au cœur de Laval, près des principaux attraits, le Quality Suites est le choix idéal avec ses chambres climatisées, l'accès Wi-Fi gratuit et une salle de mise en forme ouverte 24 heures, tous les jours. Stationnement gratuit.

Best Western Plus Laval-Montreal

★★★

3655, autoroute des Laurentides, H7L 3H7

450 681-9000 • 1 800 605-5115

bestwesternlavalhotel.com/fr70 unités \$\$\$\$      

Situé près des principaux attraits, cet hôtel classique au décor épuré est reconnu pour ses balcons intérieurs offrant une vue plongeante sur son atrium, le bar et la piscine intérieure, ce qui en fait le seul du genre à Laval.

Comfort Inn Laval Montréal

★★★

2055, autoroute des Laurentides, H7S 1Z6
450 686-0600 • 1 800 465-6116 lavalcomfortinn.com
120 unités \$\$\$    

Au cœur de Laval, le Comfort Inn a été entièrement rénové et accueille ses clients dans des chambres spacieuses et très confortables. Vous apprécierez assurément votre séjour à cet hôtel réputé pour son calme et son service à la clientèle.

Hôtel-Motel Idéal Ste-Rose

★★★

379, boulevard Curé-Labelle, H7L 3A3
450 625-0773 • 1 888 533-0773 motelideal.com
74 unités \$\$   

Le Motel Idéal est avantageusement situé dans le Vieux-Sainte-Rose et près du Parc de la Rivière-des-Mille-Îles. Les chambres sont confortables et modernes et certaines ont un bain thérapeutique qui vous procurera un moment de détente fort apprécié.

Le Fabreville Motel & Suites

★★★

4301, boulevard Dagenais Ouest, H7R 1L3
450 627-4781 • 1 888 908-4781 lefabreville.com
41 unités \$\$   

Le Fabreville Motel et Suites est l'endroit tout désigné pour une escapade originale en amoureux à Laval. Ses chambres thématiques feront de votre séjour une expérience inoubliable que vous souhaiterez renouveler.

Econo Lodge Laval

★★

1981, boulevard Curé-Labelle, H7T 1L4
450 681-6411 • 1 800 424-6423 econolodgeval.com
75 unités \$\$   

Profitez du confort des chambres spacieuses et bien aménagées de l'hôtel Econo Lodge après une baignade dans la grande piscine extérieure, une activité idéale pour la famille. L'hôtel compte aussi des terrains de jeu dans un bel aménagement paysager.

Ô Motel et Suites

★★

1375, boulevard des Laurentides, H7N 4Y5
450 669-1725 • 877 669-1725 omoteletsuites.com
54 unités \$\$  

Après une journée de visites touristiques, c'est l'endroit parfait avec ses chambres et suites spacieuses et invitantes. Toutes les suites ont une grande douche en céramique avec portes vitrées et certaines ont même un foyer et un bain à remous.

Olux Hôtel Motel & Suites

★★★

1354, boulevard des Laurentides, H7N 4Y4
450 669-2601 • 1 800 841-6839
oluxhotels.com

77 unités \$    
Passez un séjour des plus agréables dans cet établissement dont les chambres récemment rénovées sont modernes et épurées. Certaines unités comptent une baignoire à remous. Des forfaits de séjour sont aussi offerts.

Auberge Chomedey Inn

★

590, boulevard Curé-Labelle, H7V 2T6
450 978-1171 • 1 866 888-1171 chomedeyinn.ca
41 unités \$  

Situé à vingt minutes de Montréal, le Chomedey Inn est un excellent choix pour un court ou un long séjour.

L'Oasis de l'Île

★★★

(extérieur de Laval)

25, chemin des Îles-Yale, Saint-Eustache, J7P 5M6
450 472-0263 • 1 800 361-6162
oasisdelile.com

21 unités \$\$\$  
Affilié à Hôtellerie Champêtre, L'Oasis de l'Île vous invite à vivre des moments de détente mémorables dans l'une des 21 chambres champêtres. Faites l'expérience de bains thermaux et de soins corporels et savourez la cuisine gastronomique.

Spa et Hôtel le Finlandais

★★★

(extérieur de Laval)

125, boulevard Labelle, Rosemère, J7A 2G9
450 437-2171 • 1 888 437-2171 spalefinlandais.com
64 unités \$\$\$\$   

En plus des installations du spa, Spa et hôtel le Finlandais compte un hôtel de 70 chambres et suites d'un grand confort, chacune au décor original et élégant. Les clients profitent d'un service courtis dans une ambiance de sérénité.

