

# Calendrier

## SEMAINE LAVALLOISE DES AÎNÉS

1<sup>er</sup> AU 7 OCTOBRE 2020



PETITE JEUNESSE  
**RECHERCHÉE**

### Jeudi 1<sup>er</sup> octobre

**13 h**  
*Conférence*  
Conférence  
d'ouverture : C'est  
normal à votre âge ?  
Des arguments  
musclés pour prendre  
sa santé en main.

 **EN DIRECT**  
ASSOCIATION LAVALLOISE DES  
PERSONNES AIDANTES

**15 h à 16 h 30**  
*Activité*  
Jumelage **ANNULÉ**  
intergénérationnel

 **CENTRE  
COMMUNAUTAIRE  
PETIT ESPOIR**  
CENTRE COMMUNAUTAIRE  
PETIT ESPOIR

**Toute la journée**  
*Vidéo*  
À la découverte  
des cocktails

 **BILBIOTHÈQUES DE LAVAL**

### Vendredi 2 octobre

**13 h 30**  
*Conférence*  
Atelier vide-frigo  
  
GROUPE PROMO SANTÉ LAVAL

### Samedi 3 octobre

**Toute la journée**  
*Conte*  
*La femme du meunier*  
Un conte inspiré  
de l'histoire et des  
légendes de l'Île Jésus  
  
BILBIOTHÈQUES DE LAVAL

### Dimanche 4 octobre

**10 h à 11 h 15**  
*Activité* **ANNULÉ**  
Initiation à la marche  
nordique  
 **CENTRE DE LA NATURE**  
GROUPE PROMO SANTÉ LAVAL

### Lundi 5 octobre

**10 h à 11 h**  
*Activité* **ANNULÉ**  
Marche guidée par  
une kinésologue  
 **PARC SAINT-NORBERT**  
GROUPE PROMO SANTÉ LAVAL

**12 h à 13 h**  
*Activité* **COMPLÉT**  
Dîner thématique  
sur le Congo

 **\$ CCRVA**  
CENTRE COMMUNAUTAIRE  
LE RENDEZ-VOUS DES AÎNÉS


**15 h à 16 h**  
*Conférence*  
Conciliation  
travail-retraite

  **EN DIRECT**  
ASSOCIATION MIDI40


**Toute la journée**  
*Vidéo*  
À la découverte des ré-  
gions du Québec : Laval

 **BILBIOTHÈQUES DE LAVAL**

### Mardi 6 octobre

**13 h à 14 h 30**  
*Conférence*  
Le nouveau guide  
alimentaire canadien  
 **EN DIRECT**  
CENTRE COMMUNAUTAIRE PETIT  
ESPOIR ET GROUPE PROMO SANTÉ

**15 h**  
*Conférence*  
Les droits des  
usagers en matière  
de santé

 **ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE  
DÉFENSE DES DROITS DES PER-  
SONNES RETRAITÉES ET PRÉRE-  
TRAITÉES, LAVAL-LAURENTIDES  
ET CENTRE D'ASSISTANCE ET  
D'ACCOMPAGNEMENT AUX  
PLAINTES**

### Mercredi 7 octobre

**8 h à 16 h 30**  
*Portes ouvertes  
virtuelles*  
Fadoq Région Laval  
   
FÉDÉRATION DE L'ÂGE D'OR  
DU QUÉBEC (FADOQ)

#### LÉGENDE

 Réservation requise

 En ligne

 Au téléphone

 Activité payante

Ce PDF est cliquable.  
Cliquez sur les événements  
pour obtenir plus d'information.

**TOUTE LA  
SEMAINE**

*Activité*  
Lettre d'amitié,  
projet  
intergénérationnel

 **FADOQ LAVAL**

*Musique*  
La fanfare Monfarleau,  
spectacles  
déambulatoires  
et au balcon

**LIEUX VARIÉS**

*Musique*  
Spectacle musical  
Lady Rouge,  
spectacles  
déambulatoires  
et au balcon

**LIEUX VARIÉS**

*Médiation culturelle*  
Au creux de l'oreille

 **APPELS TÉLÉPHONIQUES**

*Médiation culturelle*  
Une histoire au bout du fil  
 **450 680-2909,  
ACCESSIBLE 24H/24**