PROGRAMMATION

2022 2023

MONTRÉAL-OUEST
MONTREAL WEST
1897

LOISIRS et CULTURE

montreal-ouest.ca

La programmation annoncée dans cette brochure pourra être modifiée à tout moment afin de respecter les directives de la santé publique. Des informations à jour seront toujours disponibles sur le site web de la Ville.

Restez informés

Restez à l'affût des nouvelles, des événements et des activités de la Ville.

Restez informés :
www.montreal-west.ca

Inscrivez-vous à notre e-bulletin :
www.montreal-west.ca/ebulletin

Suivez-nous sur Facebook :
www.facebook/montrealwest

Service des loisirs et de la culture

CENTRE COMMUNAUTAIRE JOHN A. SIMMS

8 avenue Westminster S.
Montréal-Ouest, QC
H4X 1Y5

514-484-6186
loisirs@montreal-ouest.ca

HEURES D'OUVERTURE

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

PERSONNEL

Paula Cordeau
Directrice

Marian Scully
Coordonnatrice des loisirs

Chris Kearney
Coordonnateur des loisirs

Tammy Loftus
Administration

Inscription

La période d'inscription pour les activités d'automne, d'hiver et de printemps débute le **22 août pour les résidents de Montréal-Ouest**.

La période d'inscription pour les résidents de Côte-Saint-Luc et Hampstead débute le 24 août et celle des non-résidents débute le 29 août.

La période d'inscription est en cours jusqu'à ce que le programme soit complet ou que nous fermions l'inscription. Les places pour les non-résidents ne peuvent être garanties.

EN LIGNE

L'inscription aux programmes se fait via notre système en ligne, **Amilia**.

Si vous n'avez pas de dossier familial, vous devez en créer un en incluant tous les membres de votre famille.

1. Rendez-vous au www.montreal-ouest.ca.
2. Cliquez sur l'onglet « Loisirs et Culture ».
3. Cliquez sur le sous-onglet « Activités et inscription ».
4. Naviguez nos cours par groupe d'âge ou cliquez sur « Inscription en ligne » pour être redirigé vers Amilia, notre système d'inscription en ligne.
5. Procédez ensuite à votre inscription et au paiement, par carte de crédit.

EN PERSONNE

L'inscription peut aussi se faire en personne ou au téléphone en contactant le Centre communautaire directement au 514-484-6186.

Modalités d'inscription

- Les inscriptions sont limitées pour la plupart des programmes et sont traitées sur une base de premier arrivé, premier servi.
- Les frais d'inscription et/ou les programmes sont non transférables d'une personne à l'autre.
- Les programmes peuvent être annulés ou changés sans préavis.
- Les participants sont responsables de l'équipement mis à leur disposition par la Ville de Montréal-Ouest.
- Le tarif de préinscription ne s'applique pas à certains programmes.
- Les frais doivent être payés en totalité lors de la période d'inscription prévue.
- Les taxes seront ajoutées pour tous les programmes pour adultes.
- Un supplément de 25 $ sera exigé pour tout paiement retourné par la banque.
- Les inscriptions sont payables en argent comptant, par carte de crédit Visa, MasterCard, Interac ou par chèque émis à l'ordre de la Ville de Montréal-Ouest.
- Les programmes qui ont franchi le mi-chemin lors de l'inscription seront facturés au prorata jusqu'à une réduction maximale de 50 %.
- Un remboursement complet sera effectué pour tous les programmes qui sont annulés par la Ville si la participation minimale n'est pas atteinte.

Politique de remboursement

POLITIQUE GÉNÉRALE DE REMBOURSEMENT

Seules les demandes écrites seront considérées pour des remboursements et cela, seulement au cours des deux premières semaines de chaque session. Tout remboursement sera soumis à des frais administratifs de 45 $.

REMBOURSEMENT POUR RAISONS MÉDICALES

Toute demande de remboursement pour raisons médicales peut, sur présentation d'un certificat signé d'un médecin être considérée. Si le remboursement est accordé, le calcul du remboursement sera fait au prorata de la partie non utilisée. Des frais administratifs de 10% s'appliqueront dans tous les cas.

Tarifs

TARIFS DE PRÉINSCRIPTION

Les prix spéciaux de préinscription aux trois sessions (automne, hiver et printemps) sont en vigueur jusqu'au 4 septembre.

* Ce ne sont pas tous les programmes qui sont sujets à ce rabais.