C'est l'hôtel pour **vous**
The hotel for **you**



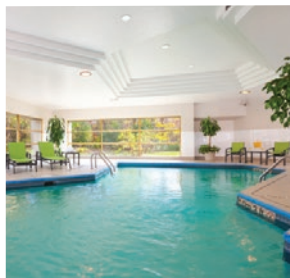
Holiday Inn

Laval Montréal



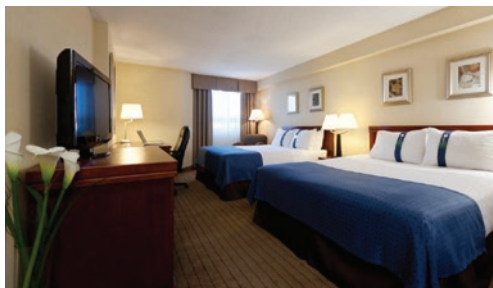
**Les commodités du Holiday Inn
Laval Montréal sont :**

- 176 chambres
- Internet WiFi sans frais
- Piscine intérieure
- Deux restaurants :
Le Zircon
La Cage aux Sports
- Programme « les enfants mangent gratuitement »
- Stationnement extérieur sans frais
- 7 salles de réunions & banquets



**Holiday Inn Laval Montreal
Features:**

- 176 Guest Rooms
- Complimentary WiFi
- Indoor Pool
- Two Restaurants:
Le Zircon
La Cage aux Sports
- « Kids Eat Free »
- Complimentary outdoor parking
- 7 meeting & banquet halls



@HolidayInnLaval

Holiday Inn Laval Montréal

2900 boul. Le Carrefour, Laval, Qc

Tél: 450-682-9000

Sans frais : 1 888-333-3140 | Télécopieur : 450-682-2098

Courriel : info@hilaval.com | www.hilaval.com

LA NOUVELLE ALTERNATIVE À LAVAL !



Un fier membre
de la famille des hôtels **Hilton** !

104 CHAMBRES
ET SUITES

Un excellent séjour, une excellente valeur. Voilà **Hampton** !
Que vous choisissiez une chambre régulière ou une suite, vous apprécierez
tous les petits extras qui feront de votre séjour une expérience très spéciale.

- Programme de récompenses **HHonors**
- Stationnement extérieur gratuit
- Incluant le petit déjeuner complet
- Piscine intérieure, salle de conditionnement physique et service de buanderie
- Appels locaux gratuits
- Accès Internet haute vitesse sans frais
- Salle de réunion et centre d'affaires
- Suites avec micro-ondes et minifrigo
- Lit King ou 2 lits Queen
- À 20 minutes de l'aéroport



MONTRÉAL - LAVAL

www.hamptoninn.com

1 800 HAMPTON

1961, boul. Curé-Labelle, Laval (Québec) H7T 1L4 • Tél. : 450 687-0010 • 1 866 687-0010 • Fax : 450 687-0100



Montréal - Laval

1981, boul. Curé-Labelle
Laval (Québec) H7T 1L4

Tél. : 450 681-6411

Fax : 450 681-4447

- Programme de récompenses C.P.
- Accès internet haute vitesse sans frais
- Incluant le petit déjeuner continental
- Frigo dans chaque chambre
- Piscine extérieure en saison

Un excellent séjour... Econo Lodge!

Au coeur de Laval, aux abords des centres, restaurants et attractions touristiques.

1 800 553 2666 www.econolodgelaval.com



Le St-Martin

HÔTEL & SUITES

L'Hôtel grand luxe... à petits prix !

Le charme dépayçant du Le St-Martin Hôtel et Suites c'est avant tout...

Son allure de vieux château français et son atmosphère d'auberge.
Le confort de ses lits calèches et le douillet de ses couettes en duvet.
Les détetes au coin du feu et l'accueil souriant de son personnel.
Tout cela à des prix incomparables.

Des moments d'évasion vous attendent durant la belle saison au beau milieu des jardins colorés, du spa à l'ombre d'un palmier et de son vaste chapiteau blanc.
La vocation corporative et l'emplacement stratégique du Le St-Martin en font aussi un lieu de rencontre privilégié pour une clientèle d'affaires.

Venez découvrir un petit coin d'Europe au cœur de Laval.

Accès immédiat et facile à de nombreux restaurants, bistros, cafés, cinémas et boutiques.



