



NOS ACTIVITÉS 2025

SOYEZ DES NÔTRES

22 janvier 2025, de 10 h à 15 h

Conférence : Manger mieux, bouger plus et stimuler son cerveau :
3 leviers pour vieillir sainement,
Par des intervenants de Lucilab et du groupe Promo-Santé Laval

- Incluant :** Repas (boîte à lunch et boisson)
Sujet : Présentation des trois leviers pour vieillir sainement, des ressources et de la démarche à suivre si nous désirons adhérer à l'application gratuite.
Lieu : Pavillon du Bois-Papineau
3235 boul Saint-Martin, local 215
Laval QC H7E 5G8
Coût : Membre 23 \$, non-membre 35 \$
Modalité : **Inscription avant le 15 janvier 2025**
Si vous voulez avoir de l'aide pour adhérer à l'application, apportez votre cellulaire, tablette ou portable.
- Maximum : 50 personnes

3 février 2025, de 10 h à 11 h 30

Séance d'informations sur les prestations et les crédits fiscaux à l'intention des personnes âgées de 65 ans et plus`
Par M. Denis Renaud de l'ARC

- Lieu :** Centre communautaire St-Joseph, 1450 Boulevard Pie-X, salle SS-1007, Laval, QC H7V 3C1
Coût : Membre et non-membre : gratuit
Modalité : **Inscription avant le 28 janvier 2025**
Maximum 50 personne

13 février 2025, de 12 h à 15 h

Dîner de la Saint-Valentin

- Incluant :** Repas 3 services, taxes et pourboire
Lieu : Restaurant Terracina
1660 boul de l'Avenir
Laval QC H7S 2N4
Coût : Membre 37 \$, non-membre 57 \$
Modalité : Boissons alcoolisées vendues sur place aux frais de chaque participant
Inscription avant le 4 février 2025
Maximum : 50 personnes

Mars 2025, date, heures et lieu à déterminer

Dîner à la cabane à sucre

- Modalité :** Si cette activité vous intéresse, communiquez avec nous. Dès que nous aurons toutes les informations, nous vous les transmettrons et vous déciderez alors de vous inscrire ou non?

29 avril 2025, de 11 h à 15 h

Assemblée régionale annuelle, suivie d'un repas (buffet)

- Incluant :** La présence d'un membre du comité exécutif provincial de l'AQRP. Celui-ci vous présentera le contenu des différents dossiers dans lesquels l'AQRP est active. Il répondra à vos questions et recevra vos commentaires et suggestions.
Lieu : Château Royal,
3500 Boulevard du Souvenir,
Laval, QC H7V 1X2
Coût : Gratuit
Modalité : Boissons alcoolisées vendues sur place et aux frais de chaque participant

Réservez votre place auprès de Mme Danielle Marcil au numéro de téléphone (450) 662-1525 ou par courriel à activites.laval@aqrp.ca

En raison de la grève chez poste Canada, nous procéderons différemment pour le paiement des activités. Les informations seront transmises à la suite des inscriptions aux participants concernés.

Au plaisir de vous rencontrer,

Danielle Marcil, présidente, et les membres du Conseil régional de Laval,
laval@aqrp.ca