RÉSIDENT

La Ville de Montréal-Ouest offre un tarif réduit à ses résidents, ainsi qu'aux résidents de Hampstead et Côte Saint-Luc. Les différents prix sont indiqués par R (résidents) et NR (non-résidents). Le tarif réduit pour résidents ne s'applique pas à tous les programmes, seulement ceux indiquant un tarif R et NR.

RABAIS POUR LE TROISIÈME ENFANT

Le troisième enfant, et tout enfant supplémentaire de la même famille résidant sous le même toit (avec une preuve de résidence), qui est inscrit au même programme recevront un rabais de 10 % sur les frais du programme.

Relevé-24

Un RL-24 est automatiquement émis par le système à la fin de février pour les enfants qui ont été inscrits à nos programmes de camps de jour et certains programmes de préscolaire. **Vous devez fournir votre numéro d'assurance sociale lors de votre inscription pour recevoir votre RL-24.**

Activités pour enfants

La programmation annoncée pourra être modifiée à tout moment afin de respecter les directives de la santé publique.

PROGRAMMES		JOUR/HEURE	DURÉE	LIEU	DATE DE DÉBUT AUTOMNE	DATE DE DÉBUT HIVER	DATE DE DÉBUT PRINTEMPS	12 SEMAINES R	12 SEMAINES NR	8 SEMAINES R	8 SEMAINES NR
PRÉ-BALLET Les jeunes enfants sont initiés au monde du ballet par les chansons et l'imagination.	**3-4 ½** ANS	Mardi 16 h 45	45 minutes	Salle de musique	13 sept. (12 sem.)	10 janv. (12 sem.)	4 avril (8 sem.)	120 $	130 $	105 $	115 $
	3-4 ½ ANS	Samedi 8 h 30	45 minutes	Salle de musique	17 sept. (12 sem.)	14 janv. (12 sem.)	8 avril (8 sem.)				
BALLET Un pas de plus dans les compétences de ballet ; l'accent est toujours mis sur l'exploration de la créativité naturelle et de l'imagination tout en renforçant le corps et la posture par la technique.	**5-6** ANS	Jeudi 17 h	45 minutes	Salle de musique	15 sept. (12 sem.)	12 janv. (12 sem.)	6 avril (8 sem.)	120 $	130 $	105 $	115 $
	5-6 ANS	Samedi 9 h 30	45 minutes	Salle de musique	17 sept. (12 sem.)	14 janv. (12 sem.)	8 avril (8 sem.)				
	7-8 ANS	Samedi 10 h 30	60 minutes	Salle de musique	17 sept. (12 sem.)	14 janv. (12 sem.)	8 avril (8 sem.)	130 $	140 $	110 $	120 $
	9+ ANS	Samedi 11 h 45	60 minutes	Salle de musique	17 sept. (12 sem.)	14 janv. (12 sem.)	8 avril (8 sem.)				

								12 SEMAINES R	12 SEMAINES NR	10 SEMAINES R	10 SEMAINES NR
CAPITAINE CATALYSTE Les jeunes découvriront des expériences pratiques et des casse-têtes stimulants qui explorent le monde scientifique.	**4-6** ANS	Samedi 9 h 30	60 minutes	Chalet Davies	17 sept. (12 sem.)	14 janv. (12 sem.)	8 avril (10 sem.)	90 $	100 $	75 $	85 $
	7-9 ANS	Samedi 10 h 45	60 minutes	Chalet Davies	17 sept. (12 sem.)	14 janv. (12 sem.)	8 avril (10 sem.)				

PROGRAMMES		HEURE	DURÉE	LIEU	DATE	R	NR
COURS GARDIENS AVERTIS DE LA CROIX-ROUGE 11 ANS ET + Le cours Gardiens avertis destiné aux jeunes de 11 à 15 ans couvre une vaste gamme de sujets, allant de la gestion des comportements difficiles aux compétences en leadership, en passant par ce que l'on attend de la part des gardiennes et gardiens d'enfants.	**AUTOMNE**	9 h 30	6 ½ heures	Centre communautaire	Samedi 22 octobre	85 $	95 $
	HIVER	9 h 30	6 ½ heures	Centre communautaire	Samedi 4 février	85 $	95 $
	PRINTEMPS	9 h 30	6 ½ heures	Centre communautaire	Samedi 29 avril	85 $	95 $
PRÊTS À RESTER SEULS! DE LA CROIX-ROUGE 9-13 ANS Le programme Prêts à rester seuls! vise à doter les jeunes de compétences utiles et adaptées à leur âge, tout en renforçant leur capacité à assurer leur propre sécurité.	**AUTOMNE**	9 h 30	5 heures	Centre communautaire	Samedi 29 octobre	85 $	95 $
	HIVER	9 h 30	5 heures	Centre communautaire	Dimanche 5 février	85 $	95 $
	PRINTEMPS	9 h 30	5 heures	Centre communautaire	Samedi 22 avril	85 $	95 $

