



## L'infolettre des activités à venir

### Conférence « Bien vieillir, malgré tout »

Cette conférence aborde les points suivants :

- Un questionnement sur l'importance démesurée accordée à l'âge chronologique comme indicateur du vieillissement;
- Une série d'invitations auxquelles vieillir nous convie;
- Des stratégies à privilégier pour composer avec les pertes associées au vieillissement;
- Les avantages et gains qu'on peut en retirer malgré le fait que vieillir amène inévitablement un ralentissement et une plus grande vulnérabilité dans plusieurs sphères de notre vie;
- Certains moyens pouvant être déployés pour valoriser et affirmer la vieillesse.

<b>Responsable</b>	Emma Huguet
<b>Prix</b>	GRATUIT
<b>Date</b>	<b>9 septembre</b>
<b>Heure</b>	<b>10 h à 12 h</b>
<b>Lieu</b>	Salle Marie-Paule Tremblay



Inscription au 450 677-6677 ou à l'accueil du CCAAL

### Atelier de tricot & Atelier de crochet

L'organisme Métiers & Traditions offre une série d'ateliers autour des aiguilles. Les deux derniers ateliers auront lieu ce mois-ci. Le matériel et le dîner sont fournis. Dépêchez-vous, les places s'envolent vite!

N. B. – L'endroit n'est pas adapté pour les personnes à mobilité réduite.

Inscription au 450 677-6677 ou à l'accueil du CCAAL

<b>Responsable</b>	Métiers & Traditions
<b>Prix</b>	GRATUIT
<b>Date</b>	<b>Tricot : 13 septembre</b> <b>Crochet : 27 septembre</b>
<b>Heure</b>	<b>10 h à 16 h</b>
<b>Lieu</b>	340, rue Saint-Charles O, Longueuil



### À la découverte du sentier des arbres!


Les Amis du Parc Michel-Chartrand vous invitent à une visite guidée du fabuleux sentier des arbres. Venez y découvrir son histoire, sa faune et sa flore. Rendez-vous au pavillon d'accueil du Parc Michel-Chartrand!

<b>Responsable</b>	Clara Mercier
<b>Prix</b>	<b>2 \$</b>
<b>Date</b>	<b>24 septembre</b>
<b>Heure</b>	<b>10 h à 11 h</b>
<b>Lieu</b>	Parc Michel-Chartrand

Inscription à l'accueil du CCAAL (2 \$)



# Septembre 2024

<b>Cinéma-discussion</b>	<b>Responsable</b>	Claude Rainville
Dans le cadre de la Journée nationale de la vérité et de la réconciliation, vous êtes invités à assister au visionnement du film <i>L'ombre des corbeaux</i> :  Retirée de ses parents autochtones en bas âge, Aline Spears a passé son enfance dans le système des pensionnats canadiens. Elle a été témoin des sévices perpétrés par les autorités religieuses, obtenant toutefois une certaine protection grâce à ses dons musicaux. En vieillissant, elle a aidé son pays pendant la Seconde Guerre mondiale, trouvant l'amour et fondant une famille. Mais les traumatismes du passé sont pernicieux, empoisonnant son héritage. Il faudra se battre et être résilient pour assurer un avenir plus clément aux générations futures. Cela passe par une reconnaissance des horreurs d'antan.  <b>Inscription au 450 677-6677 ou à l'accueil du CCAAL</b>	<b>Prix</b>	GRATUIT
	<b>Date</b>	<b>30 septembre</b>
	<b>Heure</b>	<b>13 h à 16 h</b>
	<b>Lieu</b>	Salon bleu
		

## CHRONIQUE EXPRESS DE VOTRE COMITÉ VERT DU CCAAL



Connaissez-vous le Repair Café de Longueuil? Situé au 125 Chemin du Coteau Rouge (2<sup>e</sup> étage), le Repair Café est une organisation à but non lucratif qui organise des ateliers de réparation collaboratifs pendant lesquels des bénévoles vous aident à réparer vos objets.

Le Repair Café organise un atelier de réparation collaboratif le 14 septembre prochain!

Pour en savoir plus, vous pouvez consulter la page Facebook de l'Organisation :

<https://www.facebook.com/RepairCafeLongueuil>

Par ailleurs, nous vous invitons à surveiller nos annonces! Dès cet automne, votre Comité vert offrira quelques nouveautés.

Cette « chronique express » s'inscrit directement dans la mission du Comité, soit celle d'informer et impliquer les membres et les employés du CCAAL dans l'adoption d'habitudes écoresponsables.

## DÉBUT DE LA SESSION D'ACTIVITÉ

La session d'activités de l'automne débute le lundi 16 septembre et se termine le vendredi 6 décembre.

Toute les activités (gratuites et payantes) requièrent une inscription auprès de la responsable des activités ainsi que la carte de membre 2024-2025.