



Activités offertes par les organismes – SESSION ÉTÉ 2021

Inscriptions : auprès des organismes

ACTIVITÉS AQUATIQUES

NATATION

Club de natation Torpille
438 448-2436
www.clubtorpille.com
presidence@clubtorpille.com

ÉCOLE DE NATATION (COMPÉTITIVE)

Club de natation Torpille
6 À 11 ANS
Programme de natation pour apprendre les fondements de la natation sportive et compétitive. Jour et coût variables selon le groupe. Évaluation des nouveaux nageurs.

MAÎTRES NAGEURS ADULTES

Club de natation Torpille
Programme pour adultes désirant perfectionner les quatre styles de nage avec une possibilité d'accéder aux compétitions.

NATATION COMPÉTITIVE

Club de natation Torpille
Programme pour des nageurs désirant s'investir dans un sport compétitif. Coût variable selon le groupe.

NATATION ARTISTIQUE

Club Coralline
www.coralline.club
clubcoralline@hotmail.com
Sport combinant la gymnastique, la danse et la natation. Il a longuement été comparé à du ballet aquatique, mais son évolution en fait maintenant un sport beaucoup plus comparable à du cheerleading.

PLONGEON

Club de plongeon CAMO
514 872-1838
www.camoplungeon.ca
info@camoplungeon.com

BAMBINS

Club de plongeon CAMO
4 À 5 ANS (55 minutes)
Bambins est une introduction au plongeon pour les tout-petits ! Dans un univers imaginaire et ludique, les bambins apprendront l'agilité, la coordination et l'équilibre. Au besoin, l'enfant peut porter un objet flottant.

PLOUF ! INITIATION AU PLONGEON

Club de plongeon CAMO
6 À 12 ANS (55 minutes)
Ce programme s'adresse aux enfants qui désirent découvrir le plongeon dans un milieu sécuritaire. À la fin de la session, un carnet indiquant la progression des habiletés acquises est remis aux plongeurs.

PROGRAMME ADOS

Club de plongeon CAMO
11 À 17 ANS (90 minutes)
Ce programme récréatif s'adresse aux plongeurs adolescents de tous les niveaux. Les cours sont adaptés pour que chaque athlète puisse évoluer à son propre rythme.

DÉVELOPPEMENT

Club de plongeon CAMO
Nous contacter pour une audition. Entraînement 2 ou 3X semaine.
Cours de soir (la semaine)
7 À 11 ANS (90 minutes)
Groupe sur audition seulement. Ce groupe permet aux athlètes engagés de s'entraîner plusieurs fois par semaine et de s'initier aux compétitions en plongeon.

WATER-POLO

Club de water-polo de Terrebonne
514 953-2677
water-poloterrebonne@hotmail.com

ACTIVITÉS CULTURELLES

ARTISANAT

ARTS TEXTILES

Le Cercle de Fermières La Plaine
450 941-1669
www.cfq.qc.ca
pres.fed13.laplaine@cfq.qc.ca
Tricot, broderie, crochet, tissage, couture et plus encore.

ATELIER DE TECHNIQUES ARTISANALES

Le Cercle de Fermières Lachenaie
450 471-5690
janick001@hotmail.com
Atelier de techniques artisanales et de tissage sur métier.

TISSAGE SUR MÉTIERS TRADITIONNELS

Le Cercle de Fermières La Plaine
450 941-1669
www.cfq.qc.ca
Ateliers de tissage pour débutants.

ARTS VISUELS

ACTIVITÉS ARTISTIQUES ET CULTURELLES

Association des artistes en arts visuels de Terrebonne
514 476-4166
www.aaavt.org
info@aaavt.org
Création et diffusion d'arts visuels. Café-rencontre.

CHANT ET MUSIQUE

CHORALE

Chorale
Parlez-moi d'amour
450 471-4402
realvaillancourt@videotron.ca
Chorale et concerts bénéfiques.

CHORALE

Éclipse – Le groupe vocal
514 802-4846
www.eclipselegroupevocal.com
contact@eclipselegroupevocal.com
Soirées chorales, auditions et concerts.

CHORALE

Voix des Moulins
450 471-9226
www.voixdesmoulins/ins.qc.ca
voixdesmoulins@yahoo.ca
JEUNES DE 7 ANS À 16 ANS et ADULTE
Auditions.

COMÉDIE MUSICALE

Les Créations Bliz-Arts
514 947-0890
www.spectacleavalanche.com
bliz-arts@hotmail.com
ADULTES
Comédiens, chanteurs, danseurs et choristes se joignent pour la préparation d'un spectacle du temps des fêtes « CHCEUR AVALANCHE »

COMÉDIE MUSICALE/CHANT/ CHORALE

Ensemble vocal
Music-O-Choeur
450 492-0350
www.musicochoeur.ca
clauddeb_01@hotmail.com
18 ANS ET PLUS
Création d'une comédie originale incluant chant, théâtre, danse, etc.



Activités offertes par les organismes – SESSION ÉTÉ 2021

Inscriptions : auprès des organismes

PRATIQUES MUSICALES

Orchestre à Vents de Terrebonne
450 492-7473
www.ovterrebonne.com
Des musiciens d'instruments à vent et à percussion se réunissent une fois par semaine pour pratiquer un répertoire d'orchestre d'harmonie en vue de concerts.

CUISINE

APPRENTI CUISTOT

La Maison des Familles Plaines
514 436-0819
mdfp2009@gmail.com
6 À 8 ANS
Une belle occasion de découvrir l'univers de la cuisine pour les jeunes.

CUISINONS ENSEMBLE

La Maison des Familles Plaines
514 436-0819
mdfp2009@gmail.com
2 À 5 ANS
Activité cuisine parent-enfant.

JEUNE CHEF

La Maison des Familles Plaines
514 436-0819
mdfp2009@gmail.com
13 À 17 ANS
Une belle occasion de découvrir l'univers de la cuisine pour les adolescents.

JEUNE CUISTOT

La Maison des Familles Plaines
514 436-0819
mdfp2009@gmail.com
9 À 12 ANS
Une belle occasion de découvrir l'univers de la cuisine pour les préadolescents.

DÉCOUVERTE CULINAIRE

La Maison des Familles Plaines
514 436-0819
mdfp2009@gmail.com
ADULTE
Une belle occasion de découvrir de nouvelles recettes.

DANSE

BALADI PRÉNATAL ET POSTNATAL

Carrefour familial des Moulins
450 492-1257
www.carrefourfamilialdesmoulins.com
Apprenez les bases de cette danse féminine sur une musique rythmée. Tonifier votre musculature de façon amusante et renforcer le plancher pelvien !

