

## CAMPS DE JOUR 2023

### Association de football mineur de LaSalle

**Du 3 juillet au 18 août 2023**

**Flag football sans contact pour les jeunes âgés de 8 à 14 ans**

**Coût :**

- 240 \$/semaine (215 \$ avant le 15 avril)
- Service de garde : 30 \$/semaine

**Inscriptions et renseignements :** 514 862-2407

apeterkin@videotron.ca

### Association de soccer mineur de LaSalle

Parc Riverside

**Du 26 juin au 18 août 2023**

**Camp régulier (5 à 13 ans, incluant les jeunes ayant des besoins particuliers)**

**4 semaines : 3 au 14 juillet et 31 juillet au 11 août 2023**

**Camp élite (pour les jeunes nés entre 2007 et 2011) - qualification requise**

**Coût :**

- 200 \$/semaine (avant le 31 mai) ou 220 \$/semaine (à partir du 1<sup>er</sup> juin) - 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

**Du 27 juin au 18 août 2023**

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

**Le camp de la D-I-V-E-R-S-I-T-É offre des activités éducatives, artistiques et culturelles.**

**Coût :**

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

**Inscriptions et renseignements :** 514 367-3383

### Club Jeune Aire

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

**Du 26 juin au 18 août 2023**

**Groupes de 5 à 12 ans (peut accueillir des enfants à besoins particuliers) - Les enfants de 5 ans doivent avoir complétés leur maternelle.**

**Coût :**

- 185 \$/semaine (9 h à 16 h) - chandail et sortie inclus
- Service de garde : 17 \$/sem. (7 h 30 à 9 h) 17 \$/sem. (16 h à 17 h 30)

**Inscriptions et renseignements :** 514 367-6539

clubjeuneaire.com / admin@clubjeuneaire.com

### Corporation l'Espoir

**S'adressant aux personnes de 5 à 100 ans présentant une déficience intellectuelle de légère à sévère et/ou trouble du spectre de l'autisme avec ou sans limitations physiques.\***

**Du 4 juillet au 10 août 2023**

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  
corporationespoir.org/camp-de-jour

\*Les personnes membres d'âge scolaire ou sans aucun service de jour et résidant auprès de leur famille ont priorité pour l'accès au camp cette année. Pour inscrire une personne sur la liste d'attente, contactez l'organisme au 514 367-3757.

### Héritage Laurentien

**Du 26 juin au 18 août 2023**

**Groupes de 6 à 15 ans**

**Coût :**

- 145 \$ à 200 \$/semaine
- Service de garde : 40 \$ à 65 \$/semaine

**Inscriptions et renseignements :** 514 210-2776

heritagelaurentien.org / campsdejour@heritagelaurentien.org

# ACTIVITÉS SPORTIVES

## Athlétisme (Les Kilomâtres LaSalle)

Pearson Adult and Career Center (8310, rue George) ou piste Fritz-Prévoist 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 / ingridsandy@hotmail.com

kilomaitreslasalle.com

## 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 jeunes de 8 à 17 ans

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

## Sports de balles (location de terrain)

Terrains des parcs Ouellette et Leroux

**Début de la saison : 15 mai 2023**

**Réservez dès maintenant :** islreservations@montreal.ca

## Course à pied et marche (Les Kilomâtres LaSalle)

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

**Entraînements et programmes de course à pied et de marche offerts par des entraîneurs qualifiés.**

**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 2006 et 2015**

Période d'inscription : jusqu'au 25 avril 2023

**Saison : 7 mai au 18 juin**

**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 2006 et 2018**

Période d'inscription : jusqu'au 30 septembre 2023

**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 2023.

**Rens.** : 514 367-6539 / clubjeuneaire.com

## 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<sup>e</sup> 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

## Soccer mineur (Ligue de soccer mineur de LaSalle)

**Micro soccer : garçons et filles né(e)s entre 2015 et 2019**

2 activités par semaine

Parc Raymond

**Récréatif et compétitif : garçons et filles né(e)s entre 2005 et 2010**

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 2011 et 2014**

2 activités par semaine + une partie la fin de semaine

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

(2013-2014), Mohawk ou mairie d'arrondissement (2011-2012)

**Centre de Développement de Club (CDC) 2 : garçons né(e)s entre 2011 et 2014**

1 ou 2 parties par semaine + une pratique par semaine

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

(2013-2014), Mohawk ou mairie d'arrondissement (2011-2012)

