

Accent

LE JOURNAL

AVRIL 2024



MOULIN FLEMING 3

Travaux de restauration

JOURNAL ACCENT DE MAI 2024 3

Disponible virtuellement uniquement

RÉPERTOIRE DES ACTIVITÉS 6-12

Programmation printanière

montreal.ca/lasalle



311

 LaSalle
Montréal 



Nancy Blanchet
Mairesse

Une dose de bonnes nouvelles

LaSalle a franchi la barre des 90 000 habitants, selon l'estimation officielle de l'Institut de la statistique du Québec, pour atteindre 90 975 personnes. Un important jalon du développement humain, soit une croissance de 9,7 % sur un an, la 2^e plus importante des 19 arrondissements de Montréal, après Ville-Marie.

Il s'agit d'une preuve éloquente de la grande attractivité de LaSalle comme milieu de vie, du succès des projets immobiliers qui permettent d'accueillir des centaines de nouvelles familles, et de la pertinence de développer le transport collectif sur notre territoire.

Dans le même ordre d'idée, lors du conseil d'arrondissement du 4 mars dernier, les élu(e)s ont adopté le mémoire soumis à l'Autorité régionale de transport métropolitain (ARTM), dans le cadre de sa consultation publique sur les propositions de transport collectif structurant pour le grand Sud-Ouest de Montréal, tenue du 16 janvier au 11 février 2024.

Je tiens à rappeler que les membres du conseil sont ravis de constater que les six tracés étudiés par l'ARTM ont en commun de passer par LaSalle. Ces tracés sont le résultat de plusieurs années d'efforts pour convaincre les autorités responsables de la nécessité d'un transport collectif structurant sur notre territoire.

En terminant, je salue au passage tous ceux et celles qui ont fait entendre leur voix à cette grande étape de consultation. Demeurez aux aguets; vous pourrez de nouveau vous exprimer lorsque l'ARTM mènera sa prochaine consultation, dans quelques mois, sur le tracé et le mode optimaux qu'elle va proposer. Agir ensemble permet d'amplifier les efforts pour une mobilité urbaine durable.

Nancy Blanchet, mairesse

... District ... Sault-Saint-Louis



Richard Deschamps
Conseiller de la Ville

... District ... Cecil-P.-Newman



Laura Palestini
Conseillère de la Ville



Daniela Romano
Conseillère d'arrondissement



Michel Noël
Conseiller d'arrondissement



Benoit Auger
Conseiller d'arrondissement



Josée Troilo
Conseillère d'arrondissement



Moulin Fleming Entre histoire et avenir : le renouveau de l'emblème de LaSalle

Cet été, le moulin Fleming, immeuble classé patrimonial, connaîtra une transformation majeure après avoir été endommagé par les fortes rafales de vent de 2019. Les travaux prévus d'avril à septembre 2024 impliqueront la restauration complète du parement de maçonnerie de pierre, des planches verticales, de la galerie, des portes et fenêtres, ainsi que la reconstitution des pales et de l'arbre moteur avec renforts métalliques.

L'objectif de ces travaux de restauration est de préserver l'authenticité de ce moulin de type anglo-saxon, construit en 1827, emblème de l'arrondissement depuis 1982. Ces travaux sont financés en proportions sensiblement égales par le ministère des Affaires culturelles et des Communications, par la Ville de Montréal et par l'arrondissement de LaSalle.

Bulletin Accent de mai 2024 : en version numérique seulement

.....

Pour favoriser la transition écologique et réduire les coûts d'impression et de distribution, l'arrondissement vous prépare, pour une deuxième année consécutive, son édition de mai en version numérique seulement.

Ce qui veut dire concrètement qu'aucun exemplaire de ce numéro ne sera imprimé et aucune distribution porte à porte ne sera effectuée. Le numéro sera donc uniquement disponible sur montreal.ca/lasalle à compter du 1^{er} mai 2024.

Les prochaines parutions (juin, octobre et décembre) seront quant à elles imprimées et distribuées dans tous les foyers de LaSalle.



Poste de quartier 13 Opération piétons et cyclistes

.....

Saviez-vous que tout comme les automobilistes, les piéton(ne)s et les cyclistes doivent aussi respecter le Code de sécurité routière. Avec l'arrivée du beau temps, les policier(ère)s du poste de quartier 13 tiendront des opérations pour les piéton(ne)s et cyclistes à divers endroits sur le territoire. Les opérations se dérouleront des mois d'avril à août.

Pour connaître les lois et les règlements, consultez le site de la Société de l'assurance automobile du Québec :
saaq.gouv.qc.ca/securite-routiere.



Avril et mai riment avec propreté

.....

Ménage du printemps

À LaSalle, les mois d'avril et de mai correspondent à cette période de l'année où les effectifs de la Direction des travaux publics sont mis à contribution afin de refaire une beauté à l'arrondissement en prévision de la saison estivale qui arrive à grands pas. Au menu : faire disparaître les saletés accumulées au cours de l'hiver sur les 358 km de trottoirs, les 187 km de rues, en plus des 40 parcs et espaces verts de l'arrondissement.



