



**ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE  
RAPPORT ANNUEL  
2018-2019**





# GROUPE PROMO-SANTÉ LAVAL

## GROUPE PROMO-SANTÉ LAVAL

3235, boul. St-Martin Est, bureau 210  
Laval, Québec, H7E 5G8

Téléphone : 450 664-1917 postes 401-402-403-404-406  
Télécopieur : 450 664-7832  
Adresse électronique : [info@gpslaval.com](mailto:info@gpslaval.com)  
Site Web: [www.gpslaval.com](http://www.gpslaval.com)  
Ligne Info-Actif Laval: 450 668-2121

Suivez-nous sur Facebook :  
[Facebook/Groupe Promo-Santé Laval](#)  
[Facebook/Camp de jour Bouffe-Nature](#)



Graphisme: Julien Montpellier, Jules  
[julesbranding.com](http://julesbranding.com)

---

## TABLE DES MATIÈRES

---

Mot de la présidente, du directeur sortant et de la directrice générale	3
Le Groupe Promo-Santé Laval	4
Mission	4
Conseil d'administration	4
Présentation des membres du personnel	5
Présentation des actions en saines habitudes de vie	6
Implications du GPSL	6
Déploiement d'une offre de service régionale	7
Communications et médias	7
Présentation des projets de l'organisme	8
Viactive	8
Clubs de marche	9
Ligne Info-Actif Laval	10
Offre alimentaire dans les établissements municipaux	10
Maintien de l'autonomie et de la santé chez les aînés	11
Attention Enfants en Mouvement	12
Cuisinons entre aînés	13
Camp de jour Bouffe-Nature	14
Clinique Promo-Santé	15
Excellence Sports Laval	15
Planification stratégique 2018-2020	17
Remerciements à nos principaux partenaires	17
Remerciements à nos bénévoles	18

## MOT DE LA PRÉSIDENTE, DU DIRECTEUR SORTANT ET DE LA DIRECTRICE GÉNÉRALE



**Marie-Claire Lefrançois**  
Présidente

Dès ses débuts en 2007, le Groupe Promo-Santé Laval (GPSL) a continué de concentrer ses efforts sur la promotion et la valorisation des saines habitudes de vie chez la population de Laval. Par ses nombreuses activités et la diversification de ses projets, le GPSL a poursuivi sa mission et accumule une notoriété de plus en plus grandissante grâce au professionnalisme de sa dynamique équipe de kinésiologues et nutritionnistes, le dévouement de ses nombreux bénévoles et la collaboration croissante de ses partenaires. Au nom des membres du conseil d'administration (CA) nous les en remercions tous.

Le CA a également relevé un défi, celui du remplacement de la direction générale, cause du départ de M. Charles- Émile Desgagnés-Cyr. La démarche s'est conclue par le choix unanime du comité de sélection : Mme Marie-Eve Delichy possède les atouts nécessaires pour occuper les standards exigés de la direction du GPSL d'autant plus qu'elle épouse la vision et les valeurs du Groupe Promo-Santé Laval. Nous sommes certains que durant la prochaine année Marie-Eve saura relever les prochains défis qui seront certes nombreux sachant qu'elle pourra compter sur le soutien indéfectible de l'équipe, des bénévoles, des partenaires et du conseil d'administration du Groupe Promo-Santé Laval .



**Charles-Émile Desgagnés-Cyr**  
Directeur sortant

Le Groupe Promo-Santé Laval est unique et beau. Depuis 2007, il a su grandir en répondant année après année à un nombre croissant de Lavalloises et de Lavallois. Derrière ces projets et ces actions pour encourager et favoriser les saines habitudes de vie, ce sont des professionnels de la santé ainsi que des dizaines de bénévoles dévoués qui se sont impliqués sans compter les heures et les défis. Merci à vous tous ainsi qu'à tous les partenaires et citoyens qui ont su avoir confiance en nous.

J'aurai été à la barre de l'organisme pour 7 ans. Je laisse maintenant ma place à une nouvelle directrice, qui j'en suis certain, saura répondre aux enjeux d'aujourd'hui et de demain, entourée d'une équipe de travail et d'un conseil d'administration passionnés. Merci de la confiance que vous aurez eu envers moi ainsi qu'envers le GPSL, je sais que cet organisme réalisera de grandes choses et atteindra d'ici quelques années son plein potentiel!