1400, Maurice-Gauvin, Laval (Québec) H7S 2P1
Tél. : 450.902.3000 • Téléc. : 450.902.3030
Sans frais : 1-866-904-6835
www.lestmartin.com





BEST WESTERN PLUS
LAVAL - MONTRÉAL

www.bestwesternlavalhotel.com

3655, autoroute des Laurentides
Laval (Québec) H7L 3H7
450 681-9000
1 800 605-5115



Piscine intérieure | **Suites sur deux étages** | **Petit déjeuner inclus**
Salles de réunion | **Internet haute vitesse sans frais** | **Salle d'exercices**
Bar et restaurant | **Service de traiteur** | **Stationnement gratuit**



Vous planifiez un événement?

Nous avons 5 salles pouvant accommoder jusqu'à 150 personnes.

Nous offrons également une gamme de menus variés et personnalisés selon vos besoins.



Tout nouveau, tout beau... Juste pour vous !

Chambres rénovées, confortables et modernes
Hôtel exclusivement non-fumeur
Déjeuner chaud gratuit

BY CHOICE HOTELS

2055, autoroute des Laurentides
Laval (Québec) H7S 1Z6
450 686-0600

lavalcomfortinn.com



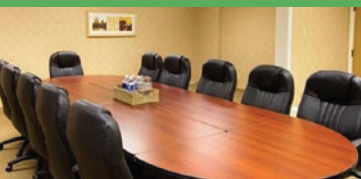
Une exclusivité à Laval Que des suites à prix abordables !

Petit déjeuner continental gratuit
Salle d'exercice
Hôtel exclusivement non-fumeur

BY CHOICE HOTELS

2035, autoroute des Laurentides
Laval (Québec) H7S 1Z6
450 686-6777

lavalqualitysuites.com

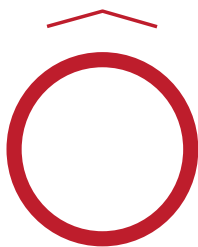


Services offerts dans les deux hôtels :

WiFi gratuit • Stationnement gratuit • À proximité du Carrefour Laval
et des principaux attraits touristiques de la région • Programme de fidélité Choice Privileges

Réservation : 1 . 8 7 7 . 5 7 H Ô T E L

Emmène-moi!



Chambres spacieuses et confortables
Suites somptueuses
Foyer, bain à remous, grande douche vitrée
Réseau Wi-Fi gratuit
Petit déjeuner continental gratuit

M O T E L

S U I T E S

450.669.1725 | 1.877.669.1725
OMOTELETSUITES.COM

1375 boul. des Laurentides, Laval, H7N 4Y5

Votre séjour,
une expérience inoubliable!



Promotion estivale 2015!

CHAMBRE RÉGULIÈRE À PARTIR DE **73\$***

Suite à partir de 129\$* / Petit déjeuner continental, wi-fi et stationnement inclus**

*Prix par nuitée en occupation double, taxes en sus. / **Avec location d'une chambre ou d'une suite pour une nuitée.



4301, boul. Dagenais Ouest, Laval (Québec) H7R 1L3 (1 km à l'ouest de l'aut. 13)
1 888 908-4781 / www.lefabreville.com

le fabreville
CHAMBRES | SUITES



confort style élégance



379, boul. Curé-Labelle
Ste-Rose, Laval (Québec) H7L 3A3

450•625•0773
1•888•533•0773



10195, rue Lajeunesse
Montréal (Québec) H3L 2E3

514•389•8434
1•888•389•8434



Ste-Rose, Laval
24 nouvelles chambres
printemps 2015



TOURISME
LAVAL



www.motelideal.com



Vivez l'expérience d'Olux

INFORMEZ-VOUS SUR NOTRE

FORFAIT
Romantique



Nouvelles chambres de luxe entièrement rénovées à partir de 89\$
(Les taxes et une bouteille de vin ou mousseux incluses)

Réservez dès maintenant !

1354, Boul. Des Laurentides, Laval, Qc, H7N 4Y4

☎ (450) 669-2601

☎ Sans frais 1 855 841-2601

oluxhotels.com

INFORMATION GÉNÉRALE

Renseignements touristiques sur Laval



Tourisme Laval

480, promenade du Centropolis, Laval (Québec)

450 682-5522 1 877 465-2825

tourismelaval.com info@tourismelaval.com



Les lieux d'accueil agréés sont identifiés sur la route ou dans les brochures touristiques par le pictogramme « ? »

Renseignements touristiques pour toutes les régions

Par téléphone : 1 877 BONJOUR (266-5687)

Par courriel : info@bonjourquebec.com

Sur le Web : quebecoriginal.com

Médias sociaux :  [/tourismequebec](https://www.facebook.com/tourismequebec)

 [/tourismequebec](https://twitter.com/tourismequebec) #QuebecOriginal

Au comptoir :

