

## ATELIERS SUR INSCRIPTION

### ATELIER DE DISCUSSION EN FRANÇAIS

Les lundis 4, 18 et 25 novembre de 13 h 30 à 14 h 30  
Adultes, sur inscription, gratuit

### ATELIER INFORMATIQUE // GRATUIT

Les jeudis 14, 21 et 28 novembre de 13 h 30 à 15 h 30  
Adultes, sur inscription, gratuit

### ATELIER VITE LU // GRATUIT

Les mardis 5 et 19 novembre de 13 h 45 à 15 h 45  
Adultes, sur inscription, gratuit

## LES MERCREDIS APRÈS-MIDI

### MÉDIATHÈQUE ST NICOLAS

Mercredi 6 novembre de 14 h à 17 h  
Famille, gratuit, sur inscription



### MANGEOIRE À OISEAUX

Mercredi 13 novembre de 14 h à 17 h  
Tout public à partir de 8 ans, gratuit,  
sur inscription



### BELOTE / TAROT

Mardi 12 novembre de 13 h 45 à 17 h  
Tout public, gratuit, sur inscription



### ATELIER CUISINE CINNAMON ROLLS

Mercredi 20 novembre de 14 h à 17 h  
Tout public à partir de 8 ans, gratuit,  
sur inscription



### ATELIER THÉÂTRE

Mercredi 27 novembre de 14 h à 15 h 30  
Tout public, gratuit, sur inscription



### MULTI-SPORTS

Mercredi 27 novembre de 15 h 30 à 17 h 30  
Famille à partir de 5 ans, gratuit,  
sur inscription



## ANIMATIONS / SORTIES DU MOIS

### RANDONNÉE MARTIGNÉ-SUR-MAYENNE

Vendredi 15 novembre de 13 h 30 à 17 h 30  
Adultes, sur inscription, tarif ●

### FORMATION AU COMPOSTAGE PARTAGÉ avec le service prévention et gestion des déchets de la Ville

Jeudi 21 novembre à partir de 18 h  
Un bioseau remis à toute personne  
assistant à l'intégralité de la formation

Maison de quartier Laval-Nord



Les composteurs partagés dans votre quartier : derrière la maison de quartier, aux jardins partagés des Vignes, rue du Coton (Pillerie/Bootz), résidence des archives (quartier de la gare)

## DÉMOCRATIE LOCALE

### RENCONTREZ VOS ÉLUS DE QUARTIER

Permanences sur rendez-vous au 02 43 49 46 28

Les Pommeraies, les Vignes, les Touches  
Les lundis (semaines impaires) de 14 h à 17 h  
Permanence de Mme PÉTRON Camille



Les vendredis (semaines paires) de 17 h à 18 h  
Permanence de M. CHANFI Rihaoui



Bootz, Pillerie, Aubépin  
Dernier samedi du mois de 10 h à 12 h  
Permanence de Mme COQUEREAU Noémie



Les Archives, Pillerie, Pont de Paris  
Premier mardi du mois de 17 h à 18 h 30  
Permanence de M. NEVEU Michel



## PERMANENCES

### ESPACE EMPLOI DE LAVAL AGGLOMÉRATION

Les mardis de 9 h à 12 h  
Espace pour tous - Maison de quartier Laval-Nord

## PETITE ENFANCE / FAMILLES

### LIEU ACCUEIL ENFANTS-PARENTS « P'TIT UBULLE »

Les jeudis de 16 h à 18 h (hors vacances scolaires)

### RELAIS PETITE ENFANCE

Les mercredis de 9 h 30 à 11 h 30 (hors vacances scolaires)

## SPORT

### SPORT EN FAMILLE // GRATUIT

Les lundis 4, 18 et 25 novembre de 18 h 30 à 19 h 30  
Gymnase Jules Renard

### RANDONNÉE LAVAL AGGLOMÉRATION

Les jeudis 7, 14, 21 et 28 novembre de 9 h à 12 h  
Adultes, sur inscription, gratuit

## TOURNÉE MÉDIABUS

Les mercredis 8 et 22 novembre de 16 h à 18 h

Parking arrière de la maison de quartier Laval-Nord

Les mardis 7 et 21 novembre de 14 h 45 à 16 h 30

Avenue Pierre de Coubertin, école Germaine Tillion

De 16 h 45 à 18 h

Les Vignes, avenue Pierre de Coubertin



## COMITÉ D'ANIMATION LAVAL-NORD



### NOUVEAUX HORAIRES SALON DU LINGE / VENTE DE TICKETS DE CINÉMA

Les lundis et vendredis de 15 h à 18 h

Les Vignes, 167 avenue Pierre de Coubertin

### DEVENIR BÉNÉVOLE !

Nous recherchons des bénévoles pour tenir des permanences d'ouverture du salon du linge.

Renseignements au 06 04 09 95 47

Mail C.A.L.N : caln.laval@gmail.com

## MAISON DE QUARTIER LAVAL-NORD

43 Rue des Grands Carrés

02 53 74 15 80

mq.pommeraies@laval.fr

laval.fr