COURS DE DANSE

Troupe Création Danse inc.
438 887-8375
www.troupecreationdanse.com
troupecreationdanse@hotmail.com
3 ANS ET PLUS
Initiation, préjazz, jazz funky, hip-hop, ballet classique, moderne contemporain, perfectionnement jazz et hip-hop.

DANSE TRAD

Association québécoise de loisirs folkloriques – Région Rive-Nord
450 961-1158
gmorinleveille@hotmail.com
Danses traditionnelles québécoises avec musique et « *calleur* ».

SOIRÉE DANSANTE

Club Fadoq de l'Âge d'or de Lachenaie Terrebonne inc.
450 471-1696
www.fadoqlanaudiere.ca
Soirée pour pratiquer la danse en ligne apprise lors des cours. S'adresse à toutes les personnes ayant le goût de faire des rencontres amicales.

DANSE TRADITIONNELLE ET MUSIQUE

LA TROUPE CRÉATION DANSE

438 887-8375
www.troupecreationdanse.com
troupecreationdanse@hotmail.com

ÉVÉNEMENTS ET ANIMATION

ACTION ÉVÉNEMENTS

450 430-3338
www.actionevenements.com
info@actionevenements.com
Divers spectacles et galas d'humour. Plus d'informations sur leur site Web.

LANGUES

CONVERSATION ANGLAISE

Club FADOQ de l'âge d'or de Lachenaie Terrebonne inc.
450 471-1696
www.fadoqlanaudiere.ca

50 ANS ET PLUS

Cours d'apprentissage du vocabulaire, de la grammaire et de la syntaxe de la langue anglaise afin de la comprendre, de se faire comprendre et de converser en voyage ou dans la vie quotidienne.

COURS D'ESPAGNOL

Club FADOQ de l'âge d'or de Lachenaie Terrebonne inc.
450 471-1696

www.fadoqlanaudiere.ca

50 ANS ET PLUS

Cours d'apprentissage du vocabulaire, de la grammaire et de la syntaxe de la langue espagnole dans le but de la comprendre, de se faire comprendre et de converser en voyage ou dans la vie quotidienne.

PHOTO

CLUB PHOTO TERREBONNE

514 889-1805
www.clubphototerrebonne.com
info@clubphototerrebonne.com
16 ANS ET PLUS
Soirée des membres.
Formation aux citoyens.



Activités offertes par les organismes – SESSION ÉTÉ 2021

Inscriptions : auprès des organismes

THÉÂTRE

COURS DE THÉÂTRE ET D'IMPROVISATION

Théâtre Côte à Côte

450 477-3075

www.theatrecoteacote.com

info@theatrecoteacote.com

Interprétation théâtrale, improvisation, humour stand-up comique, création collective, scénarisation cinématographique, expression corporelle, exercices d'articulation et de voix, jeux créatifs, travail individuel et de groupe, démonstrations et spectacles.

THÉÂTRE

La Troupe de théâtre amateur « Les Farfelus »
514 238-0620

mar66hel@videotron.ca

Troupe de théâtre pour adultes.

THÉÂTRE

La Troupe de théâtre
La Clé des champs

514 295-4256

leblanc_e@hotmail.com

Troupe de théâtre pour adultes.

VARIA

PROMOTION DE L'HISTOIRE ET DU PATRIMOINE DE TERREBONNE

Société d'histoire de la région de Terrebonne
450 492-7477

www.shrt.qc.ca

Exposition permanente de photographies anciennes, de cartes et de pièces touchant l'histoire de Terrebonne. Salle de recherche et de documentation, visite guidée et événements spéciaux.

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES

ARTS MARTIAUX ET SPORTS DE COMBAT

BOXE

Club de boxe l'Impérium
450 961-9295, poste 438

www.boxeimperium.com

info@boxeimperium.com

6 ANS ET PLUS

Cours sur les différentes techniques de la boxe récréative (débutants, moins débutants, petits et grands).

BOXE HIT

Club de boxe l'Impérium
450 961-9295, poste 438

www.boxeimperium.com

info@boxeimperium.com

6 ANS ET PLUS

Entraînement moins axé sur l'aspect technique de la boxe et remise en forme.

COURS DE KARATÉ

Centre d'arts martiaux
Dojo K de Terrebonne
450 621-6360

www.dojo-k.org

info@dojo-k.org

6 ANS ET PLUS

Divers cours de karaté traditionnel Goju Ryu selon des catégories d'âge et programme sport-études disponible. Niveau Initiation à Élite, ceinture blanche à ceinture noire. Compétition.

COURS DE KARATÉ

GOJU RYU TRADITIONNEL

Enfants et adultes

969 A (2^e étage),

BOUL. TERREBONNE

Pour les coûts, consultez :

Fr-

ca.facebook.com/DojoKdeTerrebonne

COURS DE KARATÉ/KOBUDO

Centre d'arts martiaux

Dojo K de Terrebonne

450 621-6360

www.dojo-k.org

info@dojo-k.org

6 ANS ET PLUS

Cours de maniement d'armes.

JUDO

Club de Judo de Terrebonne

438 498-5675

www.clubjudoterrebonne.com

judo.terrebonne@gmail.com

5 À 77 ANS

Cours de judo avec technique de combat et d'immobilisation au sol et technique debout.

JUDO

Club de judo Lachenaie

514 802-3541

www.clubjudolachenaie.com

info@clubjudolachenaie.com

Offre de cours et d'ateliers

de judo récréatif et compétitif.

TAEKWONDO

Taekwondo Di Jo Kwan

Terrebonne

514 243-5847

www.taekwondovilleneuve.com

tkd_jean@hotmail.com

5 ANS ET PLUS/COURS

ADOS ET ADULTES

Différents cours pour petits et grands : régulier, parent-enfant, Poomsae, haute performance, club élite, sport-études, cours privés, cours bout de chou. 18 h 30 à 19 h 30

BADMINTON

BADMINTON

Badminton La Plaine

450 477-5040

cwcharron@sympatico.ca

Badminton pour adultes en gymnase.

BADMINTON

Ligue de badminton

Lachenaie

514 718-3225

christye16@hotmail.com

Badminton pour adultes en gymnase.

BALLE MOLLE / BASEBALL / SOFTBALL

BALLE MOLLE

Les Tigres de

Terrebonne-Mascouche

450 961-2472

nadjcls@videotron.ca

Balle molle pour personnes handicapées intellectuelles.

BALLE MOLLE

Ligue de balle molle

Amical 4/40 de Terrebonne

450 492-7284

denisstonge@videotron.ca

Balle molle pour adultes de 40 ans et plus.