						R	NR	R	NR
NOUVEAU **ADOS SEULEMENT! | 13-16** ANS Vous êtes intéressés d'essayer un nouveau cours? Voici votre chance! Nous offrons 4 cours d'une heure pour les adolescents qui souhaitent essayer la méditation, la danse hip hop, le yoga et/ou le dessin manga. Vous pouvez vous inscrire aux quatre cours ou seulement à ceux que vous voulez essayer.	**MÉDITATION**	15 h	60 minutes	Salle de musique	Samedi 8 octobre	15 $	20 $	50 $ tous les 4	60 $ tous les 4
	DANSE HIP HOP	15 h	60 minutes	Salle de musique	Samedi 15 octobre				
	YOGA	15 h	60 minutes	Salle de musique	Samedi 19 novembre				
	DESSIN MANGA	15 h	60 minutes	Salle de musique	Samedi 26 novembre				

SEMAINE DE LA RELÂCHE

Dates à confirmer.
Consulter le site web pour plus de détails

Parents-enfants

PROGRAMMES	JOUR/HEURE	DURÉE	LIEU	AUTOMNE	HIVER	PRINTEMPS	10 SEMAINES R	10 SEMAINES NR	8 SEMAINES R	8 SEMAINES NR
NOUVEAU **ENTRAÎNEMENT MAMAN ET BÉBÉ** Destiné aux nouveaux parents, ce cours d'entraînement intense vous permettra d'améliorer votre condition physique tout en passant du temps de qualité avec votre enfant. Sous forme de circuit d'exercices musculaires, l'entraînement proposé est adapté et sécuritaire pour le parent et le bébé. De beaux moments en compagnie de votre enfant vous attendent!	Mardi 9 h 30	55 minutes	Salle de réunion	4 oct. (10 sem.)	17 janv. (10 sem.)	11 avril (8 sem.)	110 $	120 $	185 $ 2 fois / sem.	195 $ 2 fois / sem.
	Jeudi 9 h 30	55 minutes	Salle de réunion	6 oct. (10 sem.)	19 janv. (10 sem.)	13 avril (8 sem.)				

							12 SEMAINES R	12 SEMAINES NR	10 SEMAINES R	10 SEMAINES NR
NOUVEAU **RENCONTRES PARENTS ET BÉBÉS** Venez rencontrer d'autres parents et d'autres bébés du coin. Le nombre de places est limité, une pré-inscription est requise sur Amilia.	Mercredi 10 h	60 minutes	Centre communautaire	14 sept. (12 sem.)	11 janv. (12 sem.)	5 avril (10 sem.)	GRATUIT			

NOUVEAU **YOGA PARENTS ET ENFANTS | 5-11** ANS Envie d'un moment de qualité parent-enfant? Venez essayer le yoga avec nous! Vous pratiquerez des postures douces de yoga qui permettront de renforcer vos muscles et vous détendre. Les cours de yoga parent-enfant permettront à votre enfant de s'amuser de manière ludique et détendue.	Samedi 13 h	45 minutes	Salle de musique	17 sept. (12 sem.)	14 janv. (12 sem.)	8 avril (10 sem.)	115 $	125 $	100 $	110 $

Activités pour adultes

La programmation annoncée pourra être modifiée à tout moment afin de respecter les directives de la santé publique.

Tous les cours seront offerts virtuellement et en personne, à l'exception de l'entraînement du guerrier.

