

INFOLETTRE JUILLET 2026

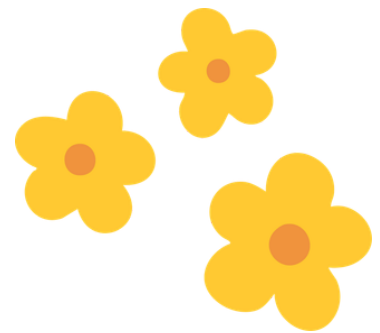


Association des parents-étudiants
de l'Université Laval



Au programme du mois :

1. Pique-nique familial
2. 20e anniversaire de
l'APÉTUL
3. Services disponibles pour
les parents-étudiant.e.s
4. Implique-toi !
5. Activités de nos
partenaires



Pique-nique familial

Quand ? 25 juillet 2026, 10h à 12h30

Où ? Stationnement du Stade TELUS-Université Laval (2380, rue du PEPS Québec (Québec) G1V 0A6), retrouvez-nous à 10h !

Important ! Confirmez-nous votre présence à :
assoparentsul@gmail.com avant le 22 juillet 2026 !



Célébrons les 20 ans de l'APÉtUL !



Nous avons besoin de vous !

Cet automne, l'APÉtUL célébrera son 20e anniversaire !

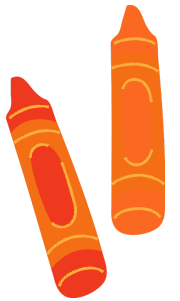
Pour souligner cet événement en grand, nous invitons toutes les membres de l'association (actuel·le·s comme ancien·ne·s !) à nous faire parvenir leurs idées, photos, souvenirs, témoignages ou anecdotes marquantes.

Tout ce que vous avez à partager pourrait contribuer à notre programmation et nous aider à mettre en valeur l'histoire de l'APÉtUL.

Vous pouvez nous envoyer vos contributions à : assoparentsul@gmail.com

SERVICE DE TUTORAT

Vous avez besoin d'accompagnement pour votre enfant dans ses devoirs et ses leçons? Bonne nouvelle! L'APÉtUL offre un service de tutorat pour les jeunes du primaire!



Les critères d'admissibilité sont :

1. Être parent d'un enfant âgé entre 6 et 12 ans.
2. Fréquenter l'Université Laval pour l'année 2026-2027.
3. Être membre de l'APÉtUL.

Envoie un courriel à : assoparentsul@gmail.com

Formulaire d'inscription :

https://docs.google.com/forms/d/1BRkexnxQFqpbK3rzFWV8NszZIK1qLgNbs3bwbm5Tk9M/viewform?vc=0&c=0&w=1&flr=0&edit_requested=true&pli=1



HALTE BOUTCHOU ET BUREAU-PARC

La bibliothèque de l'Université Laval offre désormais des espaces adaptés aux parents-étudiant.e.s. Venez étudier avec vos bébés et vos enfants en toute sécurité !

Pour plus d'informations :

<https://www.bibl.ulaval.ca/actualites/halte-boutchou-et-bureau-parc-du-nouveau-pour-les-parents-aux-etudes>



SAVIEZ-VOUS QU'IL Y A 3 SALONS D'ALLAITEMENT SUR LE CAMPUS ?



Pavillon Charles-De Koninck

Local : DKN : 00569

Pavillon Ferdinand-Vandry

Local : 1627

Pavillon Alphonse-Desjardins

Local : ADJ-1302

Pour accéder aux salons d'allaitement :

Envoyez un courriel à allaitement@hotmail.com pour recevoir les informations utiles pour accéder aux salles.

Pour plus d'informations :

Consultez le site Web du Bureau d'entraide en Nutrition

(<https://www.ben.asso.ulaval.ca/wp/csa-comite-de-soutient-a-lallaitement/>).



