



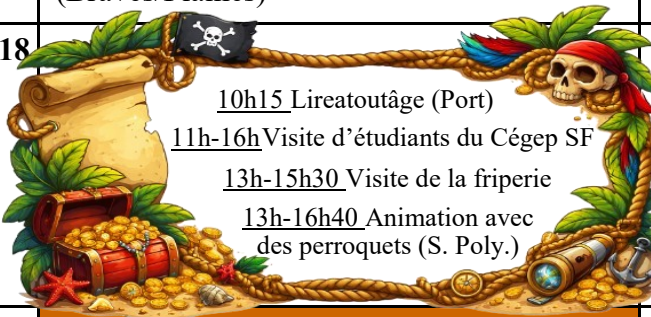
MDAA SAINTE-FOY

TOUTES LES MAISONNÉES



2026

Mars

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
1 <u>10h</u> Messe à la télé (ch/maisonnée) Prestation à l'accordéon avec Réjean Clouet : <u>14h</u> Braves <u>14h45</u> Plage	2 <u>Gym douce</u> avec P-O <u>13h30</u>: Port <u>14h30</u>: Plage <u>14h</u> Animation de discussion philo avec l'organisme La Maison Philo (Port)	3 <u>10h</u> Visite d'amitié avec Nathalie (Plage/Marché) <u>14h</u> Bingo (Braves) <u>18h</u> Atelier d'artisanat avec Dominique (Port)	4 <u>10h</u> Visite d'amitié avec Nathalie (Port/Ponts) <u>10h</u> Activité physique avec P-O (Anse) <u>14h</u> Racquette balloune (Prom.)	5 <u>10h</u> Visite d'amitié avec Nathalie (Braves/Plaines) <u>10h15</u> Lireatoutâge/C. Marcoux (Port) <u>11h à 16h</u> Visite des étudiants du Cégep SF <u>13h à 15h30</u> Visite de la friperie <u>14h</u> Quiz spécial <i>Qui veut être millionnaire?</i> (Salle Polyvalente)	6 <u>10h30</u> Brico Déco : Fête Saint-Patrick (S. Poly.) <u>14h</u> Racquette balloune (Anse)	7 <u>10h15</u>Lireatoutâge/D. De Blois (Anse) Animation musicale de la Saint-Valentin avec Sylvie Boulet <u>13h45</u> Ponts <u>14h45</u> Port
8 <u>10h</u> Messe à la télé (ch/maisonnée) <u>13h</u> Visite d'amitié avec Gwenaëlle	9 <u>10h</u> Activité casse-tête (Braves) <u>Gym douce</u> avec P-O <u>13h30</u>: Ponts <u>14h30</u>: Prom.	10 <u>10h</u> Visite d'amitié avec Nathalie (Plage/Marché) <u>10h</u> Activité physique avec P-O (Port) <u>18h</u> Atelier d'artisanat avec Dominique (Port)	11 <u>10h55</u> Visite de l'école SLF (S. Poly.) <u>14h30</u> Messe (Plage)	12 <u>10h15</u> Lireatoutâge/C. Marcoux (Port) <u>13h à 15h30</u> Visite de la friperie <u>13h30-14h</u>Visite d'amitié avec Nathalie (Braves/Plaines)	13 <u>10h</u> Visite d'amitié (Braves/Plaines) <u>13h30</u> Bibliothèque roulante avec Nathalie (ch./maisonnée)	14 <u>10h15</u>Lireatoutâge/D. De Blois (Anse) <u>13h30</u> Bingo musical avec Vicky (Port)
15 <u>10h</u> Messe à la télé (ch/maisonnée)	16 <u>Gym douce</u> avec P-O <u>13h30</u>: Braves <u>14h30</u>: Anse <u>14h</u> Promenade virtuelle dans nos quartiers d'autrefois avec <i>Google Maps</i> (Ponts)	17 <u>10h</u> Activité physique avec P-O (Plaines) <u>10h30</u> Café Saint-Patrick (Plage) <u>14h</u> Bingo thématique : Fête de la Saint-Patrick (Plage) <u>18h</u> Atelier d'artisanat avec Dominique (Port)	18 <u>10h</u> Visite d'amitié avec Nathalie (Port/Ponts) <u>14h</u> Présentation de voyage sur le Grand Nord (S. Poly.)	 <u>10h15</u> Lireatoutâge (Port) <u>11h-16h</u>Visite d'étudiants du Cégep SF <u>13h-15h30</u> Visite de la friperie <u>13h-16h40</u> Animation avec des perroquets (S. Poly.)	20 <u>10h30</u> Brico Déco : Fête de Pâques <u>14h</u> Spectacle de magie avec Jean Deshaies (S. Poly.)	21 <u>10h15</u>Lireatoutâge/D. De Blois (Anse) Concert de flûte traversière avec Claude Couture <u>14h</u> Plage <u>14h30</u> Anse