LIGUE DE BALLE MOLLE AU FÉMININ

Amical – 30 ans et plus

514 756-3195

mag1749garf@gmail.com

BALLE MOLLE

Ligue de balle molle

Des Moulins+

450 964-7258

pionrichard@videotron.ca

Balle molle pour adultes.

BALLE MOLLE

Ligue de balle molle

Les Jeunes de Cœur

514 594-6765

pierrepoirier1965@hotmail.com

com

Balle molle pour adultes.

BALLE MOLLE

Ligue de balle molle

Lachenaie

438 395-1505

claud.bouchard1221@videotron.ca

videotron.ca

Balle molle pour adultes.



Activités offertes par les organismes – SESSION ÉTÉ 2021

Inscriptions : auprès des organismes

BALLE MOLLE

Ligue de balle molle
la Seigneurie
514 442-6755
christian.beliveau@videotron.ca
Balle molle pour adultes.

BALLE MOLLE

Ligue de balle molle
Les BB Boomers
450 492-0268
g.laviolette@videotron.ca
Balle molle pour adultes.

BALLE MOLLE

Ligue de balle molle
St-Patrick
438 399-6149
cariboulebel@gmail.com
Balle molle pour adultes.

BALLE MOLLE

Ligue de balle molle
Old Timers
438 869-9186
elyse.baribeau.drolet@hotmail.com
Balle molle pour adultes.

BALLE MOLLE FÉMININE

Ligue de balle molle féminine
de la Seigneurie
514 703-4694
melissalebrun@gmail.com
Balle molle féminine.

BASEBALL

Association du baseball mineur de La Plaine inc.
514 979-2565
www.lesdragonslaplaine.com
presidente.laplainebaseball@hotmail.com
4 À 18 ANS
Camps d'entraînement et saison régulière.

BASEBALL

Association de baseball et balle molle mineur
Bois-des-Filion,
Lorraine, Rosemère et Terrebonne
514 781-0785
www.baseball-blrt.com
info@baseball-blrt.com

5 ANS ET PLUS

Camps d'entraînement et saison régulière.

BASEBALL

Association du baseball mineur de Terrebonne inc.
450 729-0646
www.baseballterrebonne.ca
president@baseballterrebonne.ca
Camps d'entraînement et saison régulière.

BASEBALL

Les Padres de Terrebonne
514 793-8847
charley11.86@hotmail.com
Baseball sénior.

SOFTBALL

Association de softball mineur féminin Lachenaie-La Plaine-Terrebonne
450 477-9072
nomadesterrebonne@gmail.com
Camps d'entraînement et saison régulière.

BASKETBALL

BASKETBALL

Association de basketball du coin dynamique
514 831-3238
www.abcdbasketball.ca
abcdbasketball@hotmail.com
5 À 12 ANS
Basketball pour les jeunes.

CARDIO DANSE

ZUMBA®

Société canadienne de la sclérose en plaques – Section Lanaudière
450 417-3562
www.scleroseenplaques.ca/lanaudiere

Cours transportant les participants avec des rythmes latins et proposant un excellent exercice cardio sur chaise ou debout.

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE ET MULTISPORTS

ABDO FESSIER

Visa Santé Terrebonne
514 585-4207
alexthiery@hotmail.com
Combinaison variée d'exercices touchant la ceinture abdominale et le bas du corps.
Programme intensif.

CARDIO BOOT CAMP

Visa Santé Terrebonne
514 585-4207
alexthiery@hotmail.com
Exercices de musculation très intensifs.

CARDIO CIRCUIT

Visa Santé Terrebonne
514 585-4207
alexthiery@hotmail.com
Exercices cardio suivis d'endurance musculaire.

CARDIO CIRCUIT PLUS

Visa Santé Terrebonne
514 585-4207
alexthiery@hotmail.com
Exercices cardio suivis de travail musculaire intense.

CARDIO MAMAN/BÉBÉ

PARENT ET BÉBÉ (bébé ne rampe pas)
Carrefour familial des Moulins
456 492-1257
www.carrefourfamilialdesmoulins.com
Renforcement musculaire et amélioration du cardio par intervalle sans saut.
Énergisez-vous en plus de perdre des calories sous les yeux de bébé.

CŒUR EN SANTÉ

Visa Santé Terrebonne
514 585-4207
alexthiery@hotmail.com
Équilibre, force musculaire, endurance cardiovasculaire, étirement.

ENTRAÎNEMENT DE TRIATHLON

Triathlon Rive-Nord
514 709-2307
www.triathlonrivenord.com
info@triathlonrivenord.com
Entraînement de course à pied, de natation et de vélo supervisés par des entraîneurs certifiés (différents niveaux).

EXERCICES ADAPTÉS (ARTHROSE, ARTHRITE, FIBROMYALGIE)

Visa Santé Terrebonne
514 585-4207
alexthiery@hotmail.com
Exercices accessibles et adaptés pour améliorer la flexibilité et la circulation.

PILATES ÉNERGIE

Visa Santé Terrebonne
514 585-4207
alexthiery@hotmail.com
Respiration accompagnée d'exercices de musculation du dos et de la ceinture abdominale.



Activités offertes par les organismes – SESSION ÉTÉ 2021

Inscriptions : auprès des organismes

PILATES MAMAN-BÉBÉ

Visa Santé Terrebonne
514 585-4207

alexthiery@hotmail.com

Exercices de respiration qui accompagnent les exercices renforçant la ceinture abdominale.

PILATES PRÉNATAL

Carrefour familial
des Moulins

450 492-1257

www.carrefourfamilialdesmoulins.com

FUTURES MAMANS

Enchaînement de mouvements combinés à la respiration pour améliorer la flexibilité, le tonus musculaire, le plancher pelvien et renforcer les muscles abdominaux.

POUSSETTE CIRCUIT VITALITÉ

Carrefour familial
des Moulins

450 492-1257

www.carrefourfamilialdesmoulins.com

ADULTES ET

BÉBÉS (qui ne rampent pas)

Marche dynamique et adaptée pour les mamans avec arrêts à des stations d'exercices qui sollicitent tous les muscles.

REMISE EN FORME

Club Fadoq de l'Âge d'or de
Lachenaie Terrebonne inc.

450 471-1696

www.fadoqlanaudiere.ca

50 ANS ET PLUS

AÎNÉS EN FORME

EXERCICES AU SOL

REMISE EN FORME POSTNATALE

Carrefour familial
des Moulins

450 492-1257

www.carrefourfamilialdesmoulins.com

ADULTES ET

BÉBÉS (qui ne rampent pas)

Activités conçues spécialement pour vous aider à retrouver la forme musculaire après l'accouchement et favoriser un retour rapide et sécuritaire à vos activités physiques.