**Halte
garderie**
Étudiante Université Laval

Halte-garderie

AELIÉS
Association des étudiantes et des étudiants
de Laval inscrits aux études supérieures

L'équilibre parfait entre
études et famille



Pavillon Alphonse-Marie-Parent, 2255 Rue de l'Université,
Québec, QC G1V 0A7

Local garderie : 1718
Bureau administratif : 1712

DIRECTION@HGAELIES.COM


[@aelies.ulaval](https://www.instagram.com/aelies.ulaval)

Offerte aux parents-étudiant.e.s de l'Université Laval

Horaire flexible/5 jours par semaine

Fonctionnement par choix de blocs d'heures

Environnement bienveillant qui accompagne les enfants
dans leur développement !

WWW.APETUL.ASSO.ULAVAL.CA

TU SOUHAITES T'IMPLIQUER AUPRÈS DE L'APÉTUL COMME BÉNÉVOLE?

Nous sommes toujours à la recherche de perles rares au sein de notre CA et de nos comités pour contribuer au développement et à la mission de notre belle association !



MERCI

APÉTUL
Association des parents-étudiants
de l'Université Laval

20 ans

Les nouvelles trousse sur la conciliation allaitement-travail et allaitement-études sont maintenant disponibles pour téléchargement et pour les commander en format imprimé !

Voir la trousse pour la conciliation allaitement-études :

<https://mouvementallaitement.org/trousses/trousse-conciliation-allaitement-etudes/>

L'allaitement, c'est normal sur les lieux de ton établissement d'enseignement!

Nous, les étudiant-es, on se soutient! Si l'une d'entre nous allaite son bébé en suivant ses cours, c'est tout à fait naturel, et c'est un droit. Allaiter dans l'espace public, c'est protégé au Québec. Si ça nous rend mal à l'aise, rappelons-nous qu'un bébé affamé ne peut pas attendre et qu'il nous est toujours possible de détourner le regard.



Comment être des allié-es?

- **Partageons nos notes**
Si l'une de nous doit s'absenter pour allaiter, partageons nos notes pour qu'elle reste à jour.
- **Restons flexibles dans les travaux d'équipe**
Si une collègue doit s'écarter pour allaiter, montrons-nous compréhensif-ves et adaptons-nous.
- **Donnons un coup de main**
Si une étudiante arrive avec son bébé, offrons-lui notre aide pour s'installer. Un petit geste peut faire une grande différence!



Créons une ambiance positive!

- **Réagissons aux commentaires déplacés**
Si nous entendons des remarques négatives sur une collègue qui allaite son enfant, rappelons calmement que l'allaitement dans l'espace public est tout à fait normal et protégé par la loi.
- **Partageons les bons endroits**
Si nous connaissons un espace calme pour allaiter ou exprimer du lait, partageons l'info aux étudiantes qui allaitent! Certaines préfèrent un espace privé, d'autres sont à l'aise partout et c'est tout à fait correct.
- **Pensons aux événements**
Quand nous organisons une activité, prévoyons un coin tranquille pour celles qui allaitent.

Un campus inclusif et accueillant,
c'est à nous de le créer ensemble!



Nous reconnaissons que certaines personnes enceintes ou allaitantes ne s'identifient pas au genre féminin, et nous tenons à souligner qu'iels sont inclus-es dans ce document. L'utilisation du féminin a été privilégiée dans le but de simplifier la lecture.

Pour des familles en santé !



Groupe d'Entraide et de Soutien de Parents Engagés et Responsables (GESPER)

Ce Groupe d'entraide et de soutien offert par l'organisme PARENTS-ESPOIR vous permet de rejoindre une communauté virtuelle où l'espace d'expression et de partage s'adresse particulièrement aux parents incluant les coparents, les grands-parents et les futurs parents vivant des difficultés particulières et/ou des défis au quotidien. Sous des principes de réciprocité, de confidentialité et de bienveillance, ce Groupe est animé par Danielle Chenel, Parent Paire Aidante certifiée ayant aussi une grande expérience en relation d'aide.