Un travail colossal qui s'effectue par les tâches suivantes :

- Le lavage des trottoirs;
- Le balayage des rues et des pistes cyclables;
- Le nettoyage des parcs et espaces verts;
- Le colmatage des nids-de-poule;
- Le démantèlement des bandes de patinoires et l'installation des accessoires de jeux dans les parcs;
- et l'installation du mobilier urbain.

Stationnement sur rue

Pour permettre à nos employé(e)s de travailler rapidement et efficacement pour vous, merci de respecter, à compter du 16 avril 2024, les interdictions de stationnement (1/2 journée par semaine) situées au haut des panneaux de signalisation.

Pour toute question, n'hésitez pas à communiquer avec Info-stationnement en composant le numéro indiqué sur ces derniers.

Chiens

Un arrondissement propre, c'est l'affaire de l'ensemble de la population. Posséder un chien amène de grandes joies, mais également des responsabilités :

- Dans les lieux publics, les chiens doivent toujours être tenus en laisse. Il est interdit de les laisser gambader librement, sauf dans les parcs à chiens prévus à cet effet.
- Lors d'une promenade, n'oubliez pas les indispensables « petits sacs », car des excréments laissés sur la voie publique sont une infraction à notre Règlement sur l'encadrement des animaux domestiques.

Merci de votre précieuse collaboration à faire de LaSalle un arrondissement propre où il fait bon vivre!

Activités vertes

.....

Corvée de nettoyage

Le **samedi 4 mai 2024, de 8 h à 12 h**, joignez-vous aux membres du conseil d'arrondissement en participant à la corvée de nettoyage, organisée par l'arrondissement en collaboration avec Héritage Laurentien, l'Éco-quartier LaSalle et la Brasserie Labatt du Canada. Plus de 6,5 km de berges seront également nettoyés.

- **Inscription requise dès le 8 avril 2024 :**
montreal.ca/lasalle

- **Départ en autobus : mairie d'arrondissement** (55, av. Dupras)

Une paire de gants et des sacs seront remis aux participant(e)s. Un petit-déjeuner et une collation seront également offerts gratuitement aux participant(e)s inscrit(e)s.

Distribution de compost et de copeaux de bois

Le **samedi 11 mai 2024, 8 h 30 à 15 h** (jusqu'à épuisement des stocks), apportez une pelle et des contenants solides (bacs à fleurs, seaux, etc.) pour récupérer du compost et des copeaux de bois en vue de votre jardinage printanier. Le compost est limité à l'équivalent de deux bacs de rangement (quantité limitée). Des plantes vivaces seront offertes, en quantité limitée.

- **Aucune inscription requise. Une preuve d'adresse valide sera exigée.**
- **Lieu : stationnement des ateliers municipaux André-Traversy (7277, rue Cordner)**

Éco-quartier LaSalle

Programme d'échange de pommes de douche

.....

Consommer l'eau potable de façon plus responsable passe par de petits gestes.

Saviez-vous qu'il est possible d'échanger gratuitement votre vieille pomme de douche contre une nouvelle? Ce simple geste vous permettra d'économiser près de 10 000 litres d'eau chaude par année et de réduire aussi votre facture d'électricité.

Prenez rendez-vous avec l'Éco-quartier LaSalle :

514 367-6000, poste 6500 ou par courriel à info@ecolasalle.org

Assurez-vous d'avoir en main :

- Votre vieille pomme de douche
- Une preuve de résidence avec adresse et code postal



Budget participatif 2024 de LaSalle – La suite

.....

La collecte des idées s'est terminée le 1^{er} mars dernier et 145 idées ont été reçues. Merci aux LaSallois(e)s ayant participé en si grand nombre. Nous sommes plus qu'heureux de constater que les citoyen(ne)s demeurent au rendez-vous pour cette troisième édition.

Sous le thème « Un milieu de vie à l'image de vos aspirations » le processus de budget participatif vise à :

- Initier la population à la vie démocratique municipale;
- Impliquer les citoyen(e)s dans l'amélioration de leur milieu de vie en faisant appel à leur expertise et à leur créativité;
- Favoriser la cohésion sociale et le sentiment d'appartenance au milieu de vie.

Prochaines étapes

- **Mars à mi-avril 2024** : Tri préliminaire et analyse de recevabilité des idées déposées.
- **Mai 2024** : Phase projets : ateliers de priorisation des idées et de développement de projets.
- **Juin à septembre 2024** : Analyse de faisabilité technique, réglementaire et financière des projets et atelier de bonification des projets.
- **Octobre 2024** : Dévoilement des projets soumis au vote et période de vote.
- **2 décembre 2024** : Résolution du conseil d'arrondissement énonçant publiquement les projets à réaliser.
- **2025 à 2026** : La mise en œuvre des projets par l'arrondissement et le suivi de leur réalisation se déroulera sur une période de deux ans.

Tous les détails sur : realisonsmtl.ca/bplasalle2024

Bibliothèque L'Octogone Section jeunesse : comment s'amuser tout en respectant le code de conduite?

.....