STRETCHING

Visa Santé Terrebonne

514 585-4207

alexthiery@hotmail.com

Respiration et étirements pour travailler l'équilibre musculaire.

STRETCHING ADAPTÉ

Société canadienne de la
sclérose en plaques Section
lanaudière

450 417-3562

www.scleroseenplaques.ca/lanaudiere

Gymnastique douce qui consiste à réaliser des exercices d'étirements musculaires pour améliorer sa souplesse et se détendre sur chaise ou debout.

CROSSE

CROSSE

Association de
crosse des Moulins

514 234-9385

chantallanglois@hotmail.com

Camp d'entraînement et saison régulière.

ESCRIME

ESCRIME

Club d'escrime

Les Seigneurs

De la Rive-Nord

450 437-0515

www.seigneursrivenord.com

4 ANS ET PLUS

Cours d'escrime et tournois, de l'initiation à la compétition.

ESCRIME

La Garde du Lys

450 806-9375

www.gardedulys.com

10 ANS ET PLUS

Formation d'escrime au fleuret, à l'épée de cours et à la main gauche.

Désarmement, corps à corps, combat à plusieurs adversaires, techniques de combat rapproché.

FOOTBALL

FOOTBALL

Association régionale
de football

Laurentides/Lanaudière

514 442-6755

www.arfil.com

info@arfil.com

6 ANS ET PLUS

Entraînements, parties et tournois. Différents niveaux offerts (Atome à Bantam AAA, en plus des équipes de compétition AAA).

GYMNASTIQUE

GYMNASTIQUE ET

TRAMPOLINE

Club de gymnastique
Viagym inc.

450 492-7219 (boîte

vocale)www.viagym.org

info@viagym.org

16 MOIS À 3 ANS

Activités parent-enfant
3 ANS À 17 ANS

Divers cours de gymnastique et de trampoline selon des catégories d'âge, activité Vendredi Viagym (vendredi soir congé pour les parents !!!), fêtes d'enfants, gymnastique rythmique (détails à venir), cours de yoga (détails à venir) et gymnastique adaptée

HOCKEY / HOCKEY BALLE / HOCKEY COSOM

HOCKEY BALLE

Ligue de hockey balle junior
du Québec

438 448-8728

www.lhbjq.com

info@lhbjq.com

Hockey balle en extérieur pour les jeunes.

HOCKEY BALLE

Ligue de hockey balle

Terrebonne

450 471-8491

hockey.hbt@gmail.com

Hockey balle en extérieur pour les adultes.

HOCKEY COSOM

Ligue des sages de

Terrebonne

438 882-4001

pierrerojyr@hotmail.com

Hockey cosom en gymnase pour adultes.



Activités offertes par les organismes – SESSION ÉTÉ 2021

Inscriptions : auprès des organismes

HOCKEY SUR GLACE

Association du hockey mineur de Lachenaie
450 961-9295, poste 205
www.hockeylachenaie.com
secretariat@hockeylachenaie.com

Pratiques et parties de hockey sur glace (initiation, récréation et compétition).

HOCKEY SUR GLACE

Association du hockey mineur de La Plaine
450 961-9295, poste 305
www.ahmlaplaine.qc.ca
info@ahmlaplaine.qc.ca

Pratiques et parties de hockey sur glace (initiation, récréation et compétition).

HOCKEY SUR GLACE

Association du hockey mineur de Terrebonne inc.
450 961-9295, poste 305
www.ahmt.com
secretariat@ahmt.com
450 961-9295, poste 429
4 ANS ET PLUS

Pratiques et parties de hockey sur glace (initiation, récréation et compétition).

HOCKEY SUR GLACE

Club de hockey midget AAA Laurentides-Lanaudière
450 839-3672
www.phenixaaa.ca
jlanoie@collegeblondin.qc.ca
450 839-3672

HOCKEY SUR GLACE

Les Cobras de Terrebonne
450 961-9295, poste 428
www.cobrasterrebonne.com
robert_dubuc@videotron.ca
Club de la Ligue de Hockey Junior du Québec (Junior AAA)

HOCKEY SUR GLACE

Organisation du hockey mineur féminin de Lanaudière (O.H.M.F.L.)
514 712-8025
www.organisationhmfl.com

Pratiques et parties de hockey sur glace –
FILLES DE 4 À 21 ANS
(initiation, récréation et compétition)

6 À 12 ANS

Programme Première présence – Multiglacé de Lachenaie, février et mars 2021. Informations et inscription au
www.organisationhmfl.com

KIN-BALL

KIN-BALL

Association régionale de Kin-Ball de Lanaudière (A.R.K.B.L.)
450 759-7426
www.kin-ball.qc.ca/lanaudiere
coordo.lanaudiere@kin-ball.qc.ca
Cours de kin-ball, tournois et perfectionnement.

PATINAGE ARTISTIQUE

PATINAGE ARTISTIQUE

Club de patinage artistique de Terrebonne inc.
450 961-9295, poste 430
www.cpaterrebonne.com
info@cpaterrebonne.com
Cours de patinage artistique et de danse artistique (récréatif et compétitif).

PATINAGE ARTISTIQUE

Club de patinage artistique Odysée La Plaine inc.
450 961-9295, poste 308
www.cpalaplaine.com
lynmarc@msn.com

3 À 20 ANS

Cours de patinage artistique et de danse artistique (récréatif et compétitif).
École de printemps disponible.

PATINAGE DE VITESSE

PATINAGE DE VITESSE

Club de patinage de vitesse –
Région Lanaudière
450 470-3001, poste 3477
www.cpvrl.org
cpvrl.questions@hotmail.com
4 ANS ET PLUS

Apprendre à patiner ou perfectionner le patinage de vitesse.
Cours de patinage de vitesse de l'initiation à la compétition.

PÉTANQUE

PÉTANQUE

Les Amis de la pétanque de Terrebonne
450 471-7475
thergin@outlook.com
Activité extérieure de pétanque.

PÉTANQUE

Les Magiciens de la pétanque des Moulins
450 474-7460
vaillancourt.muriel@videotron.ca
50 ANS ET PLUS
Activité extérieure de pétanque, tournois ponctuels.

PÉTANQUE

Ligue de pétanque des Moulins (Amicale des Vétérans)
450 471-4790
Activité de pétanque pour adultes.

PÉTANQUE

Ligue de pétanque Les copains de La Plaine
450 477-1641
Activité de pétanque pour adultes.