 <u>10h</u> Messe à la télé (ch./maisonnée) <u>13h</u> Visite d'amitié avec Gwenaëlle <u>13h à 16h40</u> Animation avec des perroquets (S. Poly.)	23 <u>Gym douce</u> avec P-O <u>13h30</u>: Port <u>14h30</u>: Plage <u>14h</u> Zoothérapie (2°/3° étage) <u>14h</u> <u>Activité de Pâques</u> : Histoire de la Papeauté (Braves)	24 <u>10h</u> Visite d'amitié avec Nathalie (Plage/Marché) <u>10h</u> Activité physique avec P-O (Promenade) <u>14h</u> Bingo (Anse) <u>18h</u> Atelier d'artisanat avec Dominique (Port)	25 <u>10h</u> Visite d'amitié avec Nathalie (Port/Ponts) <u>14h</u> Promenade virtuelle dans nos quartiers d'autrefois avec <i>Google Maps</i> (Braves)		26 <u>10h15</u> Lireatoutâge/C. Marcoux (Port) <u>11h à 16h</u> Visite des étudiants du Cégep SF <u>13h à 15h30</u> Visite de la friperie <u>13h30-15h</u> Cabane à sucre/dégustation de tire sur neige/Fête du mois/anim. musicale avec Francine Poirier (S. Poly.) 	27 <u>10h</u> Station autoportante <i>Musique</i> (Anse) <u>10h30</u> Plantation des semis avec Frédéric (Port) Concert de violon avec Ève Stastny : <u>14h</u> Braves <u>14h30</u> Plaines
29 <u>10h</u> Messe à la télé (ch/maisonnée) <u>13h30</u> Quiz Hitster avec Vicky (Port)	30 <u>10h30</u> Lecture et discussion des actualités marquantes du mois (Plage) <u>14h</u> Animation de discussion philo avec l'organisme <i>La Maison Philo</i> (Plage)	31 <u>10h</u> Visite d'amitié avec Nathalie (Plage/Marché) <u>14h</u> Bingo (Ponts) <u>18h</u> Atelier d'artisanat avec Dominique (Port)	 C'est le Printemps  Veuillez noter que... La friperie est ouverte tous les jeudis de 13h00 à 15h30. 		**ACTIVITÉ SPÉCIALE** Joignez-vous à nous les 19 et 22 mars, de 13 h à 16 h 40, à la Salle Poly. pour une animation spéciale avec de magnifiques perroquets et autres oiseaux exotiques.	

INFOS

Steeve Whittom, Récréologue #12894
Simon Bastarache, Technicien en loisirs #12814
Nathalie Rousseau, Monitrice en loisirs

NOTES

Les activités inscrites au calendrier de la Maison des Aînés de Sainte-Foy sont ouvertes à toutes les maisonnées; les résidents des autres maisonnées peuvent y participer en tout temps s'ils le désirent. Prenez note qu'elles peuvent être modifiées, ajustées ou annulées sans préavis; des annonces officielles seront communiquées afin d'en informer l'ensemble des résidents, familles et employés. Nous mettons tout en œuvre pour offrir un programme agréable, varié et adapté.