Afin de maintenir une ambiance accueillante et agréable, le personnel de la bibliothèque tient à rappeler aux usager(ère)s de la section jeunesse que certaines consignes doivent être respectées en tout temps et en toute circonstance.

Merci de sensibiliser vos enfants à :

- Utiliser adéquatement le mobilier et les équipements;
- Se déplacer calmement, sans courir;
- Respecter les directives du personnel;
- S'exprimer calmement, en évitant les cris.



En respectant ces consignes, nous contribuons toutes et tous à rendre la bibliothèque plus agréable pour chacun(e). Pour plus d'informations sur le Code de conduite des usagers des Bibliothèques de Montréal, vous pouvez visiter bibliomontreal.com.

Bibliothèque L'Octogone Remise de la boîte *Bienvenue bébé* au premier bébé laSallois de 2024

.....

En compagnie de sa mère et de sa sœur, le petit Rajdev, premier bébé laSallois de l'année né à l'Hôpital de LaSalle, s'est fait remettre officiellement par la mairesse, Nancy Blanchet, en février dernier la boîte Bienvenue bébé.

Cette boîte, offerte entre autres à L'Octogone, est remplie d'une douzaine d'objets pratiques, divertissants et éducatifs.

Consultez les conditions d'admissibilités et les preuves à fournir pour obtenir une boîte sur montreal.ca.



CAMPS DE JOUR 2024

Association de football mineur de LaSalle

Flag football sans contact (8 à 14 ans)

Du 3 juillet au 18 août 2024

Coût :

- 225 \$/semaine (210 \$ avant le 15 avril 2024)
- Service de garde : 50 \$/semaine

Inscriptions et renseignements : 514 862-2407
apeterkin@videotron.ca

Association de soccer mineur de LaSalle

Camp régulier (5 à 13 ans, incluant les jeunes présentant des limitations fonctionnelles)

Parc Riverside

Du 24 juin au 16 août 2024

Coût :

- 220 \$/semaine (avant le 31 mai 2024) ou 240\$/semaine (après le 1^{er} juin 2024) - rabais applicable pour plusieurs enfants d'une même famille
- Service de garde : 30 \$/semaine
- Tarif réduit pour les jeunes admissibles au programme « Inclusion de jeunes issus de familles nouvellement immigrées et/ou défavorisées »

Inscriptions et renseignements : lasallesoccer.ca
info@lasallesoccer.com

Centre multiculturel de ressources de LaSalle

Le camp de la D-I-V-E-R-S-I-T-É offre des activités éducatives, artistiques et culturelles aux enfants de 6 à 13 ans.

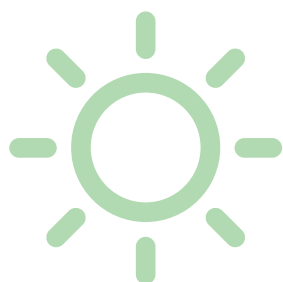
Du 24 juin au 16 août 2024

Lundi au vendredi - 9 h à 15 h (service de garde offert)

Coût :

- Coût d'inscription abordable (consulter l'organisme)
- Subventions financières disponibles au besoin

Inscriptions et renseignements : 514 367-3383
lmrc_community@hotmail.com / lmrccenter.org



Club Jeune Aire

2 options : Sports et plein air • Arts et cuisine

5 à 12 ans (peut accueillir des enfants à besoins particuliers)

Les enfants de 5 ans doivent avoir complété leur maternelle.

Du 25 juin au 16 août 2024

Coût :

- 220 \$/semaine (9 h à 16 h) - chandail et sortie inclus
- Service de garde : 18 \$/sem. (matin) 18 \$/sem. (soir)

Inscriptions et renseignements : inscriptions en ligne au clubjeuneaire.com / 514 367-6539 / admin@clubjeuneaire.com

Corporation l'Espoir

S'adressant aux personnes de 12 ans et plus présentant une déficience intellectuelle de légère à sévère et/ou trouble du spectre de l'autisme avec ou sans limitations physiques.

Du 2 juillet au 8 août 2024

Lundi au jeudi - 9 h à 16 h / service de garde - 8 h à 9 h et de 16 h à 17 h (non offert au camp ados et adultes autonomes)

Coût :

- 200 \$/semaine

Inscriptions et renseignements : info@corporationespoir.org

Héritage Laurentien

6 à 15 ans

Du 26 juin au 18 août 2024

Coût :

- 170 \$ à 210 \$/semaine
- Service de garde : 38 \$ à 70 \$/semaine

Inscriptions et renseignements : 514 210-2776

heritagelaurentien.org / campsdejour@heritagelaurentien.org

Leaders Basketball

8 à 15 ans (tous les niveaux)

Nouvelle école secondaire de LaSalle

Du 1^{er} juillet au 9 août 2024 (9 h – 16 h)

Coût :

- 125 \$ par semaine (membres actuels et résidents de LaSalle) et 150 \$ par semaine (non-résidents). Inclus un jersey réversible de pratique et un t-shirt.
- Service de garde : 15 \$/jour ou 60 \$/semaine

Inscriptions et renseignements : leadersbasketball.com

BIBLIOTHÈQUE L'OCTOGONE

1080, avenue Dollard, H8N 2T9 • 514 367-6376

Horaire

Lundi au jeudi : 10 h à 21 h • Vendredi au dimanche : 10 h à 17 h

Renseignements et programmation : montreal.ca/lasalle

f @BibliothequeLOctogone @ bibliotheque_octogone

Activités jeunesse

Raconte-moi la science

3 à 5 ans (Activité parent-enfant)

Dimanche 7 avril et 5 mai 2024 à 10 h 30 / 14 h 30 (60 min.)