Centres Infotouriste de Montréal, Québec, Rigaud ou Rivière-Beaudette (bureaux permanents offrant divers services et produits touristiques)

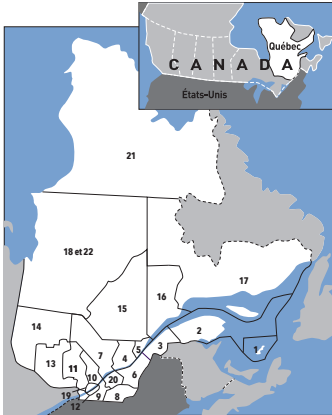
LAVAL



[/experiencelaval](https://www.youtube.com/experiencelaval)

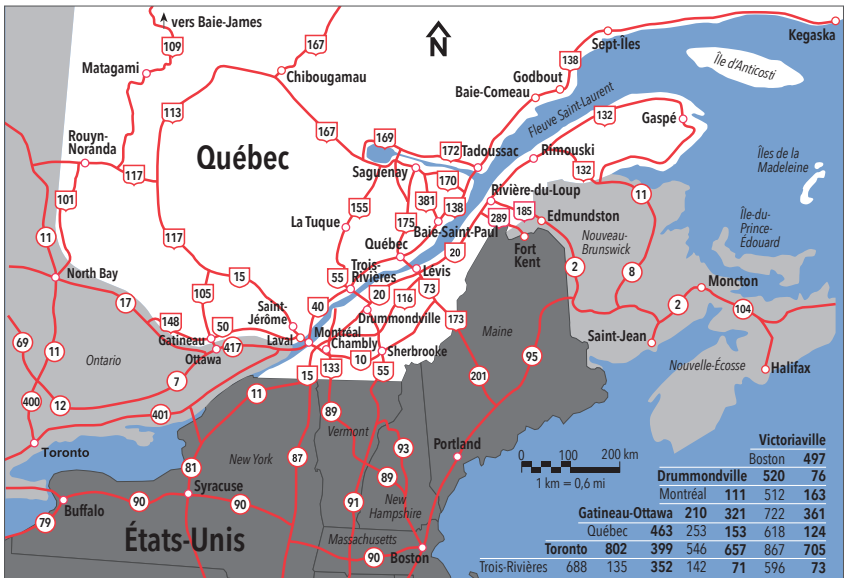
Plein d'affaires à faire

Régions touristiques du Québec



01 Îles-de-la-Madeleine	tourismeilesdelamadeleine.com
02 Gaspésie	tourisme-gaspesie.com
03 Bas-Saint-Laurent	bassaintlaurent.ca
04 Québec	regiondequebec.com
05 Charlevoix	tourisme-charlevoix.com
06 Chaudière-Appalaches	chaudiereappalaches.com
07 Mauricie	tourismemauricie.org
08 Cantons-de-l'Est	cantonsdelest.com
09 Montérégie	tourisme-monteregie.qc.ca
10 Lanaudière	lanaudiere.ca
11 Laurentides	laurentides.com
12 Montréal	tourisme-montreal.org
13 Outaouais	tourismeoutaouais.com
14 Abitibi-Témiscamingue	tourisme-abitibi-temiscamingue.org
15 Saguenay-Lac-Saint-Jean	saguenaylacsaintjean.ca
16 Côte-Nord Manicouagan	tourismecote-nord.com
17 Côte-Nord Duplessis	tourismecote-nord.com
18 Baie-James	tourismebaiejames.com
19 Laval	tourismelaval.com
20 Centre-du-Québec	tourismecentreduquebec.com
21 Nunavik	nunavik-tourism.com
22 Eeyou Istchee	tourismecri.ca

Accès à la région



L'utilisation et le transport des détecteurs de radar sont illégaux au Québec.

tourismelaval.com

Autobus

Autobus Galland

3874, chemin du Souvenir
Laval (Québec) H7V 1Y4
450 687-8666

Autocar Chartrand

1325, montée Masson
Laval (Québec) H7E 4P2
450 661-7140

STL

2250, avenue Francis-Hugues
Laval (Québec) H7S 2C3
450 688-6520

STM

800, rue de la Gauchetière Ouest
Montréal (Québec) H5A 1J6
514 786-4636

Gare d'autocars de Montréal

1717, rue Berri
Montréal (Québec) H2L 4E9
514 842-2281

Orléans Express

740, rue Notre-Dame Ouest, bureau 1000
Montréal (Québec) H3C 3X6
1 888 999-3977

Terminus Montmorency

545, rue Lucien-Paielement
Laval (Québec) H7N 0A5

Terminus Le Carrefour

3000, boulevard le Carrefour
Laval (Québec) H7T 2K9

Avion

Aéroport international Montréal-Trudeau

514 394 7377, 1 800 465-1213

Métro

Station de métro Cartier

5, boulevard Cartier Ouest
Laval (Québec) H7N 0A3

Station de métro Concorde

1200, boulevard de la Concorde Ouest
Laval (Québec)

