



Association pour aînés
résidant à Laval

Tirage d'une carte cadeau de
25 \$ APARL ou ÉPICERIE DE L'EST
DE LAVAL



La Parole est à Vous !

Il est maintenant venu le temps d'échanger ensemble sur les défis vécus par les aînés et aider l'APARL à définir ses priorités pour les prochaines années. C'est pourquoi, nous vous invitons à nos deux groupes de discussion qui se tiendront le :

**Jeudi 21 mars de
9H00 à 12H00**
café et viennoiseries
offertes

au Centre communautaire
Groulx 4901, rue St-Joseph,
St-Vincent-De-Paul, Laval,
H7C 1H6

**Jeudi 28 mars de 18h00
à 20h00**
Souper de style buffet
sera offert

Vous pouvez également compléter le court sondage (approx. de 15 minutes). Vous courez la chance de gagner une carte-cadeau de 25 \$ de l'APARL ou à une épicerie de l'est de Laval.



<https://fr.surveymonkey.com/r/VLJSCZL>



Nous comptons sur votre participation
Invitation aux bénévoles et aux membres (50 ans et plus seulement)



information@aparl.org

450 661-5252

Semaine de Relâche

Nous avons pensé que pour la semaine de relâche, vous souhaiteriez passer du temps de qualité avec vos petits-enfants ou vos arrière-petits-enfants, dans un cadre amusant. C'est pourquoi l'APARL vous propose quelques activités intergénérationnelles divertissantes :



Peinture

**Avec Christiane Joly*

Une façon amusante de faire de la peinture avec vos tout-petits.

Le matériel est fourni

Quand : Mardi le 5

mars

Heure : 13h30 à 15h00

Où : Local 112



Bricolage

**Avec Nicole Garon*

Bricolage avec les enfants du camp de jour du Relais de quartier.

Le matériel est fourni

Quand : Mercredi le 6

mars

Heure : 10h00 à 11h30

Où : Salle 002



Yoga Famille

**Avec Pascale Charest*

De façon ludique, avec vos tout-petits, venez faire du yoga, des mandalas et terminer le tout avec un petit goûter.

Quand : Jeudi le 7

mars

Heure : 14h00 à 15h30

Où : Local 204

INSCRIPTIONS



Nous aimerions avoir 5 bénévoles pour donner un petit coup de main aux enfants avec leur bricolage.

Nous avons besoin de connaître l'âge et le nom de chaque enfant.

Nous espérons que ce volet intergénérationnel vous permettra de profiter de ce temps précieux pour créer des souvenirs inoubliables avec vos petits-enfants et vos arrière-petits-enfants.

***Inscriptions obligatoires**



Dîner de Pâques

Vous êtes cordialement invités à notre traditionnel dîner de Pâques qui se tiendra le 22 mars prochain. Rejoignez-nous pour célébrer cette fête joyeuse dans une ambiance chaleureuse et conviviale en compagnie des membres de l'APARL. Vous pouvez également inviter vos amis à se joindre à nous, même s'ils ne sont pas encore membre de notre association. Un tarif pour les non-membres sera alors offert.

Nous sommes heureux de vous présenter le menu pour notre événement :

Soupe aux pois

Poulet Benny & Co.

(Choix de cuisse ou de poitrine)

Desserts



Quand : Vendredi le 22 mars

Heure : 11h30 à 15h00

Coût : Membres : 15\$ / Non-membres : 20\$

*Inscription obligatoire, les places sont limitées

**Dans un but d'équité pour tous les membres, veuillez noter que pour les inscriptions téléphoniques vous devrez payer votre dîner dans les 5 jours ouvrables suivant la date de votre inscription, sans quoi nous annulerons votre inscription

Dans l'attente de vous retrouver pour ce repas festif.

*Inscriptions obligatoires

INSCRIPTIONS



Inscriptions - Trois façons

Il y a trois moyens pour vous inscrire à nos activités :

-En ligne : Via notre site internet: au bas de la page d'accueil, sous la section navigation: *INSCRIPTION EN LIGNE*

-Par courriel : information@aparl.org

-Par téléphone : (450) 661-5252

INSCRIPTIONS



Quel que soit le moyen que vous choisissiez, nous nous assurerons de vous aider à vous inscrire facilement et rapidement à nos activités.



Nous vous souhaitons un merveilleux mois de mars, rempli d'activités amusantes, de doux souvenirs et de moments mémorables. Ensemble, continuons de bâtir une communauté forte de ses aîné-e-s, comme on s'engage à le faire depuis près de 50 ans.

Merci pour votre soutien continu !
L'équipe de l'APARL



Une communauté forte de ses aîné-e-s, depuis 1974

Suivez-nous sur les Réseaux Sociaux



Nous vous souhaitons un bon mois de mars