PICKLEBALL

PICKLEBALL

Club de pickleball de Terrebonne
514 219-7706
pickleballterrebonne@outlook.com
Activité de pickleball en gymnase et à l'extérieur.

PLEIN AIR

AVIRON

Club d'aviron Terrebonne –
514 701-7263
www.avironterrebonne.ca
info@avironterrebonne.ca

D'avril à octobre, programmes variés d'aviron sur l'eau au parc de la Rivière (compétitifs, récréatifs, familial, enfants 10 ans et plus).

De novembre à mars, entraînement intérieur au Centre de soccer Terrebonne.

CHASSE ET PÊCHE

Association de chasse et pêche des Moulins inc.
514 912-1215
legerj1@hotmail.com
Activités de toutes sortes telles que cours de chasse et pêche, tir à l'arc, tir d'arme à feu et tournois de pêche et chasse.



Activités offertes par les organismes – SESSION ÉTÉ 2021

Inscriptions : auprès des organismes

MARCHE

Club de marche de Terrebonne
450 416-3425
55 ANS ET PLUS
Les rencontres se déroulent habituellement à l'Île-des-Moulins.
À l'occasion, d'autres sorties et activités sociales sont proposées.

MARCHE

Club Fadoq de l'Âge d'or de Lachenaie Terrebonne inc.
450 471-1696
www.fadoqlanaudiere.ca
www.fadoqlanaudiere.ca
fadoqlachenaie@gmail.com

MARCHE AMICALE
50 ANS ET PLUS

RANDONNÉES BOISÉES AVEC BÉBÉ

Carrefour familial des Moulins
450 492-1257
www.carrefourfamilialdesmoulins.com
Randonnée en forêt avec bébé, bien installé contre vous en portage. Le plaisir de bouger tout en prenant un bol d'air frais automnal. Profitez de ces moments, des belles couleurs et rencontrer d'autres parents!
*Le parent et bébé doivent être à l'aise avec la technique de portage et apporter son porte-bébé.

RANDONNÉES EN MOTO

Association Moto Tourisme – Région de Terrebonne
514 863-0023
www.amtrt.com
president@amtrt.com
Randonnées de groupe en motocyclettes un peu partout au Québec et aux États-Unis.

SKI

Alliance Fami-Ski inc.
514 318-5790
www.fami-ski.org
marieeve.famiski@gmail.com
Organisation de journées de ski dans différentes stations.

RINGUETTE

RINGUETTE
Association de ringuette des Moulins
450 961-9295, poste 310
www.ringuettedesmoulins.com
info@ringuettedesmoulins.com
Pratiques et tournois de ringuette.

SACS DE SABLE

SACS DE SABLE
Ligue de sacs de sable de Terrebonne
450 964-5961
landryj55@hotmail.com
Jeux de sac de sable.

SOCCER

SOCCER
Association de soccer de Bois-des-Filion
www.cstitans.com
registrariat.soccer.bdf@gmail.com
Soccer récréatif et de compétition.

SOCCER

Club de soccer La Plaine inc.
450 477-0372
www.soccerlaplaine.com
info@soccerlaplaine.org
Soccer récréatif et de compétition.

SOCCER

Club de soccer Terrebonne inc.
450 722-2005
www.soccerterrebonne.com
dg@soccerterrebonne.com
450 722-2005
5 ANS ET PLUS
Soccer récréatif et de compétition, au complexe Multisport de Terrebonne.

SOCCER

Ligue de soccer adulte de Terrebonne
www.lsatsoccer.ca
mladouceur-cma@sympatico.ca
ADULTES
Soccer en extérieur.

SOCCER

Ligue de soccer adulte La Plaine Les Lions
450 478-3219
jean-sebastien.gariepy@can.gd-ots.com
ADULTES
Soccer en extérieur.

TENNIS

TENNIS
Club de tennis de Terrebonne
514 573-3429
www.tennisterrebonne.net
club@tennisterrebonne.net
Tennis animé, rencontre d'équipes, ligue de simple et de double, tournois et ateliers spécialisés avec instructeurs. Différents niveaux disponibles.

VOLLEYBALL

VOLLEYBALL INTÉRIEUR
Comité des loisirs du Sommet
450 492-2961
jplaurin1@gmail.com
Volleyball récréatif.

VOLLEYBALL INTÉRIEUR
Club amical de ballon-volant de La Plaine
514 668-0789
stephano_delavoie@hotmail.com
Volleyball récréatif.

VOLLEYBALL INTÉRIEUR

Ligue de volleyball féminine de Terrebonne
514 814-3404
fpoirier@zone3.ca
Volleyball récréatif pour femmes adultes.

YOGA

YOGA
Carrefour familial des Moulins
453 492-1257
www.carrefourfamilialdesmoulins.com
Adapté à la grossesse, ce cours vous aidera à améliorer votre posture, votre tonus musculaire et à renforcer vos muscles pelviens.

YOGA PRÉNATAL DE JOUR
FUTURES MAMANS
YOGA POSTNATAL
MAMANS ET BÉBÉS (0-8 MOIS)

ACTIVITÉS COMMUNAUTAIRES

BANQUES ALIMENTAIRES

COMITÉ D'AIDE AUX LACHENOIS
450 964-0360

COMITÉ D'AIDE AUX PLAINOIS
450 477-8761
cap.terrebonne@gmail.com

LES ŒUVRES DE GALILÉE
450 492-9442
www.galileeterrebonne.com
lesoeuvresdegallee@videotron.ca

SERVICE D'AIDE SEDAI T.S.S.
450 433-0888
servicedaidesedai@hotmail.ca



Activités offertes par les organismes – SESSION ÉTÉ 2021

Inscriptions : auprès des organismes

RESSOURCES D'AIDE À LA PERSONNE

**ACTION FAMILLES
DE LA PLAINE**
514 550-8191
jojocucue@outlook.com

**ACTION POPULAIRE
DES MOULINS**
450 477-8985
www.actionpopulaire.org
info@actionpopulaire.org

**AIDE ET INFORMATION
SUR LES DROITS
ET RECOURS :**
**AIDE SOCIALE (SITUATION
DE PAUVRETÉ)**

**ALBATROS
LANAUDIÈRE INC.**
450 966-9508
www.albatros-lanaudiere-73.webself.net
infos@albatros-lanaudiere.org

**ALCOOLIKES
ANONYMES**
514 376-9230

« **AMINATE** » -
**ACCUEIL
MULTIETHNIQUE
ET INTÉGRATION
DE NOUVEAUX
ARRIVANTS
À TERREBONNE ET
DANS LES ENVIRONS**
450 492-7989
www.aminat.qc.ca
info@aminat.qc.ca