Station de métro Montmorency

555, rue Lucien-Paielement
Laval (Québec) H7N 0A5

Taxis

Taxi Coop

450 688-8700

Train

Train de banlieue

www.amt.qc.ca
514 287-8726 1 888 702 8726

Traversier

Traverse Laval-sur-le-Lac / Île-Bizard

99, rue Les Érables
Laval (Québec) H7R 1A3
450 627-2526

VOYAGER AU QUÉBEC

Conduire au Québec

Le système métrique étant en vigueur au Canada, les limites de vitesse sont indiquées en kilomètres-heure (km/h) et l'essence est vendue au litre (L).

Cellulaire

L'utilisation d'un téléphone cellulaire tenu en main, c'est-à-dire sans la fonction « mains libres », est interdite au volant.

Pneus d'hiver

Du 15 décembre au 15 mars, tous les taxis et les véhicules de promenade immatriculés au Québec doivent être munis de pneus d'hiver. Cette obligation s'applique aussi aux véhicules de promenade offerts en location au Québec.

Info Transports

Pour connaître l'état du réseau routier, composez 511 ou 1 888 355-0511 ou visitez quebec511.info.

Signalisation touristique

Les panneaux bleus sont la façon, au Québec, d'indiquer le nom d'une région touristique et la direction vers des services, des attraits et des activités.

Renseignements sur panneaubleu.com et tourisme.gouv.qc.ca/signalisation.

Villages-relais

Si vous êtes fatigué ou avez besoin d'assistance, arrêtez-vous dans un village-relais, une municipalité qui offre, avec l'aide de ses commerçants, une diversité de services comparables à ceux des aires de service, dont la restauration, l'essence, le dépannage mécanique et l'hébergement. Ces villages-relais sont situés sur les routes nationales ou touristiques.

Dépôt d'une plainte

Pour déposer une plainte sur une prestation de service touristique au Québec, communiquez par téléphone ou courriel avec :

Ministère du Tourisme du Québec

1 800 463-5009 (Canada et États-Unis)
ou 418 643-5959
plaintes@tourisme.gouv.qc.ca

Pourboires

Dans les restaurants, bars et taxis, il est généralement de mise de laisser un pourboire, non inclus dans l'addition, représentant 15 % du montant de la facture avant taxes. Habituellement, les Québécois additionnent

le montant des deux taxes. Les pourboires au chasseur ou au bagagiste sont à la discrétion du client (en général, 1 \$ par bagage transporté).

Taxes

Au Québec, il existe deux types de taxes : la taxe fédérale sur les produits et services (TPS) de 5 % et la taxe provinciale de vente du Québec (TVQ) de 9,975 %. Une taxe sur l'hébergement de 3 % est aussi en vigueur.

Urgence

Urgence

911, 310-4141 ou *4141 (d'un cellulaire)

Info-Santé

811

Centre antipoison du Québec

1 800 463-5060

Centres hospitaliers

Hôpital de la Cité-de-la-Santé

1755, boulevard René-Laennec
Laval (Québec) H7M 3L9
450 668-1010

CLSC de Sainte-Rose

280, boulevard Roi-du-Nord
Laval (Québec) H7L 4L2
450 622-5110

CLSC du Marigot

1351, boulevard des Laurentides
Laval (Québec) H7M 2Y2
450 668-1803

CLSC du Ruisseau-Papineau

1665, rue du Couvent
Laval (Québec) H7W 3A8
450 687-5690

CLSC des Mille-Îles

4731, boulevard Lévesque Est
Laval (Québec) H7C 1M9
450 661-2572

SYMBOLES ET PICTOGRAMMES

 Accès gratuit à Internet sans fil	 Aventure	 Location d'équipement	 Refuge chauffé
 Aéroport international	 Écotourisme Québec	 Mini-frigo	 Restaurant licencié
 Agrée Bienvenue cyclistes	 Centre de détente	 Motoneige	 Restauration
 Air climatisé	 Cuisine commune	 Pêche	 Route verte
 Aire de pique-nique	 Cuisinette	 Pêche blanche	 Salle de fartage
 Animaux de compagnie acceptés	 Entrée gratuite	 Piscine extérieure	 Ski alpin
 Apportez votre vin	 Entrée payante	 Piscine intérieure	 Ski de randonnée
 Association des jardins du Québec	 Équitation	 Piscine ouverte à l'année	 Terrasse
	 Établissement saisonnier	 Quat	 Vélo
	 Four à micro-ondes	 Randonnée en traineau à chiens	
	 Hôpital	 Randonnée pédestre	
	 Lieu d'accueil permanent	 Raquette	