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

**Ligue Senior : hommes et femmes né(e)s en 2004 ou avant**

1 ou 2 parties par semaine

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

Division AA, A et locale

**Rens.** : info@lasallesoccer.com / lasallesoccer.ca

# ACTIVITÉS SPORTIVES (SUITE)

## Soccer mineur (suite)

### Cours pour devenir arbitre

Être né avant 2009

Connaissance du soccer et vouloir relever de nouveaux défis

**Rens.** : [info@lasallesoccer.com](mailto:info@lasallesoccer.com) / [lasallesoccer.ca](http://lasallesoccer.ca)

[dref@lasallesoccer.ca](mailto:dref@lasallesoccer.ca) (arbitres)

## Soccer senior (Association de soccer senior)

**15 mai au 25 septembre 2023**

Tous les lundis au parc Riverside

[asslsoccer@hotmail.com](mailto:asslsoccer@hotmail.com) / [asslsoccer.org](http://asslsoccer.org)

## Tennis (Centre de tennis Cavalier)

330, 80<sup>e</sup> Avenue

### Cours offerts enfants et adultes

Inscriptions en personne au centre de tennis Cavalier : samedi 29 avril, de 9 h à 12 h, et jeudi 4 mai, de 18 h à 20 h (places limitées)

Inscriptions en ligne à partir du 3 mai (carte Accès-services

LaSalle obligatoire) : [loisirs.montreal.ca](http://loisirs.montreal.ca)

## Tennis (Circuit de tennis)

### Ligue pour adulte

**Début de la saison : mai 2023**

Préinscription en ligne à partir du 8 avril 2023 : [tennislasalle.ca](http://tennislasalle.ca)

Inscription en personne au 330, 80<sup>e</sup> Avenue : samedi 29 avril

de 9 h à 12 h

**Rens.** : [circuit.tennis.lasalle@gmail.com](mailto:circuit.tennis.lasalle@gmail.com)

## Tennis (Club de tennis LaSalle)

Parc Hébert (surfaces de terre battue)

**Début de la saison : mai 2023**

**Inscription et renseignements** : [clubdetennislasalle68e@gmail.com](mailto:clubdetennislasalle68e@gmail.com)

## Triathlon (Club Élite Triathlon)

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

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

Conciliation entraînements/famille

**Rens.** : [clubelitetriathlon@gmail.com](mailto:clubelitetriathlon@gmail.com) / [clubelitetriathlon.ca](http://clubelitetriathlon.ca)

## Kayak (Eau Vive LaSalle)

**Cours de kayak (en piscine et en eau vive), de sécurité et de sauvetage (niveaux 1 et 2) et de surf en kayak.**

**Cours avancés de kayak style libre** : dimanche, 16 h 30 à

18 h 30 (jusqu'au 16 avril), au Complexe aquatique Michel-Leduc (1411, rue Lapierre)

**Introduction au kayak en eau calme (15 ans et plus)** : cours

d'une durée de 10 h, à partir de la mi-juin, dans une piscine extérieure (à déterminer)

**Sécurité et sauvetage en rivière niveau 2 (15 ans et plus)** :

cours d'une durée de 2 h, à partir du 17 juin à La Vague à Guy

**Renseignements et réservations** : [info@eauvivelasalle.ca](mailto:info@eauvivelasalle.ca)

# ACTIVITÉS COMMUNAUTAIRES ET DE LOISIRS

## Les Aînés de LaSalle

**Du 2 mai au 28 septembre 2023**

Mardis et jeudis, dès 10 h

- Vélo : départ à l'angle du boul. LaSalle et de la 68<sup>e</sup> Avenue
- Marche : départ du stationnement, à l'angle du boul. LaSalle et la 7<sup>e</sup> Avenue.

Carte de membre : 15 \$

**Renseignements** : 514 367-0777 (Henri Lalonde)

## Carrefour alimentaire de LaSalle

### Bénévoles recherchés!

Carrefour alimentaire est à la recherche de bénévoles pour faire partie de l'équipe de la ligne téléphonique d'urgence pour l'aide alimentaire. Les qualités recherchées : entregent, courtoisie, autonomie et discrétion. Le bilinguisme et la maîtrise d'une autre langue sont des atouts.

**Renseignements et inscriptions** : 438 827-7989

## Carrefour récréatif et communautaire de LaSalle (CRCL)

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

514 367-6637

[lsl\\_crcl@montreal.ca](mailto:lsl_crcl@montreal.ca)

[montreal.ca/lasalle](http://montreal.ca/lasalle)

Le CRCL offre une gamme variée d'activités sportives, récréatives et communautaires, en partenariat avec les organismes.