PROGRAMMES	JOUR	HEURE	DURÉE	LIEU	DATE DE DÉBUT AUTOMNE	DATE DE DÉBUT HIVER	DATE DE DÉBUT PRINTEMPS	12 SEMAINES (AUTOMNE/HIVER) 1X/SEM. R	12 SEMAINES 1X/SEM. NR	12 SEMAINES 2X/SEM. R	12 SEMAINES 2X/SEM. NR	10 SEMAINES (PRINTEMPS) 1X/SEM. R	10 SEMAINES 1X/SEM. NR	10 SEMAINES 2X/SEM. R	10 SEMAINES 2X/SEM. NR
TRX Augmentation de la flexibilité corporelle totale, promotion de la mobilité et de la stabilité et développement de la force de base par l'entraînement en suspension.	Lundi	6 h 30	60 min.	Chalet Davies	12 sept.	9 janv.	3 avril	150 $	165 $	250 $	265 $	130 $	140 $	230 $	245 $
	Mercredi	6 h 30	60 min.	Chalet Davies	14 sept.	11 janv.	5 avril								
	Vendredi	9 h	60 min.	Chalet Davies	16 sept.	13 janv.	14 avril								
TONUS ET RAFFERMISSEMENT Ce cours met l'accent sur l'amélioration de la force musculaire, de la flexibilité et de la posture.	Mardi	19 h	60 min.	Salle de réunion	13 sept.	10 janv.	4 avril	115 $	125 $	190 $	200 $	100 $	110 $	185 $	195 $
	Jeudi	19 h	60 min.	Salle de réunion	15 sept.	12 janv.	6 avril								
ÉTIREMENTS Améliorez votre souplesse, l'ampleur de vos mouvements, votre alignement et soulagez les tensions musculaires.	Mardi	17 h 50	60 min.	Salle de musique	13 sept.	10 janv.	4 avril	115 $	125 $	190 $	200 $	100 $	110 $	185 $	195 $
	Jeudi	8 h 30	60 min.	Salle de musique	15 sept.	12 janv.	6 avril								
	Jeudi	17 h 50	60 min.	Salle de musique	15 sept.	12 janv.	6 avril								
ESSENTRICS / AGING BACKWARDS MD Conçu pour aider à retrouver une amplitude de mouvement, à enrayer la douleur et à raffermir en douceur l'ensemble du corps, le cours Essentrics Aging Backwards se distingue par son rythme plus lent.	Lundi	9 h 30	60 min.	Salle de réunion	12 sept.	9 janv.	3 avril	115 $	125 $	190 $	200 $	100 $	110 $	185 $	195 $
	Mercredi	9 h 30	60 min.	Salle de réunion	14 sept.	11 janv.	5 avril								
ESSENTRICS MD Un entraînement dynamique et global qui combine à la fois le renforcement et l'étirement de tous les muscles du corps.	Lundi	19 h	60 min.	Centre Communautaire	12 sept.	9 janv.	3 avril	115 $	125 $	190 $	200 $	100 $	110 $	185 $	195 $
	Samedi	10 h 30	60 min.	Salle de réunion	17 sept.	14 janv.	8 avril								
YOGA POUR HOMMES TENDUS Attendez-vous à un cours de yoga complet, explorant le mouvement, la flexibilité et les problèmes de stress. Convient aux hommes de tous âges et de tous niveaux de forme physique. Tapis de yoga requis.	Lundi	18 h 45	60 min.	Club de curling	12 sept.	9 janv.	3 avril	115 $	125 $	190 $	200 $	100 $	110 $	185 $	195 $
	Mercredi	18 h 45	60 min.	Club de curling	14 sept.	11 janv.	5 avril								
ZUMBA MD Un mélange de musique latine et de chorégraphies qui allient pas de danse aérobique et mouvements pour sculpter le corps, accroître la forme cardiovasculaire, l'endurance et la flexibilité.	Mercredi	18 h 45	60 min.	Hôtel de ville	21 sept.	11 janv.	5 avril	115 $	125 $			100 $	110 $		