Accessibilité

Accessibilité aux personnes handicapées

— Kéroul

514 252-3104 keroul.qc.ca

L'accessibilité des établissements est évaluée par Kéroul selon des critères essentiels reconnus par le ministère du Tourisme du Québec. Kéroul offre toute une gamme de renseignements culturels et touristiques pour les personnes à mobilité réduite.

 La personne handicapée peut se déplacer sans aide dans l'établissement concerné.

 La personne handicapée doit être aidée pour ses déplacements dans l'établissement concerné.

Vignette d'accompagnement touristique et de loisir

418 888-5555

 Les établissements qui participent à ce programme permettent la gratuité de l'entrée à l'accompagnateur d'une personne ayant une déficience à des sites touristiques, culturels ou de loisir.

 **laRoute**
Accessible.com

INDEX

A

Accès à la région	73
Action 500 Karting & Paintball ...	27
AéroSim Expérience	5, 24, 29
À la Boîte à Fleurs de Laval	42
Amerispa Sheraton Laval	46
Auberge Chomedey Inn	62
Avion	74
Autobus	74

B

Baseball Town	29
Best Western Plus Laval-Montréal	61, 66
Bois de la Source	34, 39
Bois de l'Équerre	31, 34, 37, 39
Bois Duvernay	39
Bois L'Orée-des-Bois	34, 39
Bois Papineau	34, 39

C

Cabane à sucre Constantin	51
Café AGGA	43
Camp spatial Canada	17
Carrefour Laval	4, 40, 44
Centre de la nature.....	4, 30, 31 , 34, 36, 39
Centre de santé et de beauté.....	46
Centrale de la Rivière- des-Prairies	18, C-4
Centre d'interprétation de l'eau (C.I.EAU)	5, 18, 23
Centre Duvernay	41
Centre Laval	41, 45
Centres hospitaliers	75
Centropolis	29, 38, 40, 59
Charbonneau L'Expert	43
Château Taillefer Lafon	49
Cidrie Les Vergers Lafrance.....	51
Club de curling de Laval-sur-le-Lac	28
Club de Motoneige Laval	37
Club de trampoline Acrosport Barani	28
Club VTT Quad Laval	37
Comfort Inn	62, 67
Conduire au Québec	74
Coueurs de boisés	38
Cosmodôme	4, 10, 17

Coup Sûr !	27
Culture et patrimoine	17
Croisière	32
Cyclotourisme	33

D

D'Arbre en Arbre Mirabel	33
Découvrir la région	3
Dépôt d'une plainte	75
Divertissement	24

E

Econo Lodge Laval	62, 64
Escalade Clip 'n Climb Laval ...	7, 25
Église Saint-François-de-Sales ...	19
Église Sainte-Rose-de-Lima	19
Événements	12
Exposition Vaccins	5

F

Falakolo	42
Festi'Week-ends	15
Ferme L'Auteuilloise	32, 38
Ferme D et M Sauriol	50
Ferme et kiosque Grover	50
Ferme F. Turcot et fils	50
Ferme Marineau	51
Fromagerie du Vieux-Saint-François	49
Funtropolis	25

G

Galerie d'art La Vieille Caserne	20, 23
---	---------------

H

Hilton Montréal/Laval	60, 61
Holiday Inn Laval Montréal ...	61, 63
Hôtel Hampton Inn & Suites ..	61, 64
Hôtel-Motel Idéal Ste-Rose.....	62, 70
Hôtel Sheraton Laval	60, 61
Histoire et patrimoine	23

I

Index	77
Information générale	72
Inspiration	47
iSaute	7, 25

J

Jungle Aventure	26
-----------------------	----

K

Kid Biz	42
---------------	----

L

La mode Rococo	42
Laval a 50 ans !	16
L'Oasis de l'Île	47, 62
La Route Accessible	35
Le Fabreville Motel & Suites ..	62, 69
Le St-Martin Hôtel et Suites ..	61, 65
Les incontournables	4
Les Menus-Plaisirs, Restaurant-Auberge	56, 61