**ASSOCIATION
COOPÉRATIVE
D'ÉCONOMIE
FAMILIALE
LANAUDIÈRE**
450 756-1333
www.consommateur.qc.ca/
acef-lan/
aceflanaudiere@gmail.com

**ASSOCIATION
DE PARENTS
D'ENFANT
TRISOMIQUE-21
LANAUDIÈRE**
450 477-4116
www.apetl.org
info@apetl.org

SERVICE DE JOUJOUTHÈQUE

**ACCOMPAGNEMENT
EN LOISIR ET
SALON DES JEUNES**

**COURS DE NATATION
ADAPTÉ**

**ASSOCIATION
DES DEVENUS
SOURDS ET
MALENTENDANTS
DU QUÉBEC**
450 657-8500
www.adsmqam.org
adsmqam@gmail.com

**ASSOCIATION DES
PERSONNES
HANDICAPÉES
PHYSIQUES
RIVE-NORD**
450 654-8279
www.aphprn.com
aphprn1@hotmail.com

**ASSOCIATION DES
PERSONNES
HANDICAPÉES
VISUELLES
DE LANAUDIÈRE**
450 474-8268
www.aphvl.com
info@aphvl.com

CAFÉ-RENCONTRE

**ASSOCIATION O.L.O.
DES MOULINS**
450 471-2881, poste 4264
landrylacroix@videotron.ca

**ASSOCIATION
PANDA MRC
LES MOULINS**
450 654-1153
www.pandamrcdesmoulines.org
info@pandamrcdesmoulines.org

**ASSOCIATION
QUÉBÉCOISE DE
DÉFENSE DES DROITS
DES PERSONNES
RETRAITÉES**
450 918-0800
www.aqdr.org
administration@aqdrdesmo
ulins.org

**CAFÉ DE RUE
TERREBONNE**
450 964-3104
www.cafederueso.org
cdrt@videotron.ca

**CALACS LA
CHRYSLIDE**
450 964-7888
www.calacslachrysalide.ca
info@calacslachrysalide.ca

**CENTRE D'ACTION
BÉNÉVOLE
DES MOULINS INC.**
450 964-9898, poste 224
www.cabdesmoulines.org
cabdesmoulines@videotron.ca

**CENTRE DE F.A.M.
DES MOULINS**
450 964-5827
centrefam@videotron.ca
FEMME 18 ANS ET PLUS

**CENTRE DE
PRÉVENTION
DU SUICIDE DE
LANAUDIÈRE**
1 866 277-3553
www.cps-lanaudiere.org
administration@
cps-lanaudiere.org

**CENTRE DE
RESSOURCES
POUR HOMMES
DU SUD DE
LANAUDIÈRE**
450 961-1241
www.aidehomme.com
aidehomme@gmail.com

**COCAÏNOMANES
ANONYMES**
514 527-0657

**COMPTOIR
D'ENTRAIDE
DE TERREBONNE**
450 471-1067
www.centraidelaurentides.org
jcote@centraide
laurentides.org

**CROIX-ROUGE
SECTION LES
MOULINS**
450 965-0838
alpes2@videotron.ca

**DÉPENDANTS
AFFECTIFS
ANONYMES**
1 877 621-4744

**DIABÈTE
RIVE NORD**
438 392-8362
www.diabeterivenord.org
info@diabeterivenord.org

VILAVI CANADA
450 964-6566
www.vilavi.ca
info@vilavi.ca

**DYSPHASIE
LANAUDIÈRE**
450 474-8870 poste 103
www.dysphasielanaudiere.org
administration@dysphasie
lanaudiere.org

**FONDATION
BON MATIN**
450 471-7318
jeajaccos@videotron.ca

GAM-ANON
450 416-4599

**GAMBLERS
ANONYMES**
1 800 461-0140

**LA LUEUR
DU PHARE
DE LANAUDIÈRE**
450 752-4544
www.lueurduphare.org
lueurduphare@videotron.ca



Activités offertes par les organismes – SESSION ÉTÉ 2021

Inscriptions : auprès des organismes

**LA MAISON
DES FAMILLES
PLAINOISES**
514 436-0819
mdfp2009@gmail.com

**LA ROSE BLEUE,
ASSOCIATION
DE PERSONNES
HANDICAPÉES
LES MOULINS**
450 474-7007
www.associationlarosebleue.com
assrosebleue@videotron.ca

**EQUIJUSTICE
LANAUDIÈRE SUD**
450 581-1459, poste 24
www.equijustice.ca
lanaudièresud@equijustice.ca

LE NÉO
450 964-1860
www.le-neo.com
neo@le-neo.com

LES AMIS DE SIMON
438 503-7633
www.lesamisdesimon.com
info@lesamisdesimon.com
**PARENTS ENDEUILLÉS
D'ENFANT**
RENCONTRES MENSUELLES

**LES PETITS FRÈRES
DE TERREBONNE**
514 248-3384
sudlanaudiere@petitsfreres.ca

**LES RÉPITS
DE GABY**
450 754-2782
www.repitsdegaby.com
direction@repitsdegaby.com

**LA MAISON
ADHÉMAR-DION**
450 932-0870 poste 145
www.maisonadhemardion.ca
info@maisonadhemardion.com

**MOUVEMENT
ORGANISÉ DES
MÈRES SOLIDAIRES
(M.O.M.S.)**
450 961-9107
www.momsterrebonne.org
info@momsterrebonne.org

**NARCOTIQUES
ANONYMES**
855 544-6362

**NOURRI-SOURCE
LANAUDIÈRE**
450 474-0563
www.nourrisource
lanaudiere.org
nourrisourcelanaudiere@gmail.com

**HALTE-ALLAITEMENT
VIRTUELLE
RENCONTRE PRÉNATALE
SUR L'ALLAITEMENT**

**PARRAINAGE
CIVIQUE
LANAUDIÈRE**
450 417-0922
www.parrainagecivique
lanaudiere.com
pcldesmoulins@videotron.ca

PROJET F.E.L.I.X.
514 265-2475
www.projetfelix.ca
projet.felix@gmail.com

PUITS EAU MALI
450 416-4789
www.puitseaumali.org
puitseaumali@gmail.com

**REGROUP'ELLES
INC.**
450 964-4404
coordination@regroupelles.org
Maison d'hébergement pour
femmes et enfants victimes
de violence conjugale.