**Marie-Ève Delichy**  
Directrice générale

Je suis très contente de faire maintenant partie de la belle équipe du Groupe Promo-Santé Laval. Depuis mon arrivée, je découvre des gens dévoués et passionnés qui travaillent avec cœur pour soutenir les initiatives en saines habitudes de vie et offrir des services professionnels et de qualité à la population lavalloise.

Merci à l'équipe, aux membres du conseil d'administration ainsi qu'au directeur sortant de me faire confiance pour poursuivre la saine gestion de l'organisme tout en permettant une transition harmonieuse dans mes nouvelles fonctions.

La reconnaissance grandissante des saines habitudes de vie comme facteur d'influence sur la santé crée de l'engouement autant au niveau de la population que dans nos différents réseaux de partenaires publics et communautaires. Mon équipe et moi saurons répondre à l'appel et faire du Groupe Promo-Santé Laval un leader régional en la matière!

---

## LE GROUPE PROMO-SANTÉ LVAL

---

### Mission

Groupe Promo-Santé Laval (GPSL) est un organisme lavallois à but non lucratif qui a vu le jour en 2007.

Sa mission est de promouvoir et favoriser auprès de l'ensemble de la population lavalloise l'acquisition de saines habitudes de vie, soit la pratique régulière d'activité physique et la saine alimentation.



---

### CONSEIL D'ADMINISTRATION

---



**Marie-Claire Lefrançois**  
Présidente  
*Citoyenne*



**Yves Brouillette**  
Vice-président  
*Citoyen*



**Martin Savoie**  
Trésorier  
*Associatif*



**Manon Parisien**  
Secrétaire  
*Citoyenne*



**Richard Carle**  
Administrateur  
*Associatif*



**Danièle Remy-Lamarche**  
Administratrice  
*Citoyenne*



**Alain St-Pierre**  
Administrateur  
*Citoyen*



**Danny Tran**  
Administrateur  
*Citoyen*

---

## PRÉSENTATION DES MEMBRES DU PERSONNEL

---

 Charles-Émile Desgagnés-Cyr  
Directeur sortant, kinésiologue

 Marie-Ève Delichy  
Directrice générale, kinésiologue

 Jade Bégin-Desplantie  
Directrice générale adjointe, nutritionniste

 Mélanie Laporte  
Agente de développement, kinésiologue

 Elisabeth Paradis  
Agente de développement, nutritionniste

 Alexis Choulak  
Agent de développement, kinésiologue

 Ola Sarhan  
Agente de développement, nutritionniste

 Monique Girard  
Adjointe administrative

 Vanessa Fréchette  
Formatrice, Attention! Enfants en mouvement

 Nancy Savoie  
Formatrice, Attention! Enfants en mouvement

 David Asselin  
Animateur, kinésiologue

 Florian Carreras  
Animateur, kinésiologue

 Anusan Anandan  
Animateur, kinésiologue

 Lloyd Mangahas  
Animateur, kinésiologue

 Marie-Lou Filiatrault  
Animatrice, nutritionniste

 Catherine Blais  
Animatrice nutritionniste

 Karine Beauvais-Faulkner  
Animatrice, nutritionniste

 Marie-Ève Ruel  
Animatrice, kinésiologue

 Alexandra Houle  
Animatrice, kinésiologue

 Patricia Julmisso  
Animatrice, kinésiologie

 Farah Reddani  
Animatrice culinaire camp de jour hiver 2019, nutritionniste

 Roxane Guy-Demers  
Aide-culinaire camp de jour hiver 2019, étudiante en enseignement

 Laura Kettar  
Animatrice généraliste camp de jour été 2018

 Wiam Khetar  
Animatrice généraliste 2018

 Hélène Vincent  
Animatrice culinaire camp de jour été 2018, étudiante en nutrition

 Cassandra Tremblay  
Animatrice culinaire camp de jour été 2018, étudiante en enseignement

 Joannie Panneton  
Animatrice généraliste camp de jour été 2018

 Lynda Khirddine  
Stagiaire au baccalauréat en nutrition, hiver 2018

 Andréanne Cadieux  
Stagiaire au baccalauréat en nutrition, hiver 2018

## PRÉSENTATION DES ACTIONS EN SAINES HABITUDES DE VIE

Le GPSL soutient de manière croissante la population lavalloise (organismes communautaires, citoyens, partenaires) dans des projets et actions en saines habitudes de vie.