Inscription requise*

Heure du conte (en français)

3 à 5 ans (activité parent-enfant)

Lundi, du 8 avril au 13 mai 2024, à 10 h 30 (60 min.)

Entrée libre, aucune inscription requise.

Dimanches racontés

3 à 7 ans (activité parent-enfant)

Dimanche 21 avril et 19 mai 2024 à 14 h 30 (60 min.)

Entrée libre, aucune inscription requise.

Ouache! C'est dégueulasse!

6 à 13 ans

Samedi 13 avril 2024 à 14 h 30 (60 min.)

Inscription requise*

On s'amuse après l'école : place aux jeux!

Activité familiale libre (les enfants de 7 ans et moins doivent être accompagnés)

Jeudi 18 avril 2024 à 16 h (90 min.)

Entrée libre, aucune inscription requise.

À vos crayons

3 à 7 ans (activité parent-enfant)

Activité familiale libre (les enfants de 7 ans et moins doivent être accompagnés)

Samedi 4 mai 2024 à 14 h 30 (90 min.)

Entrée libre, aucune inscription requise.

Le combat des mangas

8 à 13 ans

Samedi 11 mai 2024 à 14 h 30 (60 min.)

Inscription requise*

On s'amuse après l'école : film jeunesse à la bibliothèque

Activité familiale libre (les enfants de 7 ans et moins doivent être accompagnés)

Jeudi 16 mai 2024 à 16 h 15 (90 min.)

Entrée libre, aucune inscription requise.

Créatures et caricatures

7 à 13 ans

Samedi 25 mai 2024 à 14 h 30 (60 min.)

Inscription requise*

Club de lecture d'été TD

3 à 13 ans

Inscription à partir du samedi 8 juin 2024.

La carte de bibliothèque valide de l'enfant est requise.

* Inscription en personne au comptoir jeunesse ou au 514 367-6379. La carte de bibliothèque valide de l'enfant requise.

Activités pour ados

Club de lecture ados estival

13 à 17 ans

Inscription à partir du samedi 8 juin 2024.*

Du jeu vidéo à la bande dessinée

12 à 17 ans

Dimanche 7 avril 2024 à 14 h (60 min.)

Inscription requise*

Atelier Yonkoma-Otaku

13 à 17 ans

Lundi 13 mai 2024 à 16 h 30 (90 min.)

Inscription requise*

Découverte du yoga flow parent-ados

12 ans et plus

Dimanche 19 mai 2024 à 11 h (60 min.)

Inscription requise*

*Une carte de bibliothèque valide est requise.

Activités pour adultes

Lancement du nouveau livre de Lula Carballo

Samedi 6 avril 2024 à 14 h 30 (90 min.)

Inscription : 514 367-6384

Saveurs de livres – Cercle de lecture

Mercredi 10 avril et 22 mai 2024 à 19 h (90 min.)

Inscription : 514 367-6384

Samedi de jeux de société pour adultes

Samedi 20 avril 2024 à 10 h 30 (90 min.)

Aucune inscription requise

Rencontre d'auteure avec Felicia Mihali

Samedi 20 avril 2024 à 14 h 30 (90 min.)

Inscription : 514 367-6384

BIBLIOTHÈQUE L'OCTOGONE

Atelier de préparation au test de la citoyenneté - Muhieddine Fakhreddine

Dimanche 21 avril 2024 à 14 h (120 min.)
Inscription : 514-367-6384

Samedi de jeux de société pour adultes

Samedi 18 mai 2024 à 10 h 30 (90 min.)
Aucune inscription requise

Nouveau service : Grainothèque de L'Octogone

Le service en continu au courant de l'été 2024



ACTIVITÉS CULTURELLES

Association des artistes de LaSalle

Conférence/rencontre avec Violette Dionne, sculpeure céramiste :

Mardi 2 avril 2024, 19 h

Mairie d'arrondissement (55, avenue Dupras, local 402)

Coût : gratuit (membre) et 5 \$ (non-membre)

Conférence/rencontre avec Isabelle Langevin, artiste peintre :

Samedi 20 avril 2024, 14 h à 16 h

Galerie Les Trois C (7644, rue Édouard)

Coût : gratuit (membre) et 5 \$ (non-membre)

Conférence/rencontre avec Sarah Galarneau :

Le jardin du futur (art imprimé)

Mardi 21 mai 2024, 19 h

Mairie d'arrondissement (55, avenue Dupras, local 402)

