

OCTOBRE 2024

DÉMOCRATIE LOCALE

Rencontrez vos élu(e)s de quartier sur RDV au
02.43.49.46.28
ou par mail (permanencesdequartier@laval.fr)



Jonathan Guilemin

Maison de quartier de Saint-Nicolas
Un lundi sur deux 15h – 18h



Lucie Chauvelier

Maison de quartier de Thévalles
Mardi 8 octobre 17h – 19h
Samedi 26 octobre 9h – 12h



Florian Bercault

Au centre commercial des Bozées
Jeudi 3 octobre - 18h à 19h30

LES P'TITS DEJ'

Venez partager tous les 1er jeudis du mois un petit déjeuner
à la maison de Quartier de Saint-Nicolas de 9h à 10h30 dès le
jeudi 3 octobre

LES MERCREDIS EN FAMILLE

Mercredi 2 octobre de 15h à 17h
Atelier cuisine autour de la pomme
Tout public / Sans inscription / Gratuit

Mercredi 9 octobre de 15h à 17h
Atelier manuel « création d'attrapes
rêves »

Tout public / Sur inscription / Gratuit

Mercredi 16 octobre 15h à 17h
Atelier manuel « création d'araignées »
Tout public / sur inscription / Gratuit



SOIRÉE QUIZ ET REPAS PARTAGÉ

Vendredi 11 octobre 18h à 21h

Venez-vous amuser lors d'une soirée quiz ou chacun ramène un
plat ou dessert pour partager un moment convivial.

Tout public +7 ans / Sur inscription / Gratuit

ANIMATION PETITE ENFANCE LAEP

Mardi 15 octobre de 10h à 11h

Lecture de contes pour les tous petits et leurs parents
0 à 3 ans / sans inscription / Gratuit

À la maison de quartier de Saint-Nicolas

BIEN-ETRE

Rendez-vous avec Julie pour un
atelier bien-être et un moment de
détente

**Vendredi 18 octobre de 9h30 à
11h30**

Sur inscription / Gratuit

À la maison de quartier de Saint-
Nicolas



COUP DE POUCE VALORISON

À compter du 7 Octobre, venez découvrir
les services

"coups de main aux habitants " de
Val'oriSonS 53. L'équipe sera présente
tous les lundis et jeudis matin entre 9h et
12h à la maison de quartier. Elle pourra à
cette occasion vous proposer des services
de blanchisserie, couture et répondre à vos
besoins spécifiques.



Pour les locataires de Mayenne Habitat et les habitants de
Saint-Nicolas, une équipe de bénévoles est disponible pour
vous accueillir, vous écouter, vous renseigner et vous
accompagner sur vos questions liées à votre situation de
locataire (loyer et charges locatives, état des lieux, travaux,
etc.)

De 13h30 à 15h30

Les mardis 8 octobre, 12 novembre

et 10 décembre

À la maison de quartier de Saint-Nicolas

Renseignements :

clcvud49@concertationlocative@gmail.com

02 41 87 58 42 – 06 63 83 89 11



PALINDROME

Gymnastique

Tous les jeudis de 9h à 10h

Inscriptions à la Maison de quartier de Saint-Nicolas

Tarifs jaune pour les vacances de la Toussaint

CODE	ADULTES	ENFANTS
1	2,00 €	1,00 €
2 & 3	3,00 €	1,50 €
4 & 5	4,00 €	2,00 €
6 & 7	5,00 €	2,50 €
8	6,00 €	3,00 €

VACANCES DE LA TOUSSAINT - Inscriptions le mercredi du 9 octobre à partir 9h

- Lundi 21 octobre	- Mardi 22 octobre	- Mercredi 23 octobre	- Jeudi 24 octobre	- Vendredi 25 octobre
<p>Atelier manuel Décoration de la maison de quartier pour Halloween</p> <p>de 15h à 17h00</p> <p>Gratuit/ Sans inscription / Tout public</p> 	<p>Sortie Bowling</p> <p>de 14h à 17h</p> <p>Tarif Jaune/ Sur inscription / Tout public</p> 	<p>Sortie Cueillette à Brétignolles</p> <p>de 10h à 12h</p> <p>Gratuit/ Sur inscription / Tout public</p> <p>-----</p> <p>Match à L'Étoile Lavalloise ligue des champions</p>  <p>de 16h à 23h</p> <p>Tarif Jaune/ Sur inscription / tout public</p>	<p>Sortie Découverte des fruits sauvages au bois Gamat</p> <p>De 14h à 16h</p> <p>Gratuit/ Sur inscription / Tout public</p> 	<p>Atelier manuel Création de photophores</p> <p>De 15h à 17h</p> <p>Gratuit/ Sur inscription / Tout public</p> 
- Lundi 28 octobre	- Mardi 29 octobre	- Mercredi 30 octobre	- Jeudi 31 octobre	- Vendredi 1er novembre
<p>Atelier manuel Création de citrouille d'Halloween</p> <p>De 15h à 17h30</p> <p>Gratuit/ Sur inscription / Tout public</p> 	<p>Sortie inter-quartiers Pêche à la truite à Parné sur Roc Pique -nique</p> <p>de 9h à 18h</p> <p>Tarif Jaune/ Sur inscription + 6 ans</p> 	<p>Atelier cuisine avec Monde de femmes</p> <p>Préparation de soupe et de gâteaux à la citrouille pour l'animation d'Halloween du 31 !</p> <p>de 15h à 17h</p> <p>Gratuit/ Sur inscription / Tout public</p> 	<p>Soirée Halloween</p> <p>Jeux, soupe à la citrouille, maquillage, spectacle...</p> <p>de 16h à 22h sur le parvis de la maison de quartier</p> 	<p>Féié</p>

MAISON DE QUARTIER DE SAINT-NICOLAS

4 rue Drouot
02 53 74 15 10
mq.st-nicolas@laval.fr

laval.fr

