

UN TEMPS POUR SOI

Stretching (adulte)

Mardis 8 et 15 octobre, de 18h à 19h
Salle du Tertre - Gratuit



ATELIER DU MERCREDI

Grand goûter de rentrée et boum

Mercredi 9 octobre de 14h à 18h
Structure gonflable, animations,
goûter et boum
Maison de quartier - Gratuit



Goûter parlote

Mercredi 16 octobre de 14h à 18h
Motricité, jeux de plein air et goûter
Maison de quartier - Gratuit

BALADE DÉTENTE DU JEUDI

- **Jeudi 10 octobre : Les bois de Montsûrs**
- **Jeudi 17 octobre : Le Bourny**
De 8h45 à 12h
Gratuit - Sur inscription



COMME UN POISSON DANS L'EAU

Vous souhaitez vaincre vos appréhensions du milieu aquatique, rejoignez-nous pour évoluer comme un poisson dans l'eau
Les vendredis 4, 11 et 18 octobre
De 16h à 18h à la piscine Aquabulle
Paiement sur place - Sur inscription

PERMANENCES NUMÉRIQUES

Un conseiller numérique sera présent, pour vous accompagner individuellement dans vos démarches
Les lundis de 15h à 17h30



ACTIVITÉ SPORTIVE DE LA DACTERIE

Thomas, éducateur sportif, vous propose du « sport santé / insertion »
Vendredis 4, 11 et 18 octobre 2024
De 13h30 à 15h au Dojo de la Dacterie
Renseignements : Direction des sports 02 43 49 43 98

PERMANENCES ÉLU(E)S DE QUARTIER

Prise de rendez-vous auprès du secrétariat des élus :
par téléphone au : 02 43 49 46 28
ou par mail à : permanencesdequartier@laval.fr

Mme Solange Bruneau

2^{ème} mardi du mois à partir de 18h
Maison de quartier, 2 rue du Ponceau



M. Georges Hoyaux

2^{ème} vendredi du mois de 16h à 18h
Salle du Tertre, 26 rue St Bernard de Clairvaux



Mme Geneviève Pham-Sigmann

Dernier lundi du mois de 14h à 16h
Maison de quartier, 2 rue du Ponceau



PERMANENCES DE LA MAISON DE QUARTIER D'AVESNIÈRES

- **Mardi : à l'Épine**
- **Mercredi : au Gravier**
- **Jeudi : à la Dacterie**
De 9h à 11h



LIEU D'ACCUEIL ENFANTS PARENTS « P'TIT UBULLE »

Pour les enfants de moins de 4 ans, accompagnés d'un adulte familial et ou futurs parents
Les mercredis de 9h30 à 11h45
Salle du Tertre

CAVAA - COMITÉ D'ANIMATION VIVRE AUTOUR D'AVESNIÈRES

Ventes de tickets cinéma et places de spectacle du 7/11/24 « Jean-Clone » au théâtre
Lundi 7 octobre de 16h à 17h30



Bourse aux vêtements

Vente : samedi 12 octobre de 9h30 à 14h

Dépôt : vendredi 11 octobre de 14h à 18h

Reprise invendus : samedi 16 octobre de 16h à 17h
Salle du Tertre