Comme autres objectifs :

- Se sentir moins seul.e et soutenu.e
- S'exprimer dans un cadre respectueux
- Bénéficier de l'expérience d'autres parents
- Reconnaître ses forces et son pouvoir d'agir
- Favoriser le mieux-être des parents et des enfants



Offert en ligne les mardis de 12 h à 13 h 30

Du 30 juin au 31 août 2026

Pour vous inscrire, lorsque vous en sentez le besoin, complétez le formulaire suivant :

- Pour les nouveaux participants au Programme GESPER, veuillez remplir le "Formulaire d'inscription" en cliquant sur le lien suivant : <https://forms.gle/qZb8vmwzbJT26PC58>
- Pour les anciens participants au Programme GESPER, veuillez compléter le "Formulaire de renouvellement et d'inscription" en cliquant sur le lien suivant : <https://forms.gle/QEes8zow3NhGCTi99>



Pour tout autre information vous pouvez nous écrire à contact@parents-espoir.ca ou nous appeler au 418-522-7167.



HORAIRE D'ÉTÉ

À COMPTER DU 22 JUIN!

OUVERTURE DU BUREAU

DU MARDI AU JEUDI :

DE 9 H À 12 H ET DE 13 H À 15 H 30

OUVERTURE DU SOUTIEN TÉLÉPHONIQUE

DU LUNDI AU JEUDI :

DE 9 H À 12 H ET DE 13 H À 15 H 30

ET LE VENDREDI

DE 9 H À 12 H



Fermeture estivale

FERMÉ

du 27 au 30 juillet, les bureaux
seront fermés, mais la ligne
téléphonique demeurera ouverte

Du 3 au 7 août, le service
téléphonique et les bureaux
seront fermés

Nous avons hâte de vous retrouver à la rentrée !

Très belles vacances d'été à tous et à toutes.

L'équipe Entraide-Parents

info@entraideparents.com

www.entraideparents.com



**Nos jeux d'été sont tous illustrés sur le babillard
au comptoir de prêt**



Horaires SPÉCIAL d'été Ludothèque de Sainte-Foy



**Heures d'ouverture allongées
du 25 juin au 23 août 2026**

Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	Sam	Dim
Fermée	Fermée	9h30 à 20h30	9h30 à 20h30	9h30 à 17h00	9h30 à 17h00	9h30 à 17h00

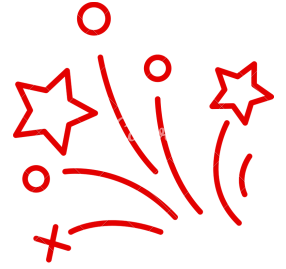
**Vous devez rapporter vos jeux uniquement sur nos heures d'ouverture.
Vous pouvez renouveler vos emprunts en consultant votre dossier Astrolabe.**

www.ludothequesaintefoy.org

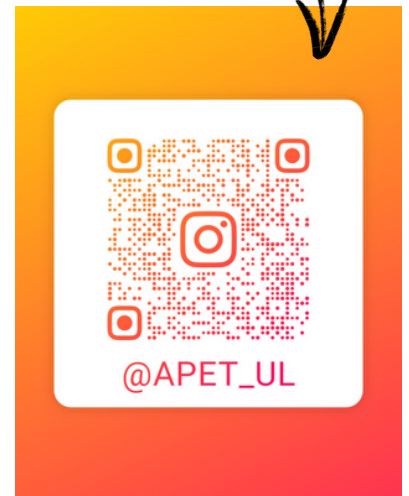


Nos coordonnées

- Courriel : assoparentsul@gmail.com
- Local : Pavillon Maurice-Pollack, local 2229
- Site Web : <https://apetul.asso.ulaval.ca/>
- Facebook : <https://www.facebook.com/apetulasso>
- Instagram : https://www.instagram.com/apet_ul?igsh=MXZ3M3ljOXltaTM2cA==
- YouTube : <https://www.youtube.com/@apetulassoparentsul4497>



REJOINS-NOUS SUR INSTAGRAM !



Nous remercions nos partenaires
pour leur soutien !



Canada 

Bureau de la
vie étudiante



UNIVERSITÉ
LAVAL



STEP SPUL

SYNDICAT DES TRAVAILLEUSES ET TRAVAILLEURS
ÉTUDIANTS ET POSTDOCTORAUX
DE L'UNIVERSITÉ LAVAL