### Implications du GPSL

#### Participation à des comités régionaux :

- Comité d'action en sécurité alimentaire de Laval
- Comité en agriculture urbaine de Laval
- Comité de la Grande marche de Laval / Grand défi Pierre Lavoie
- Comité de la Marche pour la bientraitance chez les aînés
- Comité On bouge
- Comité pour la semaine lavalloise des aînés
- Comité des cuisines collectives de Laval
- Génératrice 2019: Laval ville nourricière

#### Participation à des conseils d'administration d'organismes communautaires lavallois :

- Enfant d'Abord
- Corporation du développement communautaire de Laval

#### Participation à des kiosques de sensibilisation aux saines habitudes de vie et de promotion de l'organisme:

- Cross-country organisé par Sports Laval
- Expo-diabète
- Salon régional des kiosques aînés
- Hôpital juif de réadaptation de Laval
- Défi-Santé
- Hôpital Cité-de-la-Santé
- Etc.

#### Soutien à la formation de stagiaires

- Partenariat avec le milieu universitaire pour l'encadrement de stagiaires

#### Formation continue de la permanence



## Déploiement d'une offre de service régionale

- Animations d'ateliers dans les parcs lavallois sous le thème du jeu actif et de la saine alimentation chez l'enfant
- Animation d'ateliers, formations, conférences de sensibilisation et capsules informatives d'éducation au sein de partenaires régionaux (organismes communautaires, CISSS de Laval, associations sportives, OBNL, services de garde éducatifs à l'enfance, citoyens). À titre d'exemple:
  - Animation de cours d'activité physique au sein d'organismes régionaux desservant une clientèle symptomatique vulnérable (CILL, CIVAPHL, SCAMA, AVC Aphasie)
  - Animation d'ateliers de sensibilisation à la saine alimentation auprès des services de garde éducatifs à l'enfance : projet d'éveil sensoriel et ateliers des petits chefs en milieux familiaux
  - Animation d'ateliers vide-frigo dans le réseau des bibliothèques lavalloises dans le cadre d'un projet régional en agriculture urbaine
- Etc .

## Communications et médias

- Présence sur Facebook : Groupe Promo-Santé Laval / Camp de jour Bouffe-Nature
- Présence dans les brochures promotionnelles de la Ville de Laval : Vivre à Laval, programmation des Bibliothèques
- Parution dans des médias locaux: télévision régionale de Laval, Courrier Laval





# VIACTIVE



**Financé par :** Ministère de la Santé et des Services sociaux

**Programme :** Soutien aux organismes communautaires

Viactive a vu le jour il y a bientôt 30 ans à travers le Québec. Depuis la création du Groupe Promo-Santé Laval en 2007, celui-ci a le mandat de chapeauter ce programme à Laval. Au fil des années et des liens créés avec les différents acteurs, l'organisme a su soutenir et former des bénévoles et intervenants dans les résidences, organismes et services divers partout sur notre territoire. Cette année ne fait pas exception et notre organisme a su soutenir les groupes implantés à Laval, ainsi que d'en former de nouveaux. Nouveauté : un comité de bénévoles Viactive se penchant sur les priorités et enjeux des groupes a été créé cette année.

De plus, nous arrimons le programme Viactive au programme Maintien de l'autonomie et de la santé chez les aînés. En effet, nous suggérons l'implantation de nouveaux groupes Viactive au sein des milieux qui ont bénéficié du Maintien de l'autonomie et de la santé chez les aînés. Cette continuité leur permet de poursuivre un mode de vie actif à moindre coût.<sup>9</sup>





# CLUBS DE MARCHE

**Financé par :** Ministère de la Santé et des Services sociaux  
**Programme :** Soutien aux organismes communautaires

Notre organisme a le mandat, depuis 2007, de démarrer et soutenir les clubs de marche à Laval. Nous observons une stabilité dans les clubs de marches établis depuis longtemps, qu'ils soient liés à des centres communautaires ou à des organismes à but non lucratif.

De plus, le GPSL est devenu partenaire de deux événements majeurs à Laval, soit : La marche pour la bientraitance chez les aînés qui a lieu au printemps et qui a réuni 400 marcheurs ainsi que la Marche du Grand défi Pierre Lavoie qui a eu lieu à l'automne et qui a rassemblé 1800 marcheurs.

