



L'infolettre des activités à venir

Conférence : Les troubles neurocognitifs

Venez explorer le fonctionnement du cerveau, sa formidable capacité à se régénérer, et découvrez des stratégies concrètes pour préserver vos capacités cognitives. Cette conférence est offerte par la compagnie Huma.

Questions?	Claude Rainville
Prix	GRATUIT
Jour/Date	Mardi 6 mai
Heure	10 h à 12 h

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

Cercle de discussion intergénérationnel

Venez échanger sur les mœurs et les valeurs d'hier et d'aujourd'hui en compagnie d'adolescents allumés! Cette activité est offerte dans le cadre de la Semaine des aînés.

Questions?	Clara Mercier
Prix	GRATUIT
Jour/Date	Lundi 12 mai
Heure	14 h à 15 h 30

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

Conférence : Résilience dans un monde en évolution

Voici un éclairage précieux sur la résilience, une clé essentielle pour naviguer à travers les incertitudes de la vie. Venez réfléchir à ses composantes, ses manifestations et à la manière de l'intégrer concrètement pour améliorer votre bien-être et celui de vos proches.

Questions?	Claude Rainville
Prix	GRATUIT
Jour/Date	Mardi 13 mai
Heure	10 h à 12 h

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

Chante-la ta chanson - Spécial Semaine des aînés

Une activité pour vous promener à travers les années, revivre de beaux souvenirs et vous détendre au son de la musique qui vous a fait chanter et danser! Chantez en grand nombre de belles chansons des années 60, 70, 80 et 90, plaisir garanti!

Questions?	Clara Mercier
Prix	GRATUIT
Jour/Date	Vendredi 16 mai
Heure	13 h 30 à 15 h

Sans inscription requise!

Atelier culinaire : Les asperges du Québec!

Venez découvrir notre délicieuse recette d'asperges nappées d'une vinaigrette à l'érable maison! Dégustation sur place, conseils exclusifs pour la reproduire à la maison... et bien plus encore!
N'oubliez pas d'apporter votre contenant — s'il en reste, vous pourrez en rapporter!

Questions?	Claude Rainville
Prix	5 \$
Jour/Date	Mardi 20 mai
Heure	13 h 30 à 15 h 30

Inscription et paiement à l'accueil du CCAAL

Cinéma-discussion : *Bienvenue au Marigold Hotel*

La retraite est souvent synonyme de voyages. C'est ce que décident de faire plusieurs Britanniques qui vont passer quelques semaines en Inde. S'acclimater aux mœurs et aux coutumes prendra un certain temps, d'autant plus que leur hôtel ne correspond en rien à leurs attentes. La situation n'arrête toutefois pas Graham qui part à la recherche d'un amour de jeunesse. Pendant ce temps, Douglas et Jean cherchent à sauver leur couple. Quant à Evelyn, elle se remet peu à peu du décès de son mari, et Muriel apprend que le bonheur peut toujours cogner à la porte.

Questions?	Claude Rainville
Prix	GRATUIT
Jour/Date	Lundi 26 mai
Heure	13 h 30 à 16 h

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

Conférence : Les fraudes	Questions?	Claude Rainville
Ne vous laissez pas piéger! Cette conférence offerte par des policiers abordera les fraudes générales et celles ciblant les aînés, incluant les faux représentants, la fraude du grand-parent et les arnaques sentimentales. Des experts policiers vous donneront des outils essentiels pour rester en sécurité.	Prix	GRATUIT
	Jour/Date	Mardi 27 mai
	Heure	10 h à 12 h

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



Chronique express

Puisque le mois de mai invite au « grand ménage du printemps », nous vous proposons une liste de friperies de Longueuil où vous pourrez offrir des vêtements devenus trop grands, trop petits, mais encore utilisables et propres, ou encore pour vous en procurer! À certains endroits, il est possible d'apporter divers objets dont on aimerait se départir. Il est préférable de téléphoner avant de se rendre sur place étant donné les horaires variables.

- | | |
|---|---|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. Centre Communautaire St-François-de-Sales
1545, boulevard Jacques-Cartier Est, 450 468-4015 2. La Croisée de Longueuil
1230, rue Green, 450 677-8918 3. La Halte du coin
1, boulevard Curé-Poirier Est, 438 270-1633 4. La Maison Tremplin de Longueuil
267, rue Toulouse, 450 442-4019 5. La Mosaïque
1650, avenue De l'Église, 450 465-1803 6. L'Abri de la Rive-Sud
459, chemin du Coteau-Rouge, 450 646-7809 7. L'Entraide Chez Nous
155, rue Brodeur, 450 468-1726 8. Le Chaînon
4373, avenue de l'Esplanade, 514 845-0151 | <ol style="list-style-type: none"> 9. Le Grenier des Aubaines (Boucherville)
61, rue Montbrun, 450 655-6944 10. Les Trouvailles du Support
2930, chemin de Chambly, 450 332-5019 11. Maison du Père de l'Espoir
470, chemin du Coteau-Rouge, 459 396-9833 12. Maison Paroissiale du Partage St-François-de-Sales
1800, rue Vianney, 450 468-4545 13. Renaissance Dons (Leblanc)
1148, chemin de Chambly, 450 396-3411 14. Renaissance Dons (Rémillard)
2590, chemin de Chambly, 450 396-4853 15. Renaissance Dons (Cousineau)
6250, boulevard Cousineau, 579 723-1094 16. Village des Valeurs
1401, chemin de Chambly, 450 677-1677 |
|---|---|

Votre Comité vert vous souhaite un beau mois de mai!