Coût : gratuit (membre) et 5 \$ (non-membre)

L'Avant-Scène

Théâtre du Grand Sault (7644, rue Édouard)

Ateliers de lecture de pièces de théâtre

6, 7 et 8 mai 2024, de 19 h à 21 h 30

Coût : gratuit

Ateliers-conférences par des professionnel(le)s

Jeu 9 mai 2024, de 19 h à 21 h 30 et samedi 11 mai,
de 10 h à 16 h

Coût : gratuit (membre) et 10 \$ ou 15 \$ (non-membre)

Société historique Cavalier de LaSalle

Théâtre du Grand Sault (7644, rue Édouard)

Conférence de Sébastien Vincent, historien et enseignant en histoire : Les Canadiennes et la guerre (deuxième Guerre mondiale)

Mardi 28 mai 2024 à 19 h 30

Coût : gratuit (membre) et 5 \$ (non-membre)

Centre culturel et communautaire Henri-Lemieux

7644, rue Édouard

Activités pour enfants et adolescent(e)s

- Arts : dessin, peinture (débutant et intermédiaire), théâtre
- Boxe anglaise
- Danses : créative, jazz, préballet
- Informatique
- Langues : anglais, espagnol, français langue seconde
- Ateliers scientifiques, sensoriels et thématiques

Activités pour adultes

- Arts : dessin, peinture chinoise, scrapbooking
- Bien-être : taïchi, yoga
- Danses : baladi, bachata, chinoise, jazz
- Langues : anglais, espagnol, français langue seconde, italien
- Mise en forme : boxe anglaise, cardio tonus, Tabata, Zumba
- Ateliers : décoration de gâteaux, horticulture, macramé

Activités familiales

Bricolage, jeux de société, yoga (parents-bébés, parents-enfants) et Zumba (parents-enfants).

Informatique et nouvelles technologies

Suite Office par Microsoft (Excel, PowerPoint, Word)

Ateliers : applications mobiles utiles, boîte courriel, cybersécurité, *drive* et *cloud*, introduction aux réseaux sociaux, initiation à la vidéoconférence et utilisation efficace du clavier

Renseignement et inscription : ccchl.ca / 514 367-5000

Rendez-vous culturels de LaSalle

Théâtre du Grand Sault (7644, rue Édouard)

Conférence de Soeur Angèle sur la Fondation Soeur Angèle qui offre des services aux jeunes afin de les accompagner vers la réussite en cuisine

Lundi 15 avril 2024 à 13 h 30

Conférence L'amour et flirt au Québec au temps des petits romans populaires de 1940-1960 de Jean-Philippe Warren

Lundi 27 mai 2024 à 13 h 30

Coût : 5 \$ (membre) et 10 \$ (non-membre)

ACTIVITÉS SPORTIVES

Athlétisme (Les Kilomaitres LaSalle)

Pearson Adult and Career Center (8310, rue George) ou piste Fritz-Prévost au parc Riverside

Sprint, haies, demi-fond, sauts, lancers. (6 ans et +)

- Initiation U12 : lundi et mercredi, 17 h ou 18 h
- Récréatif (12 ans et plus) : lundi et mercredi, 18 h à 19 h 30
- Compétitif : 3-4 fois/semaine

Rens. : 514 442-7403 / info@kilomaitreslasalle.com
kilomaitreslasalle.com

Boxe (Club de boxe de LaSalle)

7427, boul. Newman

- Cours récréatif pour adultes (18 ans et plus) : lundi et mercredi à 18 h
- Cours récréatif pour jeunes (12 à 17 ans) : mardi et jeudi à 18 h

Les parents sont aussi les bienvenus pour s'entraîner avec leur jeune.

Saison : dès maintenant jusqu'au 27 juin 2024

Rens. : 514 647-3074 / info@boxelasalle.com

Balles (location de terrain)

Terrains des parcs Ouellette et Leroux

Début de la saison : 22 mai 2024

Réservation dès maintenant : lsreservations@montreal.ca

Baseball (Ligue mineure de baseball LaSalle)

Inscription en cours

Rens. : 514 451-1719 (Milton Lopez) / baseballmbl@gmail.com
facebook.com/BaseballMineurLaSalle

Basketball (Leaders de LaSalle)

Activités compétitives et récréatives pour les 8 à 17 ans

Rens. : leadersbasketball@gmail.com / leadersbasketball.com

Course à pied et marche (Les Kilomaitres LaSalle)

Pearson Adult and Career Center (8310, rue George) ou piste Fritz-Prévost (parc Riverside)

Entraînements et programmes de course à pied et de marche offerts par des entraîneur(euse)s qualifié(s).