Groupes



28

Visites



24

Nouveau groupe



0

Distribution des clubs de marche publics par bureau municipal lavallois (BML)

BML 1 Saint-François, Saint-Vincent-de-Paul Duvernay	3
BML 2 Laval-des-Rapides	6
BML 3 Chomedey	5
BML 4 Sainte-Dorothée, Laval-Ouest Laval-sur-le-lac	4
BML 5 Fabreville Sainte-Rose	8
BML 6 Auteuil Vimont	2



**Financé par :** Ministère de la Santé et des Services sociaux

**Programme :** Soutien aux organismes communautaires

La ligne Info-Actif Laval est un service gratuit et confidentiel permettant aux Lavallois de poser leurs questions concernant l'activité physique à Laval.

En plus de ce service, l'organisme propose une diversité de moyens d'information pour les citoyens : dépliants, site web de l'organisme, documentations remises via les différents programmes, la page Facebook et le courriel général de l'organisme: info@gpslaval.com.

**Nombre d'appels reçus**



**34**

## LIGNE INFO-ACTIF LAVAL



**Financé par :** Québec en forme, CISSS de Laval et autofinancement par les redevances

**Plan d'action 2017-2020 :** Comité intersectoriel sur le développement global des jeunes enfants et sur l'adoption des saines habitudes de vie

Le projet de machines distributrices à offre d'aliments et boissons santé s'est poursuivi pour une troisième année dans les établissements municipaux lavallois ciblés : arénas (8), Maison des arts (1), Centre de la nature (3), centre communautaire du Bois Papineau (1), chalet du Parc des Prairies (1). Les Lavallois semblent avoir adopté l'offre d'aliments et de boissons proposés et le projet connaît un franc succès.

En complémentarité, le GPSL a effectué un portrait de l'offre alimentaire dans des établissements municipaux (ex. centres communautaires, bibliothèques, arénas, etc.) et travaille actuellement en collaboration avec la Direction de santé publique de Laval et la Ville de Laval sur un projet pilote permettant de valoriser la consommation de l'eau municipale par un visuel accrocheur et la vente de bouteilles d'eau réutilisables dans les machines distributrices.

**Nombre de machines**



**14**

**Nombre de sites**



**12**

## OFFRE ALIMENTAIRE DANS LES ÉTABLISSEMENTS MUNICIPAUX



# MAINTIEN DE L'AUTONOMIE ET DE LA SANTÉ CHEZ LES AINÉS MASA

**Financé par :** Ministère de la Famille

**Programme :** Québec ami des aînés - volet Soutien aux actions communautaires

Le programme MASA a terminé sa 4e année d'existence en mars 2019. L'aide financière du Ministère de la Famille dans le cadre du programme Québec ami des aînés (QADA) s'est également terminée en mars 2019. Depuis l'automne 2018, le Groupe Promo-Santé Laval est parrainé par la Fondation Cité de la Santé pour une campagne de financement sur 2 ans (2018-2020). L'objectif est d'atteindre une somme de 250 000 \$ qui permettra le financement du programme MASA sur 5 ans. Le financement est amassé par donation du public. Il est encore trop tôt pour connaître le montant amassé jusqu'à présent.

Statistiques compilées pour les trois années sous le financement Québec ami des aînés (2016-2019)

Groupes



58

Participants



713

Moyenne de participants / groupe



12,3

Animations



464

Évaluations de la condition physique



804



# ATTENTION! ENFANTS EN MOUVEMENT



**Financé par :** Québec en forme et le CISSS de Laval

**Plan d'action 2017-2020 :** Comité intersectoriel sur le développement global des jeunes enfants et sur l'adoption des saines habitudes de vie

Le projet Attention! Enfants en mouvement vise à former les intervenants de la petite enfance, du primaire, des organismes communautaires ainsi que les parents au développement moteur des 0-9 ans. Il vise également à promouvoir le temps actif à haute intensité, le jeu libre initié par l'enfant et à offrir des outils de qualité aux intervenants oeuvrant auprès des enfants à Laval. Le projet a débuté en 2014 et ne cesse d'évoluer afin de répondre aux besoins des intervenants ciblés. Parmi les différentes actions du projet ayant eu lieu au cours de la dernière année, notons l'ajout de formations sur la mobilisation des acteurs du changement auprès des intervenants ayant suivi les modules de formation Attention! Enfants en mouvement et l'organisation d'un événement régional ciblant l'ensemble des intervenants en petite enfance de la région.

