



MDAA SAINTE-FOY

TOUTES LES MAISONNÉES

2026 Septembre

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
PRÉSENCE DES BÉNÉVOLES • Jean-Éli/Lucie : mardi/mercredi/vendredi pm • Ann-Frédérique : mercredi pm • Réjeanne : mardi (friperie) • Anne : jeudi (friperie) • Diane : jeudi (friperie et accompagnement sur demande) • Florence : lundis/jeudis 8h-12h	SOIRÉE DISCO – 3 SEPTEMBRE Venez danser à la Maison des Aînés et Alternative de Sainte-Foy! Musique, costumes et ambiance retro au rendez-vous. Sortez vos plus beaux habits! 	10h Musique sensorielle au tambour à langues d'acier (Promenade) 14h Musée-mobile : Présentation de tableaux de grands peintres (Braves) 18h Atelier d'artisanat avec Dominique (S. Poly.)	10h45 Quiz en collaboration avec le résident Stéphane Verret (Prom.) 14h Répétition du spectacle <i>Party Disco</i> - Bienvenue à tous! (S. Poly.)	10h Visites d'amitié dans les maisonnées (ch./maisonnées) 13h-15h30 Friperie (Anne/Diane) 14h Dernière répétition générale du spectacle - Bienvenue à tous! (S. Poly.) 14h Atelier sensoriel/Chantal (Plaines) 19h Spectacle <i>Party disco</i> offert par l'équipe des loisirs (S. Poly.)	10h30 Jeu de ballon matinal (Anse) 14h Concert de flûte par Claude Couture (Plaines)	10h Visite d'amitié avec la benévole Nicole Spira 13h30 Coffret de zoothérapie offert aux PAB (Ponts)
10h Messe à la télé (ch./maisonnée) 13h30 Coffret de zoothérapie offert aux PAB (Plaines)	10h15 Lireatoutage avec Suzanne (Port) 13h30 Musique au jukebox par Dimitri à la Réception  FÊTE DU TRAVAIL	10h Projection de film(s) anciens de l'ONF (Office national du film) (Plage) 14h Bingo (Salle Polyvalente) 18h Atelier d'artisanat avec Dominique (S. Poly.)	10h15 Lireatoutage avec Suzanne (Braves) 10h45 Café-rencontre animé par Chantal, Simon et Anna (Anse) 14h30 Messe (Ponts)	10h30 Cardio musical sur chaise (Port) 13h-15h30 Friperie (Anne/Diane) 14h Conférence sur l'Histoire des jouets au Québec de 1940 à 1969 par M. Jean Bouchard (S. Poly.)	10h30 Visite d'amitié par Steeve/Simon (ch./maisonnée) 13h30 Club de marche/P-O (int. ou ext., départ à la Réception) 15h Présentation sur la saison et la culture des pommes au Québec (Plage)	10h Visite d'amitié avec la benévole Nicole Spira 13h30 Coffret de zoothérapie offert aux PAB (Braves)
10h Messe à la télé (ch./maisonnée) 14h Concert de violon avec Eve Stasny (Port)	10h15 Lireatoutage/Suzanne (Port) 10h30 Jeu de ballon matinal (Ponts) Gym douce/P-O: 13h30 Port/14h30 Anse	10h30 Cardio musical sur chaise (Promenade) 14h Bingo (Salle Polyvalente) 18h Atelier d'artisanat avec Dominique (S. Poly.)	10h15 Lireatoutage avec Suzanne (Braves) 10h Yoga sur chaise (Plage) 14h Animation musicale par Linda Boutet (inauguration : salle de la recueillement) (S. Poly.)	10h30 Quiz et jeux de mémoire avec Simon (Braves) 13h-15h30 Friperie (Anne/Diane) 14h Musée-mobile : Présentation de tableaux de grands peintres (Plage)	10h Jeux de mémoire/stimulation intellectuelle (Anse) 13h30 Club de marche (int. ou ext., départ à la Réception)	10h Friperie (Aucéane) 10h30 Jeux de mémoire/Mélina (Port) 14h Concert de flûte avec Claude Couture (Anse)
10h Messe à la télé (ch./maisonnée) 13h30 Coffret de zoothérapie offert aux PAB (Plaines)	10h Activité physique (Braves) 10h15 Lireatoutage/Suzanne (Port) 14h Spectacle d'acrobaties de chiens avec Léa Germain (S. Poly.)	10h Visite d'amitié (ch. maisonnée) 10h30 Musique sensorielle au tambour à langues d'acier (Plaines) 14h Bingo (Salle polyvalente) 18h Atelier d'artisanat avec Dominique (S. Poly.)	10h15 Lireatoutage avec Suzanne (Braves) 10h30 Balade au parc SLF (int. ou ext., départ à la Réception) 14h Animation musicale avec Carole Lambert (Plaines)	10h Récolte des légumes/détente sur la balançoire (jardin 1 ^{er}) 13h-15h30 Friperie (Anne/Diane) 14h Visite canine <i>Ambulance St-Jean</i> (Ponts/Prom/Anse)	10h Yoga sur chaise (Braves) 13h30 Club de marche/P-O (int. ou ext., départ à la Réception)	10h Visite d'amitié avec la benévole Nicole Spira 14h Spectacle de musique avec Amélie Hébert (Plage)
10h Messe à la télé (ch./maisonnée) 14h Visite d'amitié par des bénévoles dans les maisonnées	10h15 Lireatoutage/Suzanne (Port) 13h30 Gym douce/P-O (S. Poly.) 14h Animation musicale/Fête du mois avec Claudia Cabolet (S. Poly./jardin 1 ^{er})	10h30 Lecture/discussion de l'actualité du mois (Plage) 14h Bingo (Salle Polyvalente) 18h Atelier d'artisanat avec Dominique (S. Poly.)	10h Activité brin de jaserte/livraison des calendriers (ch./maisonnée) 10h15 Lireatoutage/Suzanne (Braves) 14h15 Atelier Créa-Vie (Ponts)	 La friperie est ouverte > les mardis et jeudis < de 13h00 à 15h30.		

INFOS
Steeve Whittom, Récréologue #12894
Simon Bastarache, Technicien en loisirs #12814

NOTES
Les activités inscrites au calendrier sont sujettes à changement sans préavis et ne sont pas réservées exclusivement à une seule maisonnée. Les résidents des autres maisonnées peuvent y participer en tout temps s'ils le désirent. Nous mettons tout en œuvre pour vous offrir un programme agréable, varié et adapté.
Des activités extérieures occasionnelles débiteront en juin et se poursuivront tout au long de l'été. Leur tenue dépend d'une météo favorable à leur réalisation en extérieur. En cas de conditions météorologiques défavorables, elles peuvent être annulées ou reportées. Bien que nous fassions tout notre possible pour vous en informer à l'avance, une annulation peut parfois survenir la veille ou à la dernière minute, la météo étant un facteur hors de notre contrôle. Merci de votre compréhension.