Lundi et mercredi, 18 h 30 à 20 h 30

235 \$/annuel ou 105 \$/saisonnier

Rens. : kilomaitresdelasalle@gmail.com ou 514 769-8443
kilomaitreslasalle.com

Flag Football (sans contact) (Association de football mineur de LaSalle)

Pour les garçons et les filles né(e)s entre 2007 et 2016

Période d'inscription : jusqu'au 25 avril 2024

Saison : 7 mai au 18 juin 2024

Inscription et rens. : 514 862-2407

Football avec contact (Association de football mineur de LaSalle)

Pour les garçons et les filles né(e)s entre 2007 et 2019

Période d'inscription : jusqu'au 30 septembre 2024

Inscription et rens. : 514 862-2407 / 514 444-7435

lasallefootball.org / @lasallewarriorsfootball (Facebook)

Gymnastique artistique et trampoline (Club Jeune Aire)

7427, boul. Newman

Filles et garçons à partir de 18 mois

Inscription en ligne et sur place pour les membres dès maintenant et pour tous à partir du 7 avril 2024.

Rens. : 514 367-6539 / clubjeuneaire.com

Kayak (Eau Vive LaSalle)

Complexe aquatique Michel-Leduc (1411, rue Lapierre)

Cours de kayak en piscine et en eau vive, débutants à avancés. Cours de sécurité et de sauvetage en rivière pour jeunes et adultes.

Cours offerts ce printemps (jusqu'à la mi-juin) :

- Initiation au kayak en piscine : samedi de 16 h à 17 h
- Cours débutant de kayak en piscine : dimanche de 17 h à 18 h 30
- Cours avancé de kayak style libre : dimanche de 18 h 30 à 20 h

Renseignements et réservations : info@eauvivelasalle.ca

Natation (Club de natation CALAC)

Cours de natation : cours@calac.ca

Volet compétition : info@calac.ca

Rens. : 514 367-6473 / calac.ca

Natation (piscine Riverside)

625, 35^e Avenue

Piscine semi-privée; activités réservées aux membres

Cours de natation, aquaforme, compétition (ALPS) et activités thématiques

Piscine ouverte au public de 13 h à 19 h

@piscineriversidepool (Facebook)

piscineriversidepool@gmail.com

Rugby (Association de rugby Montreal Wanderers RFC)

Pour les garçons et filles (junior et senior)

montrealwanderersrfc@gmail.com / 514-966-5779

montrealwanderers.ca

@montrealwanderers (Facebook)

ACTIVITÉS SPORTIVES

Soccer mineur (Ligue de soccer mineur de LaSalle)

Micro soccer : garçons et filles né(e)s entre 2016-2020

2 activités par semaine

Parc Raymond

Soccer récréatif et compétitif : garçons et filles né(e)s entre 2006-2011

1-2 parties par semaine

Terrains de soccer de LaSalle (parfois à l'extérieur de LaSalle)

Centre de Développement de Club (CDC) 1 : garçons et filles né(e)s entre 2012- 2015

2 activités par semaine + une partie la fin de semaine

Pratiques au parc Riverside, parties au parc Raymond (mini)

Centre de Développement de Club (CDC) 2 : garçons né(e)s entre 2012-2015

1 ou 2 parties par semaine + une pratique par semaine

Pratiques au parc Riverside, parties au parc Dollier-De Casson

Ligue de Développement Provinciale (LDP) : garçons et filles né(e)s entre 2007-2010

Ligue senior : hommes et femmes né(e)s en 2005 ou avant

1 ou 2 parties par semaine

Terrains de soccer à LaSalle (certaines parties à l'extérieur de LaSalle)

Division AA, A et locale

Cours pour devenir arbitre : l'association est à la recherche d'arbitres pour la saison estivale.

Être né(e) avant 2009

Connaissance du soccer et vouloir relever de nouveaux défis

Rens. : info@lasallesoccer.ca / lasallesoccer.ca
dref@lasallesoccer.ca (arbitres)

Soccer senior (Association de soccer senior de LaSalle)

6 mai au 30 septembre 2024

Tous les lundis au parc Riverside

asslsoccer@hotmail.com / asslsoccer.org

Tennis (Centre de tennis Cavelier)

330, 80^e Avenue

Cours offerts enfants et adultes

Inscriptions

- Session printemps : à partir du 27 avril 2024 à 9 h

- Session été : à partir du 1^{er} juin 2024 à 9 h

Inscriptions en ligne, en tout temps, sur loisirs.montreal.ca ou en personne les samedis de 9 h à 12 h et les jeudis de 18 h à 20 h.

Faites vite, les places sont limitées!

Tennis (Circuit de tennis)

330, 80^e Avenue

Ligue pour adultes

Début de la saison : 29 avril 2024

Préinscription en ligne à partir du lundi 8 avril 2024 : tennislasalle.ca

Inscription en personne : lundi 22 avril 2024 de 18 h à 20 h

Rens. : circuit.tennis.lasalle@gmail.com / tennislasalle.ca

Tennis (Club de tennis LaSalle)

Parc Hébert (surfaces de terre battue)

Début de la saison : mai 2024

Inscription et rens. : clubdetennislasalle68e@gmail.com

Triathlon (Club Élite Triathlon)

Entraînements de groupe (nage, vélo et course à pied)

Sportif(ive)s amateur(trice)s ou confirmé(e)s de tout âge

Conciliation entraînements / famille

Rens. : clubelitetriathlon@gmail.com / clubelitetriathlon.ca

AQUADÔME

Complexe aquatique Michel-Leduc

1411, rue Lapierre

514 367-6460 • inscriptionsaquadome.ca

Le Complexe aquatique Michel-Leduc est à nouveau ouvert depuis le 4 mars 2024. Pour connaître l'horaire des bains libres ou pour s'inscrire à des activités aquatiques, consultez le inscriptionsaquadome.ca.