M

Maeva Surf	4, 26
Magasinage	40
Maison des arts de Laval	21
Marc Gibouleau pomiculteur	50
Marché Public 440	41
Marina Venise (Koptair)	31
Métro	74
Musée Armand-Frappier	18
Musée pour enfants	18
Motel idéal	62

N

Nature et plein air	30
Nüva Beauté et spa	46

O

Olux Hôtel Motel & Suites	62, 71
Ô Motel et Suites	62, 68
Orchestre symphonique de Laval	13, 23

P

Paradis des Orchidées	50
Parc Berthiaume- Du-Tremblay	34, 39
Parc de la Rivière- des-Mille-Îles	5, 30, 34, 36, 39
Parc des Prairies	33, 34, 37, 39
Plaisirs d'hiver	36
Pourboires	75
Portrait de la région	8
Putting Edge	27
Promotions	35

Q

Quality Suites Laval	61, 67
Quartier Laval	41, 44

R

Rallye des rivières.....	31
Randonnée pédestre.....	34
Région touristique de Laval	80
Régions touristiques du Québec	73
Réseau des lieux d'accueil et de renseignements touristiques ..	79
Restauration	53
Route du patrimoine de Laval	19

S

Salle Alfred-Pellan	21
Salle André-Mathieu.....	21
Salon de souliers Shu	42
Saveurs régionales	49

Se loger et se restaurer.....	52
Serres Sylvain Cléroux	50
SkyVenture	4, 24, 25
Société de transport de Laval.....	16
Sommaire.....	1
Spa & Hôtel Le Finlandais.....	C-2 , 47, 48 , 62
Spectacles, théâtre et concerts ...	21
Symboles et pictogrammes.....	76

T

Taxes.....	75
Taxis.....	74
Tennis 13.....	28
Tessier dit Lavigne	43
Théâtre Bluff	22
Théâtre Marcellin-Champagnat. .	22
Trousse de voyage	2
Trapèze Le Voltigeur.....	27

Train.....	74
Traversier	74

U

Urgences	75
----------------	----

V

Vieux-Saint-Eustache	20
Vieux-Saint-Martin.....	20
Vieux-Saint-Vincent-de-Paul	20
Vieux-Sainte-Dorothée	20
Vieux-Sainte-Rose.....	5, 19
Virées patrimoniales	22
Visiter et s'amuser	11
Voyager au Québec	74

Z

Zibo !	58
Zoo Ecomuseum	33

Équipe de réalisation**Tourisme Laval****Directrice des communications** : Hélène Vézina**Coordonnateur – Service des communications** :

Maxime Sauvageau

Délégué commercial : Nicolas Fournier**Adjointe administrative – accueil** : Pascale Porlier**Rédaction** :

Jennifer Doré-Dallas

Neko communication

Traduction : Neko communication**Mise à jour cartographique** :

Voyou – Performance créative

Conception graphique, éditique et infographie :

Voyou – Performance créative

Conception de la couverture :

Voyou – Performance créative

Photogravure : Norecob**Impression** : Norecob**Collaboration** :

ATR associées du Québec

Tourisme Québec

Ville de Laval

Ce guide touristique a été réalisé par Tourisme Laval en collaboration avec ses partenaires et le ministère du Tourisme du Québec. Seuls les membres de l'association touristique régionale sont diffusés dans la présente brochure. Les données étaient exactes à l'hiver 2015 et sont sujettes à changement sans préavis. Les oublis ou erreurs involontaires qui pourraient s'y trouver ne sauraient engager la responsabilité de Tourisme Laval. La prochaine édition sera publiée au printemps 2016.

© Ministère du Tourisme du Québec

© Tourisme Laval

Dépôt légal :

– Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2015

– Bibliothèque et Archives Canada, 2015

ISBN 978-3-598-21518-6

ISSN 1495-835X

le **réseau** de lieux **d'accueil** et de renseignements **touristiques**

ÉVÉNEMENTS

CULTURE

NATURE

SAVEURS RÉGIONALES

RESTAURATION

HÉBERGEMENT

Vous y trouverez

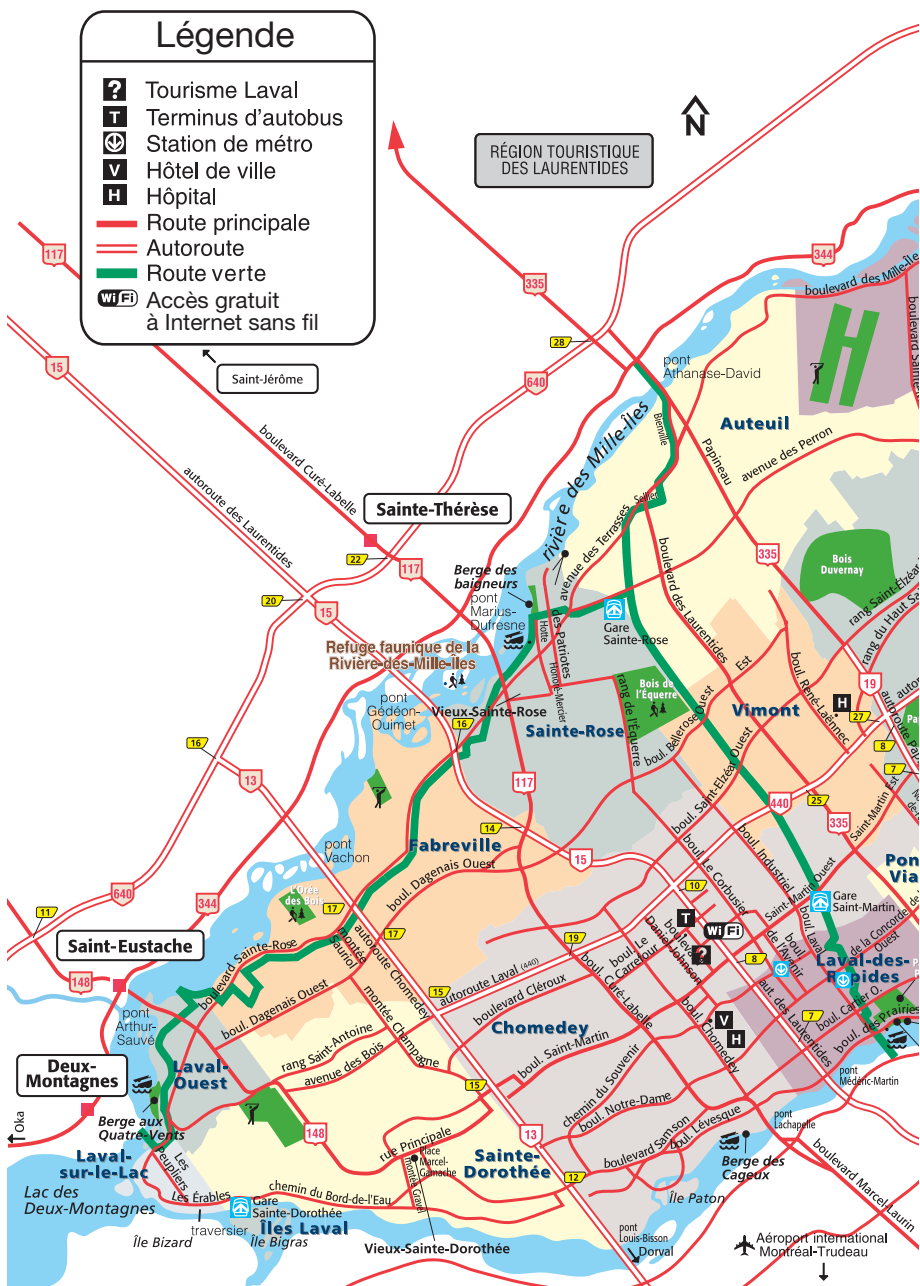
- Un service personnalisé avec du personnel qualifié
- Les guides touristiques officiels des régions du Québec
- Des propositions d'itinéraires
- De l'information complète sur les attraits, les événements et l'hébergement

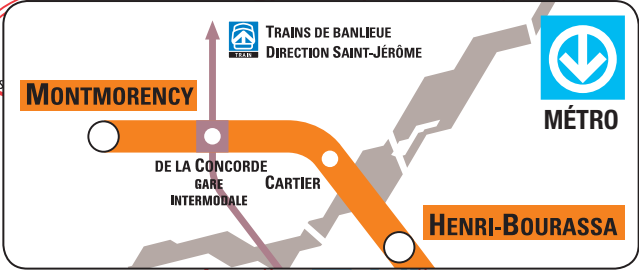
Tout pour planifier votre séjour !



Consultez la liste de nos lieux d'accueil
à la page 72 ou repérez-nous sur la route :









Centrale de la Rivière-des-Prairies

UN SPECTACLE GRANDIOSE

Pendant tout l'été, Hydro-Québec vous ouvre ses portes et vous offre des visites guidées remplies de découvertes et d'émerveillement. À la centrale de la Rivière-des-Prairies, suivez les guides-animateurs à travers les ouvrages grandioses qui servent à produire l'électricité. C'est instructif et amusant et c'est gratuit!