## Milieux de la petite enfance

**Formations**  
Participants  
(Éducatrices en CPE et garderie)



9



67

Participants  
(Responsables de service de garde en milieu familial)



89

## Milieux communautaires famille

**Formations**  
Participants  
(parents)



4



28



# CUISINONS ENTRE AÎNÉS



**Financé par :** Ministère de la santé et des services sociaux

**Programme :** fonds discrétionnaires

Le projet Cuisinons entre aînés, qui a officiellement débuté en mai 2017 grâce à un financement du programme Québec ami des aînés et de la Ville de Laval (municipalité amie des aînés), a pour trame de fond le bris de l'isolement social chez les aînés ainsi qu'un accès physique et économique facilité aux aliments sains par le démarrage de cuisines collectives. Ce projet novateur pour la région de Laval a une structure d'accompagnement des groupes de cuisine par un bénévole qui est lui-même soutenu par le GPSL.

La deuxième année du projet, soutenue financièrement par le Ministère de la santé et des services sociaux, a contribué à solidifier la structure mise en place en 2017-2018 et à maintenir les activités des 7 groupes, toujours actifs. L'organisme vise une expansion définitive pour l'automne 2019, avec le démarrage de groupes dans de nouvelles résidences et centres communautaires. Le GPSL tient à remercier Ola Sarhan, nutritionniste, et les bénévoles ayant pris part au projet. Sans eux, Cuisinons entre aînés n'aurait pu connaître un si grand succès!

## Nombre de groupes de cuisine collective selon le milieu d'appartenance:

Manoir des Châteaux	Association pour les Aînés Résidant à Laval	Habitations du Boisé	Manoir Marc-Perron	Manoir Paul-Boudrias	Participants
2	1	2	1	1	33



# CAMP DE JOUR BOUFFE-NATURE



**Financé par :** projet autofinancé

**Subventionné par:** programme Emploi été Canada

Le GPSL et le Conseil régional de l'environnement (CRE) de Laval ont poursuivi leur travail dans l'amélioration continue du camp de jour!

Les dernières éditions du camp de jour ont connu une importante hausse d'inscriptions avec une relâche 2019 ayant affiché complet. Les inscriptions pour l'été 2019 ont également connu un départ canon, ce qui a amené le camp à ouvrir 6 nouvelles places par semaine. Les idées de nouveaux pôles pour le camp de jour Bouffe-Nature se font sentir...à suivre!

Un merci particulier à nos commanditaires et partenaires: Ville de Laval, les Club-4H, Expresso, la Crèmerie Pineault, la ferme la Sapinière ainsi que Bédard Ressources.

30

Moyenne  
d'inscriptions par  
semaine par camp

Été 2018

30

Hiver 2019

307

153

Nombre total  
d'inscriptions par  
semaine (été et hiver)

2017-2018

2018-2019



## CLINIQUE PROMO-SANTÉ



## EXCELLENCE SPORTS LAVAL

**Financé par :** projet autofinancé

Nos professionnels kinésiologues et nutritionnistes soutiennent la population à l'adoption de saines habitudes de vie par le biais de consultations personnalisées. Au cours de la dernière année, l'organisme s'est doté d'un mandat d'accroître le rayonnement de sa clinique auprès des citoyens lavallois. Une promotion plus accrue a été effectuée auprès des employés du CISSS de Laval et du collège Montmorency ainsi qu'auprès des groupes de médecine familiale de Laval. Des certificats cadeaux ont également été remis lors d'événements d'envergure et une promotion s'est effectuée au travers les différentes activités de l'organisme. L'équipe du GPSL a également procédé à une mise à jour de sa tarification, le tout dans une visée de repenser l'accessibilité de la clinique pour une population plus vulnérable au cours des prochaines années.