**Pour effectuer la réservation d'un local pour la tenue d'une activité (local de danse, cuisine ou local polyvalent) :**

[lsl\\_crcl@montreal.ca](mailto:lsl_crcl@montreal.ca)

# ACTIVITÉS COMMUNAUTAIRES ET DE LOISIRS

## Centre culturel et communautaire Henri-Lemieux

7644, rue Édouard

### Activités pour enfants et adolescent(e)s

Arts plastiques et créatifs, dessin, chant, comédie musicale, danse, etc.

### Activités pour adultes

Arts créatifs, comédie musicale, danse, décoration de gâteaux, scrapbooking, informatique, espagnol, italien, étirements, tai-chi, yoga, cardio-tonus, zumba, etc.

### Activités familiales

Anglais et espagnol par le jeu, bricolage, yoga parent-bébé, Zumba parent-enfant, etc.

Renseignements et inscription : [ccchl.ca](http://ccchl.ca) / 514 367-5000

## Centre du Vieux Moulin de LaSalle

7644, rue Édouard, bureau 210 (angle 4<sup>e</sup> Avenue)

### Services et activités

- Transport accompagnement médicaux
- Programme PAIR (appels de sécurité et rappels médicament)
- Transport Moulin Bus (épicerie, socialisation et vaccination)
- Soutien numérique sur place et à domicile
- Ligne info-fournisseurs
- 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 au bien-être
- Ateliers créatifs et activités sociales

Renseignements : 514 364-1541 / [cvmlasalle.org](http://cvmlasalle.org)  
[reception@cvmlasalle.org](mailto:reception@cvmlasalle.org)

## Centre LaSalle D&D 50+

Activités en anglais offertes aux membres âgés de 50 ans et plus

### Mercredi et vendredi : entre 9 h et 15 h

Yoga sur chaise, aérobic sans impact avec petits poids, danse en ligne, peinture, ateliers créatifs, activités de socialisation, jeux et bingo  
Contactez l'organisme pour connaître l'horaire des activités.

Renseignements : 438 872-8819

## Centre multiculturel de ressources de LaSalle

410, avenue Lafleur, suite 11

L'organisme dessert principalement la population immigrante, anglophone, racisée et de divers horizons ethnoculturels.

### Activités

Programmes de Leadership C-Dream (7 à 11 ans) et Y-Dream (12 à 18 ans), projet de balados pour les jeunes, cours d'informatique (14 ans et plus), ateliers de danse thérapie (16 ans et plus), programme de développement de la petite-enfance et service de tutorat virtuel.

Rens. : 514 367-3383 / 438 390-7893

[lmrc\\_community@hotmail.com](mailto:lmrc_community@hotmail.com) / [lmrccenter.org](http://lmrccenter.org)

[@lmrccenter](https://www.facebook.com/lmrccenter) (Facebook)

## Conseil des personnes âgées de la communauté noire de Montréal

Promouvoir et encourager les aîné(e)s à conserver leur autonomie et leur indépendance. Services offerts en anglais.

### Activités

Yoga sur chaise, danse folklorique, danse en ligne, déjeuner communautaire, tai-chi, zumba, projection de films, etc.

Rens. : 514 935-4951 / [cbacmtl@gmail.com](mailto:cbacmtl@gmail.com) [cbacm.org](http://cbacm.org)

## Groupe des aidants du Sud-Ouest (GASO)

Soutien psychosocial aux personnes proches aidants. Ce printemps, des ateliers et des conférences sont offerts aux membres. Inscription gratuite.

- Mercredi 12 avril, 10 h à 12 h : conférence virtuelle *La proche aidance en contexte de conjugalité aux âges avancés* par Isabelle Van Pevenage.

Renseignements et inscription : 514 564-3061 / [gaso.ca](http://gaso.ca)  
[info@gaso.ca](mailto:info@gaso.ca)

## Jardins communautaires

**Jardins Charles-Nagy (Airlie)** Société d'horticulture de LaSalle  
514 367-6000, poste 6809 (boîte vocale) / [lasalle.horticulture@gmail.com](mailto:lasalle.horticulture@gmail.com) / [shlicn.wordpress.com](http://shlicn.wordpress.com)

**Jardins de l'Aqueduc** Société d'horticulture des Rapides  
514 367-6000, poste 6819 (boîte vocale)

## Jardin collectif (Nutri-Centre)

9569, rue Jean-Milot (cour arrière)

Rens. : 514 365-3670 / [jardins@nutricentrelasalle.com](mailto:jardins@nutricentrelasalle.com)

## Maison des familles

535, avenue Lafleur

Lieu d'accueil, d'écoute, d'éducation et de soutien aux familles.

