

Chères et chers membres de l'APARL,

Voici les nouvelles de votre centre communautaire préféré!

Les membres de l'équipe unissent leurs voix pour vous souhaiter une douce et heureuse saison d'automne 2023, sous le signe de l'épanouissement et de l'optimisme.

Les membres de l'équipe souhaitent d'autant plus vous remercier pour votre présence en grand nombre aux portes ouvertes du 23 août, dernier.

Nous sommes en ajustement continu face au fonctionnement de nos portes ouvertes annuelles et espérons pouvoir continuer de vous offrir un service de qualité, dans les années futures.



Grâce à votre excellente participation, nous comptons à ce jour plus de 350 inscriptions pour notre programmation d'automne 2023.

Merci de répondre à l'appel d'année en année!





En outre, l'APARL souhaite souligner les 20 années de travail acharné de notre chère responsable des activités, Carole Bélanger, ainsi que les 15 années de loyaux services de notre responsable du programme ATE, Danielle Lamy.

Leur engagement et leur loyauté témoignent de leur amour pour leurs multiples fonctions. Toute l'équipe de l'APARL ne saurait exprimer leur gratitude pour ses nombreuses années de service. L'association souhaite leur accorder leurs plus sincères remerciements pour leur dévouement constant et soutenu à la mission, à la vision et aux valeurs de l'organisme.



Bien à vous, l'équipe de l'APARL

**Conférence : Défis zéro gaspi,
Votre pouvoir d'agir
Par Florence-Léa Siry**

-  26 septembre 2023
-  De 13h30 à 14h30
-  Au Café Entre-nous, du Centre Communautaire Groulx
-  Coût : Contribution volontaire (5\$ suggéré)


*Inscriptions obligatoires, contactez
Johanne Sanche
 450-661-5252
 Securite.alim@aparl.org



**CONFÉRENCE :
DÉFIS ZÉRO GASPI
VOTRE POUVOIR D'AGIR***
PAR FLORENCE-LÉA SIRY



**Déjeuner de la reconnaissance des
Bénévoles
1^{ère} Édition**

-  20 octobre 2023
-  De 10h00 à 11h30
-  Au Café Entre-nous, du Centre Communautaire Groulx
-  Coût : Gratuit

*Inscriptions obligatoires, contactez
Anne-Sylvie Darilus
 450-661-5252
 Adj.dir@aparl.org



L'APARL présente¹

**DÉJEUNER DE LA
RECONNAISSANCE
DES BÉNÉVOLES**

**VENDREDI LE 20 OCTOBRE 2023
DE 10H00 À 11H30
AU CAFÉ ENTRE-NOUS**

**DÉJEUNER FOURNIS
CAUSERIE, RENCONTRES ET PLUS**

La date limite pour vous inscrire est le 10 octobre 2023
Inscription au 450-661-5252 poste 202 ou
au adj.dir@aparl.org

VENEZ EN GRAND NOMBRE!

AUTOMNE 2023

Il est à noter que le Club de Marche "Santé sentiers" sera dorénavant le vendredi à 9h15.

Les inscriptions sont obligatoires.

Coût : 5\$ ou gratuit si vous avez payé 30\$ pour un atelier.



Saviez-vous que L'APARL avait un Journal fait **par, pour et avec** les membres?

Venez vous procurer la dernière édition, au Café Entre-Nous.

N'hésitez pas à nous laisser vos commentaires suite à votre lecture!

LE BONHOMME À LUNETTES

Le service du Bonhomme à lunettes est toujours disponible à l'APARL.

Prenez un rendez-vous au

(514) 303-4315

À noter que vous devez avoir en main votre prescription.

Prochaines dates :

- ✓ **2 octobre 2023, à 9h30**
- ✓ **16 octobre 2023, à 9h30**



Semaine lavalloise des aînés

Du 1^{er} au 7 octobre



Découvrez la programmation. evenements.laval.ca



Semaine lavalloise des aînés

1001 façons de s'activer.



Samedi 30 septembre

18 h à 19 h
Spectacle Alles d'oiseaux Reporté au 1^{er} octobre en cas de pluie
📍 Châlet-restaurant du Centre de la nature
📞 (450) 682-7223
Centre de la nature
Théâtre incliné

Dimanche 1^{er} octobre

10 h à 11 h 30
Spectacle-conférence «L'amour crisse» avec Louise Latraverse
📍 Salle Claude-Legault 475 Boulevard de l'Avenir
📞 (450) 667-8839
10 \$ par personne
Table régionale de concertation des aînés de Laval (TRCAL)

14 h à 15 h 55
Spectacle «15 divas, une seule voix» avec Josnick Fournier
📍 Salle André-Mathieu 475 Boulevard de l'Avenir
Réserve aux détenteurs de billets. Possibilité de mettre la main sur une paire de billets en participant à un concours qui prendra fin le 31 août.
Ville de Laval

Lundi 2 octobre

10 h à 12 h

Lundi 2 octobre

16 h à 17 h
Conférence Prévenir les troubles cognitifs en adoptant de saines habitudes de vie
📍 En virtuel
📞 (1833) 582-4522, poste 201
Réservation préférable, mais non obligatoire
LuciLab et Groupe Promo-Santé Laval



Mardi 3 octobre

10 h à 14 h
Activité Portes ouvertes
📍 672 boulevard des Laurentides bureau 217
📍 En virtuel sur Youtube
📞 (450) 662-6022
Centre d'assistance et d'accompagnement aux aînés de Laval (CAAP Laval)