### 66 consultations individuelles

Kinésiologie



25

Nutrition



41

**Financé par :** entente de partenariat avec Sports Laval

Le Groupe Promo-Santé Laval est partenaire du programme Excellence Sports Laval depuis le début de sa clinique en 2015. En plus des consultations individuelles offertes aux jeunes athlètes, l'implication de l'organisme au sein de ce programme régional a connu un essor au cours de la dernière année. Nos professionnels ont, entre autres, contribué à la rédaction d'un guide de l'athlète, volet préparation physique et nutrition, animé des conférences et des séances de préparation physique dans les programmes de sports-études de l'école secondaire Georges-Vanier et de l'association régionale de soccer de Laval (ARS) ainsi qu'auprès du centre national de haute performance. Ils ont également développé des conférences et ateliers de groupes pour diverses associations sportives.

### 81 consultations individuelles

Kinésiologie



6

Nutrition



75

Animations



50

### Le GPSL en démarche de planification stratégique

Afin de développer une vision d'avenir, le GPSL a entrepris une démarche de planification stratégique avec l'aide d'une firme externe nommée Sapiens Conseils. En 2018-2019, l'ensemble de l'équipe élargie du GPSL a été mise à contribution, incluant les membres du conseil d'administration ainsi que certains bénévoles. La démarche se veut également inclusive et quelques partenaires ciblés ont été impliqués pour participer aux échanges et aux réflexions. Des entretiens individuels et de groupes ont été réalisés pour recueillir des informations de base sur les perspectives des gens à l'interne et à l'externe, informations qui viennent orienter le début de la démarche.

### Travaux à venir et survol des perspectives

En ce début d'année 2019-2020, l'équipe du GPSL s'est réunie pour une journée et demie afin de pousser la démarche un peu plus loin et d'identifier ensemble les enjeux et opportunités de l'organisme. Les partenaires ont également été invités à cette étape. Les travaux se poursuivront en comité stratégique pour cibler des objectifs concrets et travailler sur des chantiers spécifiques.

Afin de permettre une planification à long terme, cohérente avec la mission de l'organisme et répondant aux enjeux prioritaires, l'équipe devra travailler sur la pérennisation des sources de revenus et l'augmentation de sa visibilité auprès des partenaires communautaires et de la population. L'identification des bons marchés et partenariats à cibler sera également une étape importante à ne pas négliger. À ce jour, l'équipe soulève l'importance de consolider les services actuels de prévention et de miser sur les clientèles à haut potentiel. Parmi celles-ci, nous retrouvons les enfants, par l'entremise des intervenants en petite enfance et des familles, les aînés autonomes présentant ou non des facteurs de risque ainsi que les clientèles symptomatiques via les organismes communautaires qui les desservent.

Au terme de la démarche de planification stratégique, le GPSL souhaite entreprendre des actions concrètes et mesurables qui feront grandir l'organisme et lui permettra d'assumer un plus grand leadership en promotion des saines habitudes de vie à Laval.



## REMERCIEMENTS À NOS PRINCIPAUX PARTENAIRES

Le conseil d'administration ainsi que l'équipe de la permanence du Groupe Promo-Santé Laval aimerait sincèrement remercier les acteurs qui permettent à l'organisme de réaliser ce pour quoi il a été fondé.

Au fil des onze années d'existence du GPSL, ce sont des centaines d'organismes, d'équipes d'intervenants du réseau de la santé, d'équipes d'intervenants municipaux et de citoyens de tous les âges et de tous les secteurs qui ont forgé directement et indirectement ce que l'organisme est aujourd'hui devenu.

## Nos partenaires fédéraux, provinciaux et régionaux



## Nos partenaires communautaires et privés





# REMERCIEMENTS À NOS BÉNÉVOLES

Le conseil d'administration ainsi que l'équipe de la permanence du Groupe Promo-Santé Laval souhaitent souligner l'importante contribution de tous ses bénévoles. Collectivement, se sont des milliers d'heures de bénévolat qui ont été investies pour soutenir la population lavalloise. Un grand merci de votre implication!

Sans vous, le GPSL ne pourrait faire de ses projets de telles réussites.



*Clubs de  
marche à Laval*



#### **GROUPE PROMO-SANTÉ LAVAL**

3235, boul. St-Martin Est, bureau 210  
Laval, Québec, H7E 5G8

Téléphone : 450 664-1917 postes 401-402-403-404-406  
Télécopieur : 450 664-7832  
Adresse électronique : [info@gpslaval.com](mailto:info@gpslaval.com)  
Site Web: [www.gpslaval.com](http://www.gpslaval.com)