



MDAA SAINTE-FOY
TOUTES LES MAISONNÉES

Santé Québec Capitale-Nationale Universitaire



2026

Août

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
		Activités extérieures sous réserve de conditions météo favorables. Annulation ou report possible, parfois à la dernière minute. Merci de votre compréhension.	Veuillez noter que, lors des journées de beau temps, l'équipe des loisirs pourrait amener spontanément des résidents en balade au parc Saint-Louis-de-France.	Aussi, nous pourrions organiser des jeux extérieurs, une flexibilité qui demeure entièrement tributaire de la météo et de la température, notamment en cas de forte chaleur.		1 13h30 Coffret de zoothérapie offert aux PAB (Plaines)
2 10h Messe à la télé (ch/maisonnée)	3 10h Visite d'amitié par Mélyna (ch.maisonnées) Gym douce : 13h30 Port/14h30 Anse 14h Jeux de mémoire (Ponts)	4 10h Visite d'amitié par Mélyna (ch.maisonnées) 13h-15h30 Friperie avec Anne 14h Tournoi jeu de poche avec Simon (jardin 2 ^e)	5 10h30 Balade au Parc SLF (départ à la Réception) 14h Fêtes du mois/Musique avec Gaston Giroux (S. Poly.) 18h Atelier d'artisanat avec Dominique (Salle Polyvalente)	6 10h Visite d'amitié par Mélyna (ch.maisonnées) 12h Dîner-partage (Anse) 13h-15h30 Friperie avec Anne 14h Raquettes-ballounes (Ponts)	7 10h Visite d'amitié par Mélyna (ch.maisonnées) 13h30 Club de marche (int. ou ext., départ à la Réception)	8 14h Concert de flûte par Claude Couture (Braves) 14h Activités libre avec Frédéric (jardin 1 ^{er})
9 10h Messe à la télé (ch/maisonnée) 14h Activités libre avec Frédéric (jardin 1 ^{er})	10 10h30 Jeux de mémoire (Plaines) Gym douce : 13h30 Braves/14h30 Promenade 14h Projection de photos d'animaux (Port)	11 10h30 Casse-tête matinal (Prom.) 13h-15h30 Friperie avec Anne 14h Jeu de pichenottes (Plage)	12 10h30 Balade au Parc SLF (départ à la Réception) 14h Messe/animation musicale avec C. Lambert (Prom. ou extérieur) 18h Atelier d'artisanat avec Dom. (S. Poly.)	13 10h Visite d'amitié par Mélyna (ch.maisonnées) 10h Jeux de mémoire (Anse) 13h-15h30 Friperie avec Anne 14h Party hawaïen (S. Poly.)	14 10h30 Atelier de coloriage (Prom.) 14h Spectacle de musique avec Amélie Hébert (Plage ou jardin du 1 ^{er} selon la météo)	15 13h30 Coffret de zoothérapie offert aux PAB (Braves)
16 10h Messe à la télé (ch/maisonnée)	17 10h30 Gym-ballon (Ponts) Gym douce : 13h30 Plaines14h30 Plage 14h Juke-box Souvenirs (Braves)	18 10h Visite d'amitié par Mélyna (ch.maisonnées) 13h-15h30 Friperie avec Anne 14h Retour du bingo (Port)	19 10h Jeux de mémoire (Anse) 14h Balade au Parc SLF (départ à la Réception) 18h Atelier d'artisanat avec Dom. (Salle Polyvalente)	20 10h Curling sur table (Plage) 13h-15h30 Friperie avec Anne 13h30 Zoothérapie avec <i>Whoopy Thérapie</i> (Véronique Tardif) (Ponts/Port, Prom./Anse)	21 14h Projection de photos d'animaux (Braves) 14h Spectacle de musique animé par Claudia Cabolet (S. Poly. ou jardin du 1 ^{er})	22 14h Concert de flûte par Claude Couture (Ponts)
23 10h Messe à la télé (ch/maisonnée) 13h30 Coffret de zoothérapie offert aux PAB (Ponts)	24 10h30 Lecture/discussion du journal/l'actualité (Port) 13h30 Gym douce (S. Poly.) 14h Conférence <i>Diversité culturelle dans les soins</i> offerte par Camelia (S. Poly.)	25 10h30 Visite d'amitié par Simon (ch.maisonnée) 13h-15h30 Friperie avec Anne 14h Bingo (Ponts)	26 10h Lecture du livre <i>Cent ans d'amour</i> de Janette Bertrand, suivi d'une période de discussions (Plage) 14h Duo musical Genest/Hamel (Port) 18h Atelier d'artisanat avec Dom. (Salle Polyvalente)	27 10h30 Visite d'amitié par Simon (ch.maisonnée) 13h-15h30 Friperie avec Anne 14h Juke-box Souvenirs (Anse)	28 10h30 Visite d'amitié par Simon (ch.maisonnée) 13h30 Club de marche (int. ou ext., départ à la Réception)	29 Animation musicale avec Sylvie Boulet 13h45 Port 14h45 Promenade
30 10h Messe à la télé (ch/maisonnée)	31 10h Activité brin de jasette/livraison des calendriers (ch./maisonnée) Gym douce : 13h30 Ponts/14h30 Anse 14h Jeux de dards (Port)	INFOS Steeve Whittom, Récréologue #12894 Simon Bastarache, Technicien en loisirs #12814 Mélyna Lavoie, monitrice en loisirs		NOTES Les activités au calendrier de la Maison des Aînés de Sainte-Foy sont ouvertes à toutes les Maisonnées ; les résidents peuvent y participer en tout temps. Veuillez noter que la programmation peut être modifiée, ajustée ou annulée sans préavis ; des avis seront alors transmis aux résidents, familles et employés. Nous mettons tout en œuvre pour offrir des activités agréables, variées et adaptées.		