PROGRAMMES	JOUR	HEURE	DURÉE	LIEU	DATE DE DÉBUT AUTOMNE	DATE DE DÉBUT HIVER	DATE DE DÉBUT PRINTEMPS	12 SEMAINES (AUTOMNE/HIVER) 1X/SEM. R	12 SEMAINES 1X/SEM. NR	12 SEMAINES 2X/SEM. R	12 SEMAINES 2X/SEM. NR	10 SEMAINES (PRINTEMPS) 1X/SEM. R	10 SEMAINES 1X/SEM. NR	10 SEMAINES 2X/SEM. R	10 SEMAINES 2X/SEM. NR
DANSE FUSION Ce cours combine de nombreux styles de danse pour un excellent entraînement cardio. Mettez-vous en forme par la danse!	Samedi	9 h 15	60 min.	Hôtel de ville	17 sept.	14 janv.	8 avril	115 $	125 $			100 $	110 $		
YOGA DOUX C'est beaucoup plus qu'un exercice... c'est un mode de vie! Améliorez votre bien-être mental et spirituel, augmentez la flexibilité et le tonus musculaire.	Mardi	19 h 45	60 min.	Hôtel de ville	13 sept.	10 janv.	4 avril	115 $	125 $	190 $	200 $	100 $	110 $	185 $	195 $
	Jeudi	19 h 45	60 min.	Hôtel de ville	15 sept.	12 janv.	6 avril								
YOGALATES Ce cours combine le yoga traditionnel et le Pilates contemporain. Augmentez votre force, votre flexibilité et diminuez votre stress tout en apportant de la paix à l'esprit et au corps. Tapis de yoga requis. Tous les niveaux sont les bienvenus.	Lundi	9 h	60 min.	Hôtel de ville	12 sept.	9 janv.	3 avril	115 $	125 $	190 $	200 $	100 $	110 $	185 $	195 $
	Lundi	19 h 05	60 min.	Hôtel de ville	12 sept.	9 janv.	3 avril								
	Mercredi	19 h 05	60 min.	Hôtel de ville	14 sept.	11 janv.	5 avril								
BALLET POUR ADULTES Apprenez les bases du ballet, des étirements et du conditionnement tout en ayant beaucoup de plaisir.	Mercredi	9 h 30	60 min.	Salle de musique	14 sept.	11 janv.	5 avril	115 $	125 $			100 $	110 $		
BARRE Combinaison d'exercices à la barre et avec des poids. Il s'agit d'une série d'exercises visant à renforcer le tonus et la résistance des jambes, des bras, du fessier et des muscles centraux du corps.	Mardi	8 h 30	60 min.	Salle de musique	13 sept	10 janv.	4 avril	115 $	125 $	190 $	200 $	100 $	110 $	185 $	195 $
	Vendredi	9 h	60 min.	Salle de musique	16 sept	13 janv.	14 avril								
ENTRAÎNEMENT DU GUERRIER L'entraînement du guerrier est une combinaison d'exercices de haute intensité et faciles à suivre. Les cours sont amusants et stimulants.	Mardi	19 h 30	60 min.	Académie Royal West	13 sept	10 janv.	4 avril	150 $	160 $			130 $	140 $		
	Jeudi	19 h 30	60 min.	Académie Royal West	15 sept.	12 janv.	6 avril								
NOUVEAU **PILATES** Le Pilates s'adresse à tous ceux qui souhaitent améliorer leur posture, développer la force du tronc et du dos, rééquilibrer les muscles autour des articulations et pour la santé et le bien-être en général.	Jeudi	19 h	60 min.	Club de curling	15 sept.	12 janv.	6 avril	120 $	130 $			105 $	115 $		

PROGRAMMES	JOUR	HEURE	DURÉE	LIEU	DATE DE DÉBUT AUTOMNE	DATE DE DÉBUT HIVER	DATE DE DÉBUT PRINTEMPS	12 SEMAINES (AUTOMNE/HIVER) 1X/SEM. R	12 SEMAINES 1X/SEM. NR	12 SEMAINES 2X/SEM. R	12 SEMAINES 2X/SEM. NR	10 SEMAINES (PRINTEMPS) 1X/SEM. R	10 SEMAINES 1X/SEM. NR	10 SEMAINES 2X/SEM. R	10 SEMAINES 2X/SEM. NR
NOUVEAU **MOBILITÉ ET FLEXIBILITÉ TRX** Le TRX vous permet de décharger le poids du corps tout en effectuant des mouvements spécifiques aidant à étirer le corps en toute sécurité.	Lundi	19 h	60 min.	Chalet Davies	12 sept.	9 janv.	3 avril	150 $	165 $			130 $	140 $		
COURS DE PREMIERS SOINS Cours de base d'une journée offrant des compétences en premiers soins vitaux et en réanimation cardiorespiratoire (RCR) pour le lieu de travail ou à domicile.	Samedi	9 h	7 ½ heures	Centre communautaire	19 nov.		30 avril	105 $	110 $						