- Préparation à la maternelle : ateliers parents-enfants offerts les mardis, mercredis et vendredis, de 9 h 30 à 12 h.
- Halte-garderie (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.

Rens. : 514 364-1332 / [info@mflasalle.com](mailto:info@mflasalle.com) / [mflasalle.com](http://mflasalle.com)

## Maison des jeunes La Bicoque

170, rue Orchard

Lundi au vendredi : 15 h à 20 h 30

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

Rens. : 514 788-3938

## Complexe aquatique Michel-Leduc

### Travaux d'amélioration prévus en 2023

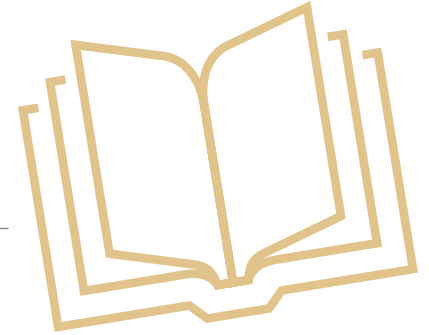
Au printemps 2023, l'arrondissement entamera d'importants travaux de mise aux normes, d'améliorations fonctionnelles et de maintien au complexe aquatique Michel-Leduc. Au moment d'imprimer ce répertoire, la date visée pour le début des travaux n'était pas encore connue.

Dès que l'information sera disponible, elle sera communiquée sur [montreal.ca/lasalle](http://montreal.ca/lasalle).

## Bibliothèque L'Octogone

En raison du déménagement imminent à la nouvelle bibliothèque L'Octogone au 1080, av. Dollard, la programmation d'activités sera allégée ce printemps.

Consultez le [montreal.ca/lasalle](http://montreal.ca/lasalle) pour connaître les activités offertes.



## ÉVÉNEMENTS

Date	Événement	Lieu
13 au 16 avril	Tournoi de hockey championnat provincial	Aréna Jacques-Lemaire (8681, boul. Champlain)
14 avril au 3 mai	Exposition – Salon du printemps de l'Association des artistes de LaSalle	Galerie Les Trois C (7644, rue Édouard) Accès libre
Lundi 17 avril, 13 h 30 (inscription dès 13 h)	Conférence de la cinéaste Annabel Loyola sur Le dernier souffle, au coeur de l'Hôtel-Dieu de Montréal, offerte par Les Rendez-vous culturels	Théâtre du Grand Sault (7644, rue Édouard) Coût : 5 \$ (membres) et 8 \$ (non-membres)
Vendredi 21 avril	10 <sup>e</sup> édition du Grand défi du Lac St-Louis	Piste cyclable du boulevard LaSalle
24 au 30 avril	Tournoi de hockey Les Anciens LaSalle	Aréna Jacques-Lemaire (8681, boul. Champlain)
Samedi 6 mai, 8 h à 12 h	Grande corvée de nettoyage	Mairie d'arrondissement (55, av. Dupras) Inscriptions : <a href="http://montreal.ca/lasalle">montreal.ca/lasalle</a>
Dimanche 7 mai	Marche pour la Maison des soins palliatifs du Sault-Saint-Louis	Parc Lacharité (8762, rue Centrale)
Mardi 9 mai, 19 h	Conférence/rencontre avec Élisabeth Mathieu : <i>Biennale internationale d'estampe contemporaine de Trois-Rivières</i> présentée par l'Association des artistes de LaSalle	Mairie d'arrondissement (55, avenue Dupras, local 402) Coût : gratuit (membres) et 5 \$ (non-membres)
10 mai au 7 juin	Exposition - Club Photo LaSalle	Galerie Les Trois C (7644, rue Édouard) Accès libre
Samedi 13 mai, 8 h 30 à 15 h	Distribution de compost et de copeaux de bois	Travaux publics (7277, rue Cordner) Renseignements : <a href="http://montreal.ca/lasalle">montreal.ca/lasalle</a>
Lundi 15 mai, 13 h 30 (inscription dès 13 h)	Conférence de Nicole Gagné, historienne de l'art de Monet, offerte par Les Rendez-vous culturels	Théâtre du Grand Sault (7644, rue Édouard) Coût : 5 \$ (membres) et 8 \$ (non-membres)
Mardi 23 mai, 19 h	Conférence/rencontre avec Lysa Jordan (peinture) présentée par l'Association des artistes de LaSalle	Mairie d'arrondissement (55, avenue Dupras, local 402) Coût : gratuit (membres) et 5 \$ (non-membres)