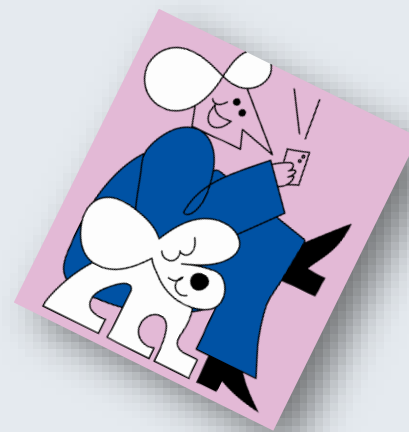
Mercredi 4 octobre

10 h à 12 h
Atelier Jeu de la prévention
📍 3168 Boulevard Cartier Ouest
📞 (450) 681-4240
Réservation préférable, mais non obligatoire
Centre SCAMA et Coopérative de soutien à domicile de Laval

10 h à 12 h
Activité Portes ouvertes
📍 Bioferme 573 rang Saint-Antoine, porte A
📍 Centre d'activités 2095, boulevard des Laurentides
📞 (450) 663-5551, poste 0
Société de l'Autisme et des Ted de Laval

12 h à 14 h 30
Activité Événement Disco
📍 Centre communautaire St-Joseph, grande salle
📞 (450) 681-8813, poste 101
DRA-Laval

13 h à 15 h 30
Conférence et marche Les bienfaits de l'activité physique sur les différents pathologies et marche active
📍 Centre communautaire Groulx 4901, rue St-Joseph
📞 (450) 661-5252, poste 203
Association pour aînés résidant à Laval (APARL) et Groupe Promo-Santé Laval (GPSL)



paire de billets en participant à un concours qui prendra fin le 31 août.
Ville de Laval

Lundi 2 octobre

10 h à 12 h
Activité Portes ouvertes
📍 Bioferme 573 rang Saint-Antoine porte A
📍 Centre d'activités 2095, boulevard des Laurentides
📞 (450) 663-5551, poste 0
Société de l'Autisme et des Ted de Laval

13 h 30 à 15 h 30
Activité Strophe phénilalique
📍 Centre Preska Ouest
📞 (450) 667-8838 poste 0
Centre communautaire Le Bonheur des aînés

14 h à 15 h 30
Activité Portes ouvertes
📍 Service bénévoles d'entraide de Vincent Anselmi (SEVA) 2287 St-Jean-Martin
📍 Centre SCAMA 3168 Boulevard Cartier ouest
📍 Groupe d'entraide La Ronde 5563 Boulevard Desjardins ouest
📍 Réseau Alzheimer Québec Agence (RAQ) 800 rue Montrose
📍 Centre d'entraide du Marquis 331 boulevard de la Concorde est
📞 (578) 934-3860
Réservation obligatoire pour les groupes.
Association des Populaires Résidents de Laval, FADOQI local et InterAction Laval

14 h à 16 h 30
Activité Projection de film
📍 4225 Montée du Maréchal
📞 (450) 936-1922
Centre Communautaire Petit Éclair

16 h à 18 h 30
Conférence Le tour de l'île de Montserrat à pied
📍 Bibliothèque Germaine-Guérin
📞 comesa@laval.ca ou comesa@laval.ca
Ville de Laval

10 h à 16 h
Activité Portes ouvertes
📍 672 boulevard des Laurentides bureau 217
📍 En virtuel sur Youtube
📞 (450) 662-6022
Centre d'assistance et d'accompagnement aux aînés de Laval (CAAP Laval)

11 h à 13 h 30
Activité Un lunch santé tous ensemble
📍 Centre Communautaire Rigout Martineau Cuisine et salle 102
📞 (450) 686-0330
Association Stables Laval

13 h 30 à 15 h 30
Activité Lancement d'un guide activité PHILAS
📍 3168 Boulevard Cartier Ouest
📞 (450) 681-4240
Réservation préférable, mais non obligatoire
Centre SCAMA

14 h à 16 h 30
Activité Projection de film
📍 4225 Montée du Maréchal
📞 (450) 936-1922
Centre Communautaire Petit Éclair

16 h à 18 h 30
Conférence Le tour de l'île de Montserrat à pied
📍 Bibliothèque Germaine-Guérin
📞 comesa@laval.ca ou comesa@laval.ca
Ville de Laval

participer sur les différents pathologies et marche active
📍 Centre communautaire Groulx 4901, rue St-Joseph
📞 (450) 661-5252, poste 203
Association pour aînés résidant à Laval (APARL) et Groupe Promo-Santé Laval (GPSL)

16 h à 20 h
Atelier horticulture Création d'un terrarium fermé
📍 Une spectacle du Centre de la nature
📞 (450) 663-4942
Ville de Laval

Judi 5 octobre

11 h à 13 h
Activité Invitation à un Café Croissant. Travailler à la retraite, c'est tout le temps!
📍 Centre Océanary 3100 boulevard de la Concorde Est
Salle 204
📞 (450) 664-9711
MAD-Centre D'essai et Emploi

16 h à 18 h
Activité Soirée de modélisation
📍 Centre Communautaire St-Louis-de-Montfort 25, Rue St-Louis - local 209
📞 (450) 662-9771
Réservation obligatoire
Centre Communautaire Cumbria de Laval (CCCL)

Légende

- 📍 En ligne
- 📍 En présentiel
- 📞 Réservation requise

La semaine lavalloise des aînés arrivent à grand pas. Soyez informer des nombreuses activités disponibles. Cliquez [ici](https://www.laval.ca) ou consulter www.laval.ca