Prix d'entrée

Prix réduit avec la carte Accès-services LaSalle. Procurez-vous votre carte à la bibliothèque L'Octogone.

Important

Un baigneur peut se présenter seul à la piscine s'il a 8 ans et plus et respecte la grandeur minimale indiquée à l'entrée, soit 1,32 m (bassin récréatif) ou 1,40 m (bassin 25 m). Si l'enfant n'a pas la grandeur minimale requise, il peut tout de même accéder à la piscine sans être accompagné s'il respecte les critères de base suivants : savoir nager, respecter les consignes, s'orienter sur le site et se rendre seul à la toilette. Les enfants doivent mesurer au minimum 1,22 m pour utiliser la grande glissoire.

ACTIVITÉS COMMUNAUTAIRES ET DE LOISIRS

AIR-SOM Centre Prisme

414, avenue Lafleur

- Cours de français à temps partiel
- Séances d'information
- Ateliers et échanges
- Journées thématiques et spéciales
- Clubs (hommes, femmes et enfants)
- Sorties
- École et causeries pour les parents

Renseignements et inscriptions : info@airsomprisme.org
airsomprisme.org

Association chinoise de méditation, de santé et de joie

Taïchi et de Qigong

Début avril à la mi-juin 2024

- Mardi et vendredi de 9 h 30 à 11 h 30 au Carrefour récréatif et communautaire de LaSalle (8700, rue Hardy)
- Samedi de 9 h à 11 h 30 à l'école Allion Elementary School (140, 9^e Avenue)

Renseignements : info@taichidancelasalle.org

Centre du Vieux Moulin de LaSalle

7644, rue Édouard, bureau 210 (angle 4^e Avenue)

Services et activités :

- Transport accompagnement médical
- Programme PAIR (appels de sécurité et rappels médicament)
- Transport Moulin Bus (épicerie et socialisation)
- Ligne infournisseurs
- Popote roulante (repas à domicile)
- Repas congelés, desserts et produits dérivés
- Café des aînés (repas maison et collations sur place)
- Intervention de milieu
- Groupes de socialisation et de soutien
- Cours liés aux bien-être des personnes
- Ateliers créatifs et activités sociales

Renseignements : 514 364-1541 / cvmlasalle.org /
reception@cvmlasalle.org

Centre LaSalle D&D 50+

Activités offertes en anglais les mardis, mercredis et vendredis, entre 9 h et 15 h

Membres âgés de 50 ans et plus

Yoga sur chaise, aérobic sans impact avec petits poids, peinture, ateliers créatifs, activités de socialisation, jeux et bingo

Renseignements : 438 872-8819

Club d'âge d'or Ste-Catherine-Labouré

Pétanque : lundi au vendredi en soirée, de juin à octobre

Coût : 8 \$/saison (membre) ou 1 \$/soir (non-membre)

Renseignements : lisemcroteau@gmail.com

Centre multiculturel de ressources de LaSalle

410, avenue Lafleur, suite 11

C-DREAM Programme hebdomadaire de leadership et d'engagement social (7 à 13 ans)

Vendredi du mois de juin de 18 h 15 à 20 h 15

École Elementary Senior (1555, rue Rancourt)

Let-Go De-Stress Danse : thérapie hebdomadaire et ateliers de santé mentale avec des professionnels (10-100 ans)

Mercredi de 18 h 30 à 19 h 30

Carrefour récréatif et communautaire de LaSalle (8700, rue Hardy)

Coût : 5 \$ par classe

Clinique pro bono : information juridique sur le droit de l'immigrant et le droit administratif (Sur rendez-vous)

Offert par les étudiant(e)s de la Faculté de droit de l'Université McGill

Lundi à 17 h ou vendredi à 15 h

Renseignements : 514 367-3383 / 438 390-7893

lmrc_community@hotmail.com / lmrccenter.org

Club Margherite d'Oro

Activités de loisirs, sorties, des danses sociales et fêtes spéciales

- Danse en ligne : lundi de 13 h à 14 h 30
- Bingo : mercredi de 13 h à 15 h 30
- Jeu de cartes : vendredi de 13 h à 16 h

Renseignements : gmio@bell.net

Conseil des personnes âgées de la communauté noire de Montréal

L'objectif de l'organisme est d'améliorer la qualité de vie de la communauté noire de toutes origines. Service offert en anglais.

Activités : Yoga sur chaise, danse folklorique, danse en ligne, déjeuner communautaire, taïchi, Zumba, projection de films, etc.