**RÉSEAU DES
PROCHES AIDANTS
LES MOULINS**
450 326-7372 poste 100
www.rdpalesmoulins.ca
coordination@rpalesmoulins.ca

**COOPÉRATIVE
LE CHEZ NOUS DU
COMMUNAUTAIRE**
Aléatoire
Selon les conférences

**SOCIÉTÉ
ALZHEIMER
DE LANAUDIÈRE**
450 759-3057
www.sadl.org
info@sadl.org

**SOCIÉTÉ
CANADIENNE DE LA
SCLÉROSE EN
PLAQUES SECTION
LANAUDIÈRE**
450 417-3562
www.scleroseenplaques.ca/
lanaudiere
info.lanaudiere@sclerose
enplaques.ca

**SOCIÉTÉ
CANADIENNE
DU CANCER**
514 632-1155
www.cancer.ca
clavoie@sutton.com

**SOCIÉTÉ DE
L'AUTISME
RÉGION
LANAUDIÈRE**
450 759-9788, poste 4
www.autismelanaudiere.org
sarl@autisme-lanaudiere.org

**TOUS LES ENFANTS
DE L'AUTRE MONDE**
450 729-0917
www.team-monde.org
touslesenfantsdumonde@
team-monde.org

**TRAVAIL DE RUE
LE TRAJET**
514 430-0362
travailderueletrajet@outlook.fr

UNIATOX
450 968-0363
www.uniatox.org
info@uniatox.org
**ADULTES
ATELIERS DE GROUPE
EN PRÉVENTION
DE LA RECHUTE**

**ADULTES ET
JEUNES ADULTES
GROUPE MUSICAL**

**VAISSEAU D'OR
DES MOULINS**
450 964-2418
entraide@vaisseaudor.com

**RESSOURCES
D'INFORMATION,
D'ÉDUCATION
ET D'EMPLOI**

A.B.C. DES MANOIRS
450 471-6928
www.labcdesmanoirs.com
abc-des-manoirs@hotmail.ca

**ACTION RH
LANAUDIÈRE**
450 492-4104, poste 231
www.actionrh.ca
f.pouget@actionrh.ca

**ANTENNE
UNIVERSITAIRE
DU TROISIÈME ÂGE
MRC DES MOULINS**
450 966-6225
www.utadesmoulins.org
milartis@videotron.ca

**ATELIER SPÉCIALISÉ
LES MOULINS**
450 477-4270, poste 233
www.aslm.ca
amalice@aslm.ca



Activités offertes par les organismes – SESSION ÉTÉ 2021

Inscriptions : auprès des organismes

**CARREFOUR
JEUNESSE
EMPLOI DES
MOULINS**
450 492-0088 poste 232
www.cjemoulins.org
dviger@cjemoulins.org
14 À 35 ANS

**AIDE RECHERCHE EMPLOI
ET ORIENTATION
PROFESSIONNELLE**

**CENTRE DE LA
PETITE ENFANCE
LA PIROULINE INC.**
450 961-1072, poste 211
directeurpirouline@videotron.ca

**CENTRE DE LA
PETITE ENFANCE
LES BOURGEONS-
SOLEIL**
450 964-0244, poste 320
l.lachapelle@cpebourgeons
soleil.com

**CENTRE DE LA
PETITE ENFANCE
LES PETITES
GIROUETTES**
450 581-4353, poste 101
cloutier.sylvie@cpeles
petitesgiroquettes.com

**CENTRE DE LA
PETITE ENFANCE
CONTACT JARDIN-
SOLEIL**
450 477-7734
www.cpecjs.ca
administration@cpecjs.ca

**CPE –
GAMIN-GAMINE**
450 477-2180, poste 206
www.cpegamingamine.com
lhuard@cpegamingamine.com

CPE - LA CIGOGNE
450 471-7544
cpecigogne@videotron.ca

CPE - LA TOUPIE
450 312-1413
dg@cpelatoupie.com

**CPE –
LES JOLIS MINOIS**
450 621-0330, poste 229
www.cpelesjolisminois.org
julie.doherty@cpelesjolisminois.org

**CPE –
STATION ENFANCE
DES MOULINS**
450 964-2640, poste 223
www.cpesedm.org
cpestationenfance@
videotron.ca

**PETITE ÉCOLE
DU VIEUX-
TERREBONNE**
450 492-1101
www.petite-ecole.org
contact@petite-ecole.org

RESSOURCES DE SANTÉ, D'HÉBERGEMENT ET DE SOUTIEN À DOMICILE

**CENTRE
D'HÉBERGEMENT
LE DIAPASON**
450 477-6201
diapason.sylvie@gmail.com

**COOPÉRATIVE
D'AIDE À DOMICILE
LES MOULINS**
450 966-4446, poste 223
www.coopdesmoulins.ca
mmickel@coopdesmoulins.ca

**FONDATION SANTÉ
SUD DE LANAUDIÈRE**
450 654-7525, poste 21119
www.effetpapillon.ca
julie.pitre@fondationssl.ca

**COURSE ET MARCHÉ
À VOTRE RYTHME**

**HÉBERGEMENT
D'URGENCE
TERREBONNE**
450 471-4664
www.lahutte.ca
hulterrebbonne@hotmail.com

LE PAS DE DEUX
450 559-6759
www.lepasdedeux.org
info@lepasdedeux.org

**LES AMIS
DE LAMATER**
450 492-0030
www.lesamisdelamater.org

**OFFICE
D'HABITATION DE
LANAUDIÈRE SUD**
450 471-9424
dsac@omhls.com

**PAVILLON DE
L'HARMONIE**
450 471-9424 poste 221
admin1@omhls.com

**POPOTE ROULANTE
LES MOULINS**
450 824-1240
popoteroulantelesmoulins@
outlook.com

AUTRES RESSOURCES COMMUNAUTAIRES

**CARREFOUR
FAMILIAL
DES MOULINS**
450 492-1257
www.carrefourfamilialdes
moulins.com
slampron@carrefourfamilial
desmoulins.com

**PARENTS AVEC
BÉBÉS DE 0 À 6 MOIS
OU
PARENTS AVEC
BÉBÉS DE 6 À 10 MOIS
BÉBÉ FUTÉ**

**PARENT/ENFANT
2 À 5 ANS
BOUGE ET BRICOLE**

**PARENT AVEC
OU SANS ENFANT
CAFÉ-CAUSERIE**

**FUTURS PARENTS
GESTION DE LA
DOULEUR PENDANT
L'ACCOUCHEMENT**

**12 À 18 MOIS
OU
2 À 5 ANS
HALTE-GARDERIE**

**0 À 6 ANS AVEC PARENT
JOUJOUTHÈQUE**

**FUTURS PARENTS
PRÉPARATION À
L'ACCOUCHEMENT
RCR POUR BÉBÉ/ENFANT
RENCONTRE PRÉNATALE**

**PARENTS / ENFANTS
(12 mois et moins)
SERVICE DE RELEVAILLES**

**CERTEX - CENTRE
DE RÉCUPÉRATION
ET DE RECYCLAGE
DU TEXTILE INC.**
450 926-1733, poste 222
www.certexcanada.com
certex@certexcanada.com