	JOUR	HEURE	DURÉE	LIEU	DATE DE DÉBUT AUTOMNE	DATE DE DÉBUT HIVER	DATE DE DÉBUT PRINTEMPS	8 SEMAINES R	8 SEMAINES NR
NOUVEAU **MÉDITATION** Maîtrisez l'art de la méditation de pleine conscience avec des pratiques guidées hebdomadaires. Apprenez des techniques pour gérer le stress, renforcer l'attention, augmenter la résilience et atteindre des niveaux plus profonds de calme intérieur. Surmontez les obstacles à la méditation.	Lundi	10 h 45	60 min.	Hôtel de ville	26 sept. (8 sem.)	23 janv. (8 sem.)	17 avril (8 sem.)	50 $	65 $
	Jeudi	19 h	60 min	Centre communautaire	29 sept. (8 sem.)	26 janv. (8 sem.)	20 avril (8 sem.)		

Aînés

PROGRAMMES	JOUR	HEURE	DURÉE	LIEU	DATE DE DÉBUT AUTOMNE	DATE DE DÉBUT HIVER	DATE DE DÉBUT PRINTEMPS	12 SEMAINES (AUTOMNE/HIVER) 1X/SEM. R	12 SEMAINES 1X/SEM. NR	12 SEMAINES 2X/SEM. R	12 SEMAINES 2X/SEM. NR	10 SEMAINES (PRINTEMPS) 1X/SEM. R	10 SEMAINES 1X/SEM. NR	10 SEMAINES 2X/SEM. R	10 SEMAINES 2X/SEM. NR
CONDITIONNEMENT PHYSIQUE 70+ Entraînement à basse intensité. Places limitées, preuve d'âge requise. Coût pour l'année (sept. 2022 à mai 2023)	Mardi	10 h 45	60 min.	Salle de réunion	27 sept.			275 $	325 $						
	Jeudi	10 h 45	60 min.	Salle de réunion	29 sept.										
COURS D'ÉQUILIBRE Ce cours met l'accent principalement sur des exercices qui améliorent l'équilibre à l'aide de chaises, de bandes et de poids légers. **Lundi :** cours de conditionnement physique général **Mercredi :** cours de yoga sur chaise	Lundi	10 h 45	60 min.	Salle de musique	12 sept.	9 janv.	3 avril	115 $	125 $	190 $	200 $	100 $	110 $	185 $	195 $
	Mercredi	10 h 45	60 min.	Salle de musique	14 sept.	11 janv.	5 avril								
NOUVEAU **YOGA SUR CHAISE** Le yoga sur chaise aidera votre flexibilité, votre concentration et votre force, tout en améliorant votre humeur et en réduisant le stress et les tensions articulaires.	Vendredi	10 h 45	60 min.	Salle de musique	16 sept.	13 janv.	14 avril	115 $	125 $			100 $	110 $		

Événements spéciaux

En raison de l'évolution rapide de la situation actuelle, les dates et les détails des événements sont susceptibles d'être modifiés à tout moment. Veuillez consulter le site web pour obtenir les informations les plus récentes.

	DATE
JOURNÉES BON DÉBARRAS	Samedi 17 septembre Dimanche 18 septembre
FOIRE COMMERCIALE DE MONTRÉAL-OUEST	Samedi 17 septembre
CONCOURS D'HALLOWEEN ET HALLOWEEN SUR GLACE	Dimanche 30 octobre
CONFÉRENCE DU SOUVENIR	Vendredi 4 novembre
MARCHE DU SOUVENIR AVEC LE DR DRUMMOND	Samedi 5 novembre
CÉRÉMONIE DU SOUVENIR	Dimanche 6 novembre
TRAIN DES FÊTES DU CP	Novembre (à confirmer)
DÉJEUNER DU PÈRE NOËL	Samedi 11 décembre
FÊTE DU LAPIN	Samedi 26 mars

Vitrine artistique

		DATE
ART AUTOCHTONE	**AUTOMNE**	Soumis avant le 26 septembre
DES TEXTURES, FORMES ET MOTIFS	**HIVER**	Soumis avant le 13 février
ART ENVIRONNEMENTAL	**PRINTEMPS**	Soumis avant le 17 avril
FLORAISON ET POLLINISATION	**ÉTÉ**	Soumis avant le 2 juin

Organismes communautaires

ASSOCIATION RÉCRÉATIVE CIVIQUE (ARC)

L'Association récréative civique de Montréal-Ouest est un organisme sans but lucratif qui offre une variété de sports et d'activités de loisirs pour les enfants et les adolescents à Montréal-Ouest.

