



Association pour aînés
résident à Laval

Infolettre de mars

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

Nos événements

**L'APARL PRÉSENTE SON
MARCHÉ DE PÂQUES**
DU 23 AU 27 MARS
9H À 16H

CENTRE COMMUNAUTAIRE GROULX
Chocolats, biscuits, sucres à la crème, cornets à l'érable, etc.

APARL
Association pour aînés
résident à Laval

Pour plus d'informations:
450 661-5252 information@aparl.org

Nos activités ponctuelles



Atelier de confection de produits de beauté et de bien-être naturels et véganes LUMARA



Venez découvrir différents ingrédients naturels et ensuite fabriquez votre propre recette!

17 Mardi 10 mars à l'Espace citoyen des Confluents

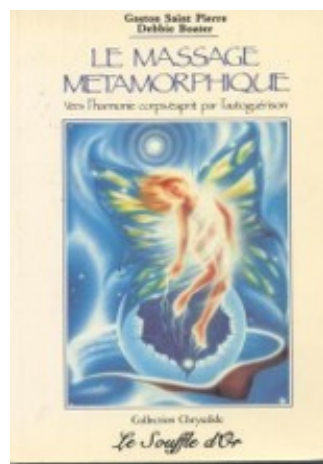
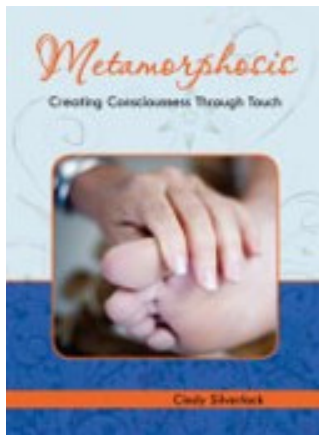
🕒 13h

\$25\$

Pour s'inscrire :

📞 450 661-5252

✉ information@aparl.org



Formation métamorphose

17 Mercredi 18 mars

au Centre communautaire Groulx

🕒 9h à 16h

\$80\$

Veuillez apporter votre lunch!


Inscriptions avant le 28 février, places limitées

Pour s'inscrire :

📞 450 661-5252

✉ information@aparl.org

La Technique métamorphique ou Métamorphose est une technique qui porte sur la mémoire cellulaire. Cela consiste à un toucher léger sur les pieds et les mains. Elle vise la mémoire de la période prénatale, de la préconception jusqu'à la naissance, à travers des points de réflexes vertébraux. La formation favorise la relaxation, réduit le stress et aide à aborder les difficultés avec plus de légèreté. Simple, accessible à tous, sans prérequis.



INTRODUCTION AU JOURNAL CRÉATIF

Venez découvrir un outil d'exploration de soi qui allie les mondes de l'écriture, du dessin et du collage de façon originale et créative. Pas besoin d'avoir des compétences artistiques, simplement avoir le goût de l'aventure.

Jeudi 19 et 26 mars dès 13h30
au Centre communautaire Groulx

L'activité est gratuite.
Une contribution de 10 \$ pour le matériel est demandée.

APARL
Association pour aînés résidents à Laval

Pour plus d'informations :
450 661-5252
information@aparl.org

Introduction au Journal créatif

Venez découvrir un outil d'exploration de soi qui allie les mondes de l'écriture, du dessin et du collage de façon originale et créative. Pas besoin d'avoir des compétences artistiques, simplement avoir le goût de l'aventure.



Jeudi 19 et jeudi 26 mars

🕒 13h30

💰 10\$ pour le matériel

PROCHE-AIDANCE : DES OUTILS JURIDIQUES POUR VOUS AIDER

L'atelier portera sur la procuration, le mandat de protection, la mesure d'assistance et la représentation temporaire.



**MERCREDI
18 MARS**



ESPACE CITOYEN
DES CONFLUENTS



13H À 14H

INSCRIPTIONS

450 661-5252

INFORMATION@APARL.ORG



Pour votre information



Saviez-vous que l'organisme **Bonjour Aujourd'hui et Après** offre un service d'accompagnement transport médical aux résidents de Duvernay, St-Vincent-de-Paul et de St-François requérant des soins, des examens ou encore des traitements dans un établissement de santé?

Téléphone : 450 661-6716



Cuisine collective à l'Espace citoyen des Confluents

Vous voulez cuisiner en groupe?

Venez l'essayer!



Mercredi 11 mars 9h

📍 Espace citoyen des Confluents

Coût: 5\$



Au menu

- ✓ Sauce à spaghetti
- ✓ Galettes à l'avoine



Pour plus d'informations

450 661-5252 poste 210

anim.comm@aparl.org



Association pour aînés
résidant à Laval

Merci à nos partenaires

Québec 

Ministère de
la Santé et des
Services sociaux



Centraide
du Grand Montréal



Société des
établissements de jeux
du Québec inc.



LAVAL



CORPORATION
des concessionnaires
d'automobiles de Montréal

metro
PLUS

Marché Concorde Duvernay

Fondation Blain-Favreau



centre de bénévolat
Laval



ASSEMBLÉE NATIONALE DU QUÉBEC

Virginie DUFOUR
Députée de Mille-Îles

Virginie.Dufour.MIL@assnat.qc.ca
450 661-3595



Angelo
IACONO
Député / M.P. Alfred-Pellan



450-661-4117
angelo.iacono@parl.gc.ca



LM | FONDATION
LUC MAURICE



Un message de votre élue

Annick SENGHOR
Conseillère municipale
de Saint-Vincent-de-Paul
am.senghor@laval.ca

Stéphane BOYER
Maire de Laval

conseil municipal | Laval



REGROUPEMENT
LAVALLOIS POUR LA
RÉUSSITE ÉDUCATIVE