**COOPÉRATIVE
DE SOLIDARITÉ
LE CHEZ-NOUS DU
COMMUNAUTAIRE
DES MOULINS**
450 966-9513
www.le-chez-nous.org
direction@le-chez-nous.org

**JARDINS – MARCEL-
DE LA SABLONNIÈRE**
514 894-0282
fabienepouget@hotmail.com

**LACHENAIE
ACTION JEUNESSE,
MAISON DES JEUNES**
450 964-1211
www.mdjactionjeunesse.org
lajmaisondesjeunes@
videotron.ca

Carte de membre pour
l'année 2020-2021 gratuite.

**ACTIVITÉS SPORTIVES,
ARTISTIQUES, CULTURELLES.**

SOUPER COMMUNAUTAIRE.

**ACTIVITÉS DE PRÉVENTION
DE L'ÉCOUTE ET DU SOUTIEN.**



Activités offertes par les organismes – SESSION ÉTÉ 2021

Inscriptions : auprès des organismes

ZONE ADOS

450 964-5598, poste 101
www.zoneados.ca
admin@zoneados.ca

ACTIVITÉS

SOCIOCOMMUNAUTAIRES

CLUBS SOCIAUX

CERCLE

**MARGUERITE DE
PROVENCE #879
FILLES D'ISABELLE
TERREBONNE**
450 471-1529
denise-tessier@hotmail.ca

CHEVALIERS DE

**COLOMB DU
CONSEIL « LA
PLAINE » 10634**
450 477-5275
melanieturc@hotmail.com

CHEVALIERS

**DE COLOMB
DU CONSEIL
« LACHENAIE » 12460**
514 247-8474
chevalierscolomblachenaie@gmail.com

CHEVALIERS DE

**COLOMB DU
CONSEIL DE
« TERREBONNE »**
3483

450 471-3221
conseil3483@videotron.ca

CLUB DE

**L'ÂGE D'OR
DE LA PLAINE**
450 478-6799
dlambert1952@hotmail.com
50 ANS ET PLUS

CLUB DE L'ÂGE D'OR DE LACHENAIE INC.

450 471-1696
www.fadoqlanaudiere.ca
fadoqlachenaie@gmail.com
50 ANS ET PLUS

LE CLUB DES CHOYÉS DE L'ÂGE D'OR DE TERREBONNE

450 964-4351
margelene_bureau@hotmail.ca

CLUB LIONS DE TERREBONNE INC.

438 828-2044
www.clublionsterrebonne.com
clublionsdeterrebonneinc@hotmail.com

CLUB OPTIMISTE DE TERREBONNE INC.

450 496-5083
denis.poitras.doq@videotron.ca

ORDRE FRATERNEL DES AIGLES

**AIRE 3981
TERREBONNE**
450 471-3917
ofa.aire3981@gmail.com

CLUBS DE LOISIRS SPÉCIALISÉS

27^e GROUPE SCOUT LACHENAIE

514 992-2576
e.rousseau@bell.net

7^e GROUPE SCOUT DE TERREBONNE

450 313-1319
www.scoutdeterrebonne.com
info@scoutsterrebonne.com

CORPS DE CADETS 2729 INC.

514 867-2729
www.wcc2729.com
2729terrebonne@hotmail.ca

CLUB DE BRIDGE DE TERREBONNE

450 471-8237
www.rezzultat.com/fr/clubs/terrebonne
rome1953@outlook.com

CLUB DE SCRABBLE LES LETTRES DE MON MOULIN

450 471-6223
g.amireault@videotron.ca

CLUB D'ORNITHOLOGIE DE LA RÉGION DES MOULINS (CORDEM)

514 860-6736
www.cordem.press
cordem@hotmail.com

ESCADRON 757 CADETS DE L'AIR DE MASCOCHE

450 474-6144
aircadetleague.com/fr/squadron/757optimiste-mascouche
757aviation@cadets.gc.ca

LA GARDE DE LACHENAIE INC.

450 471-6053
garde_lachenaie@hotmail.com

LA GARDE PAROISSIALE ST-LOUIS DE TERREBONNE INC.

tremblay.marjolaine@gmail.com

SOCIÉTÉ D'HORTICULTURE ET D'ÉCOLOGIE DES MOULINS

514 441-9561
www.shedm.fsheq.org
shedm@fsheq.com

COMITÉS ET AUTRES RESSOURCES EN LOISIR

COMITÉ DE LOISIRS BONS VOISINS ÎLE ST-JEAN, TERREBONNE

450 471-7318
jeajaccos@videotron.ca

FAMILLES AU SOMMET

514 779-4971
www.famillesausommet.com
famillesausommet@gmail.com

TÉLÉVISION RÉGIONALE DES MOULINS

450 729-0327
www.tvrm.ca
tvrm@tvrm.ca

ENREGISTREMENT D'ÉMISSIONS DE TÉLÉVISION

TOURISME DES MOULINS INC.

450 964-0681
www.tourismedesmoulins.com
tourisme@mrclesmoulins.ca

ACTIVITÉS DES MANDATAIRES

CITÉ GÉNÉRACTION 55+

450 824-9111
www.cite55.org
info@cite55.org

GROUPE PLEIN AIR TERREBONNE/ CÔTE BOISÉE

450 471-1933, poste 701
www.gpat.ca
isabelle.roy@gpat.ca

1150 Côte Boisée
Ski alpin, planche à neige,
glissades sur tube et vélo de
montagne.

GROUPE PLEIN AIR TERREBONNE/ PARC DE LA RIVIÈRE

450 471-1933, poste 701
www.gpat.ca
isabelle.roy@gpat.ca
Canot, kayak, surf à pagaie,
tir à l'arc, disc golf et
spikeball.



Activités offertes par les organismes – SESSION ÉTÉ 2021

Inscriptions : auprès des organismes

LES COMPLEXES SPORTIFS DE TERREBONNE

450 961-9295

www.complexessportifsterrebonne.com

accueil@csterrebonne.com

SOCIÉTÉ DE DÉVELOPPEMENT CULTUREL DE TERREBONNE (SODECT)

450 471-5514, poste 306

www.sodect.com

info@sodect.com