- mwcrasports.ca
- infocra@mtlwestcra.ca
- 514-485-8598

BIBLIOTHÈQUE DES JEUNES DE MONTRÉAL-OUEST

Nous favorisons la lecture éducative et récréative grâce à notre excellente collection de plus de 25 000 livres et documents multimédias. Nous offrons une variété de programmes, d'activités et d'évènements spéciaux pour les enfants et les adolescents, conçus pour faire de la bibliothèque une partie intégrante de la vie des jeunes..

- mwcl.ca
- Ekaterina Valkova-Damova
- 514-484-7194
- info@mwcl.ca

SCOUTS

Le groupe des scouts encourage la vision de Scouts Canada d'aider les jeunes et les jeunes adultes à développer leur caractère comme membre de la communauté et comme individu ingénieux et responsable en leur offrant des possibilités et des conseils pour leur développement mental, physique, social et spirituel.

- scouts.ca
- Karen Johnstone — 514-717-5696
- Bob King — 514-717-0201
- karenmansfieldjohnstone@gmail.com

CLUB DE CURLING DE MONTRÉAL-OUEST

En fonction depuis plus de 100 ans, le Montreal West Curling Club est un club de curling agréable et enjoué. Joignez-vous à nous pour une saison de curling haute en couleur!

- mtlwestcurl.org/
- Betty Crisante
- 514-910-3960
- mwcccurl@videotron.ca

BIBLIOTHÈQUE PUBLIQUE DE MONTRÉAL-OUEST

La bibliothèque publique de Montréal-Ouest offre aux adultes et aux jeunes adultes de la communauté des services de lecture, des activités culturelles et plus encore. L'abonnement est gratuit pour tous les résidents de Montréal-Ouest.

- mwpl.ca
- Deborah Marcogliese
- 514-481-7441
- mwpl.requests@gmail.com

ASSOCIATION DES MARCHANDS DE MONTRÉAL-OUEST

L'Association des marchands de Montréal-Ouest vise à rassembler tous les commerçants de Montréal-Ouest et à promouvoir les opportunités d'affaires et les événements locaux auprès de notre communauté.

- www.facebook.com/MoWestMerchantsAssociation/
- Kadeja Lefebvre
- 514-967-5131
- kadeja@ihcmontreal.com

GUIDES DU CANADA

Les Guides du Canada (GGC) permettent à chaque fille de se découvrir et d'explorer son plein potentiel. C'est au sein des Guides du Canada que les filles âgées de 5 à 17 ans prennent l'initiative, mettent leurs idées en pratique et se lancent dans des activités formidables, le tout avec le soutien de guides bénévoles qui s'engagent à avoir un impact positif sur leur vie.

- www.girlguides.ca/
- Christine Downey
- 514-483-3303
- pearl.barnowl@gmail.com

IODE

La branche locale de l'IODE HMS Victory a fièrement célébré son 75e anniversaire. L'IODE est un organisme de bienfaisance de femmes qui se consacre à l'amélioration de la qualité de vie des individus par le biais de programmes de soutien à l'éducation, de service communautaire et de programme de citoyenneté. Tous sont les bienvenus à nos rencontres tous les deuxièmes mardis du mois entre 14 h et 16 h au Centre communautaire.

- IODE.ca
- Moira Bettinville
- 514-586-0836
- moirab42@gmail.com

CLUB ROTARY

Célébrant son 80e anniversaire, le Club Rotary de Montréal-Ouest et NDG est un réseau mondial de bénévoles qui se consacrent à la lutte contre la faim, à l'amélioration de la santé et de l'hygiène, à l'éducation et à la formation professionnelle, à la promotion de la paix et à l'éradication de la polio, sous la devise : SERVICE AU-DESSUS DE SOI. Participez à nos dîners communautaires hebdomadaires avec des conférenciers variés et intéressants.

- portal.clubrunner.ca/9719
- Ron D'Souza
- (514) 573-9769
- dsouza.ronald0920@gmail.com

CLUB DE TENNIS

Le Club de tennis de Montréal-Ouest offre quatre des meilleurs terrains de tennis Har-Tru sur l'île. Nous offrons des leçons et des cliniques pour tous les âges, ainsi que des tournois et événements spéciaux pendant la saison. Les débutants sont les bienvenus!

- amilia.com/store/en/mwtc/
- 514-489-4644
- mwtclub@gmail.com