



Association pour aînés
résidant à Laval

Infolettre d'avril

Découvrez les dernières nouvelles, événements à venir et bien plus encore. Bonne lecture !

Exposition : Horizons partagés

Exposition 2025



*Au coeur de
la création*

Mardi 6 mai de 18 h à 21 h

L'APARL a le plaisir de vous inviter à
l'exposition

Horizons partagés

Venez admirer les œuvres qui ont été
réalisées par les participants des
différentes activités au cours des deux
dernières années.

Au programme, musique, prestations et chant.

On vous y attend en grand nombre accompagné
de vos proches et de vos amis.

Vin et fromages seront servis.

Centre Groulx, 4901, rue St-Joseph, salle 002





Association pour aînés
résidant à Laval

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE 2024-2025



Réserver votre place !



(450) 661-5252



information@aparl.org



Qidigo.com

**MERCREDI
11 JUIN
2025
À 9H30**

**Centre
communautaire
Groulx**

**4901, rue St-Joseph,
Laval, QC, H7C 1H6
Salle 002**

Si vous désirez soumettre votre candidature à titre d'administrateurs.trices du conseil d'administration de l'APARL, veuillez présenter votre mise en candidature par le biais du formulaire à cet effet à l'APARL à la directrice générale Julie Vaillancourt.

Cette assemblée sera suivie d'un repas.

Inscrivez-vous !



**Vendredi 16 mai dès 11h30
au Centre communautaire Groulx**

Le printemps s'invite à table ! Joignez-vous à nous pour un dîner chaleureux aux saveurs de la saison.

**Inscriptions obligatoires
Coût membre : 18\$
Coût non-membre : 23\$**

Séance de réflexologie ou Dien Chan



**Jeudi 8 mai sur rendez-vous
au Centre communautaire Groulx**

Libérez les tensions, relancez l'énergie, recentrez-vous... grâce à la réflexologie ou au Dien Chan (à votre choix) !

Coût : Spécial 20\$

Nos activités sportives

Ateliers de mouvements, inspirés de la danse

**Mardi 6 mai et 13 mai dès 10h
à l'Espace citoyen des Confluents**



Envie de bouger, de vous exprimer et de vous amuser ? Rejoignez notre atelier de danse alliant mise en forme et exercices psychomoteurs pour un corps actif et un esprit harmonieux.

**Coût : membre gratuit
non-membre 3\$**

Nos conférences

Conférence sur le deuil par *LumiVie*



**Mardi 14 mai dès 14h
au Centre communautaire Groulx**

Parce que le deuil fait partie de la vie, parlons-en ensemble. Une conférence pour comprendre, apaiser, et avancer.

Coût : membre gratuit
non-membre 3 \$

Soyez plus malin, déjouer les fraudeurs ! par le *Service de police de Laval*



**Mercredi 28 mai dès 10h
au Centre communautaire Groulx**

Fraudes en ligne, arnaques téléphoniques, vols d'identité...
Ne soyez pas la prochaine cible ! Venez apprendre à les repérer et les éviter !

Coût : gratuit

Qu'est-ce qu'une bonne photo d'un point de vue artistique ?



**Lundi 12 mai dès 10h
à l'Espace citoyen des Confluents**

Une photo vaut mille mots...mais pourquoi certaines marquent plus que d'autres ? Venez le découvrir avec Yves Robert de l'APAL (Association des Photographes Artisans de Laval)

Conseils, démonstrations et astuces pratiques à tester avec votre cellulaire seront au rendez-vous.

Coût : 20\$

Nos ateliers artistiques

Confection de bijoux



**Jeudi 1er et 8 mai dès 9h30
au Centre communautaire Groulx**

Laissez parler votre créativité !
Initiez-vous à l'art du bijou fait main, le
temps d'un atelier ! C'est l'occasion parfaite
pour vous lancer.

Coût : 10\$ pour le matériel

Tricot et crochet

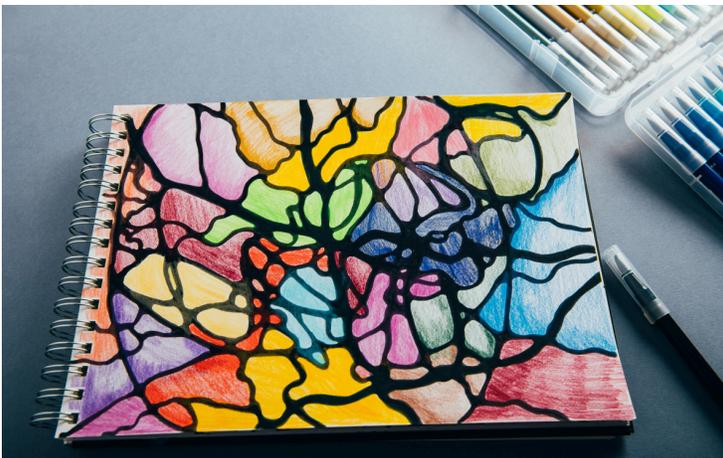


**Lundi 12 mai dès 9h
au Centre communautaire Groulx
&
Jeudi 15 mai dès 9h
à l'Espace citoyen des Confluents**

Laissez-vous tenter par l'art du fil : un
atelier décontracté pour apprendre à
tricoter ou crocheter en toute simplicité.

Coût : gratuit

Atelier de Neurographica



**Jeudi 15 mai dès 13h
au Centre communautaire Groulx**

Plongez dans l'univers du dessin
neurographique et explorez une méthode de
relaxation et d'expression !

Aucune expérience requise.

Coût : membre 30\$
non-membre 40\$

Ressources utiles



Saviez-vous que l'organisme **Bonjour Aujourd'hui et après** offre un service de transports médicaux aux personnes requérant des soins, des examens ou encore des traitements dans un établissement de santé privé ou du réseau de la santé et des services sociaux de Laval, Montréal et ses environs ?

Pour plus d'informations : **(450) 661-6716**



Nous vous remercions encore pour votre engagement continu et votre support. Votre participation active dans nos activités et événements est essentielle à notre mission et à nos objectifs.

Vous souhaitez faire un don et contribuer à la mission de l'APARL ?

Visiter l'onglet Faire un don sur notre site web

Au plaisir de vous voir lors de nos prochains événements !

Cordialement.

Association pour aînés résidant à Laval • 4901, rue St-Joseph, Laval H7C 1H6 • 450 661-5252 • Centre communautaire Groulx • www.aparl.org • information@aparl.org



Merci à nos partenaires financiers