Renseignements : 514 935-4951 / cbacmtl@gmail.com
cbacm.org

Destination Travail du Sud-Ouest de l'Île de Montréal – Carrefour Jeunesse Emploi de LaSalle

7576, rue Centrale

Lundi au jeudi, 8 h 30 à 12 h

- Aide à la recherche d'emploi, aux études, dont la persévérance scolaire, et à l'entrepreneuriat pour 12-65 ans
- École du Milieu LaSalle (pour jeunes décrocheurs 18-35 ans)
- Maison des entrepreneurs
- Coopératives jeunesse de services (pour 12-17 ans)
- Point de service du Bonhomme à lunettes

Renseignements : 514 368-1832

ACTIVITÉS COMMUNAUTAIRES ET DE LOISIRS

Groupe des aidants du Sud-Ouest (GASO)

Soutien sans frais aux proches aidant(e)s adultes

Ateliers de musicothérapie et d'art-thérapie, groupes de soutien, conférences, formation, rencontres individuelles (intervenante psychosociale) et séances de relaxation individuelles personnalisées.

- Mercredi 17 avril 2024, de 18 h 30 à 20 h : conférence virtuelle sur le rôle du Curateur public, présentée par Valérie Gagné, agente de liaison au Curateur public du Québec
- Mardi 2, 9, 16 et 23 avril 2024, de 18 h à 20 h : ateliers de formation virtuels sur la communication consciente avec Erik Peña

Renseignements : 514 564-3061 / info@gaso.ca

Les Aînés de LaSalle

Début mai à la fin septembre 2024

- Vélo : mardi et jeudi, 10 h (départ dans le stationnement du parc Marie-Claire-Kirkland-Casgrain)
- Marche : mardi et jeudi, 10 h (départ à l'angle du boul. LaSalle et de la 7^e Avenue, près du stationnement public)

Renseignements : annetteland@videotron.ca / 514 366-5571

Maison des familles

535, avenue Lafleur

Organisme ayant pour mission d'offrir un lieu d'accueil, d'écoute, d'éducation et de soutien aux familles.

- Préparation à la maternelle : ateliers parents-enfants offerts les mardis et mercredis, de 9 h 30 à 12 h
- Halte-garderie PÔZCÂLIN (6 mois à 5 ans) : service de garde à temps partiel, occasionnel, temporaire ou d'urgence offert du lundi au jeudi, de 8 h 30 à 15 h

Renseignements : 514 364-1332 / info@mflasalle.com
mflasalle.com

Maison des jeunes La Bicoque

170, rue Orchard

Lundi au vendredi : 15 h à 20 h 30

Lieu vivant, où les jeunes peuvent s'adonner à des activités sportives, culturelles ou entrepreneuriales et multiplier les expériences et les occasions de se réaliser. La MDJ offre également des activités virtuelles. Une équipe d'intervention compétente est sur place.

Renseignements : 514 788-3938

Montreal Caribbean Social Organization

7401, boul. Newman, suite 35-B

- Brunch présidentiel annuel : dimanche 21 avril 2024, de 13 h à 20 h (40 \$/personne)
- Brunch de la fête des Mères : dimanche 12 mai 2024 à 13 h (30 \$/personne)
- Accueil du *New Britain Social Club of USA* : 25 et 26 mai 2024 de 11 h à minuit
- Festivités de la fête des Pères : dimanche 16 juin 2024 à 13 h (30 \$/personne)

Renseignements : h.cambridge@hotmail.com

Nutri-Centre LaSalle

408-A avenue Lafleur

- Ateliers éducatifs sur la saine alimentation : boîte à lunch, cuisine végétarienne, fruits et légumes de saison
- Visites à l'épicerie
- Cuisine participative de groupe pour les familles, personnes seules, adolescent(e)s, parents-enfants, femmes enceintes, jeunes mamans et aîné(e)s
- Jardin collectif et ateliers de jardinage
- Café-causerie et échanges de groupe
- Paniers saisonniers de fruits et légumes frais locaux à prix raisonnable
- Marchés de quartier

Renseignements : nutricentrelasalle.com

Carrefour récréatif et communautaire de LaSalle

8700, rue Hardy (entrée dans le stationnement de la Place Newman)

514 367-6637 / ls_l_crcl@montreal.ca / montreal.ca/lasalle
Lieu interculturel dynamique et vecteur d'intégration sociale offrant une gamme d'activités sportives, récréatives et communautaires, en partenariat avec les organismes du secteur.

Pour effectuer la réservation d'un local pour une activité (local de danse, cuisine ou local polyvalent) : ls_l_crcl@montreal.ca

Jardins communautaires

Jardins Charles-Nagy (Airlie)

Société d'horticulture de LaSalle : 514 367-6000, poste 6809 (boîte vocale) / lasalle.horticulture@gmail.com
shljcn.wordpress.com

Jardins de l'Aqueduc

Société d'horticulture des Rapides : 514 367-6000, poste 6819 (boîte vocale)

Jardin collectif

9569, rue Jean-Milot (cour arrière)

Nutri-Centre LaSalle : 514 365-3670
jardins@nutricentrelasalle.com

Consultez le
montreal.ca/lasalle
pour connaître l'ensemble
des événements offerts
ce printemps par
l'arrondissement.

