



MDAA SAINTE-FOY

TOUTES LES MAISONNÉES



2026

Octobre

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
	PRÉSENCE DES BÉNÉVOLES - Jean-Éli/Lucie : mardi/mercredi/vendredi pm - Ann-Frédérique : mercredi pm - Réjeanne : mardi/mercredi pm - Anne : mardi/jeudi (friperie) - Florence : lundis/jeudis 8h à 12h - Diane : jeudi (friperie)			¹ 10h30 Raclage des feuilles/ observation des couleurs d'automne (jardin 1 ^{er} /parc S.-Louis-de-France) 13h-15h30 Friperie avec Diane 14h30 : <i>Journée nationale des Aînées</i> : Prestation de danse folklorique mexicaine par Yoh Mexico (S. Poly.)	² 10h Jeux de mémoire (Ponts) 10h15 Lireatoutâge/Suzanne (Port) 13h30 La Ville de Québec en photos anciennes (Port)	³ 10h Casse-têtes avec les PAB (Promenade) 14h Concert de flûte avec Claude Couture (Plage)
⁴ 10h Messe à la télé (ch/maisonnée) 13h30 Coffret de zoothérapie mécanique offert aux PAB (Ponts)	⁵ 10h30 Jeu de ballon matinal (Ponts) Gym douce : 13h30Port/14h30 Anse 17h55 Visionnement de la soirée électorale sur ICI RDI (ch./maisonnée)	⁶ 10h30 Activité sensorielle (Plaines) 13h30 Visite d'amitié par la bénévole Réjeanne 14h Bingo (Salle Polyvalente) 18h Atelier d'artisanat/Dominique (S. Poly.)	⁷ 10h15 Lireatoutâge avec Suzanne (Braves) 13h30 Visite d'amitié par la bénévole Réjeanne 14h Atelier Créa-Vie : Artisanat d'Halloween et/ou conception de couronne de feuilles d'automne (Port)	⁸ 8h-12h Visite d'amitié/Florence 10h45 Activité parachute/Anna (Anse) 13h-15h30 Friperie avec Anne/Diane 14h Activités individuelles/Fréd./Anna 14h Atelier sensori-mémoriel avec Chantale (Plaines)	⁹ 10h15 Lireatoutâge/Suzanne (Port) Animation musicale/Sylvie Boulet : 13h45 Plage/14h45 Prom.	¹⁰ 14h Détente musicale avec le jukebox par l'agent admin. (S.Poly.)
¹¹ 10h Messe à la télé (ch/maisonnée) 13h30 Coffret de zoothérapie mécanique offert aux PAB (Plaines)	¹² 13h30 Musique au jukebox par Dimitri à la Réception JOYEUSE ACTION DE GRÂCE	¹³ 10h Activité physique (Port) 13h30 Visite d'amitié par Réjeanne 14h Bingo (Salle Polyvalente) 18h Atelier d'artisanat/Dominique (S. Poly.)	¹⁴ 10h15 Lireatoutâge/Suzanne (Braves) 10h45 Café-rencontre (Plage) 14h30 Messe (Salle Polyvalente)	¹⁵ 10h30 Cardio-musical sur chaise (Plage) 13h-15h30 Friperie avec Anne/Diane 14h Concert de flûte avec Claude Couture (S. Poly.)	¹⁶ 10h15 Lireatoutâge/Suzanne (Port) 10h45 Voyage en Italie par Chantal (Port) Accordéon avec Réjean Clouet 13h45 Port/14h35 Anse 14h Décoration d'Halloween dans le jardin du 1 ^{er} étage	¹⁷ 10h Visite d'amitié par la bénévole Lison dans les maisonnées 10h à 12h Friperie/Aucéane 14h Groupe de musique spirituelle <i>Célébration</i> (Salle Polyvalente)
¹⁸ 10h Messe à la télé (ch/maisonnée) 13h30 Coffret de zoothérapie mécanique offert aux PAB (Prom.)	¹⁹ 10h45 Décoration d'Halloween (entrée principale) (Fred./Anna/Simon) Gym Douce : 13h30: Braves/14h30: Anse	²⁰ 10h Activité physique (Plage) 13h30 Visite d'amitié par Réjeanne 14h Bingo (Salle Polyvalente) 18h Atelier d'artisanat/Dominique (S. Poly.)	²¹ 10h15 Lireatoutâge/Suzanne (Braves) 14h Présentation sur l'Halloween au Québec : origines, traditions et rétrospective des bonbons anciens (Port)	²² 10h Visite de la CPE Poids Plume : Parade en costume d'Halloween 13h-15h30 Friperie avec Anne/Diane 13h30 Installation des décorations d'automne/d'Halloween (S.Poly.) 14h Atelier sensori-mémoriel (Prom.)	²³ 10h Jeux de mémoire (Anse) 10h15 Lireatoutâge/Suzanne (Port) 14h Concert de violon par Pierre-Olivier (S. Poly.)	²⁴ 10h Visite d'amitié par la bénévole Lison dans les maisonnées 14h Détente musicale avec le jukebox par l'agent admin. (S.Poly.)
²⁵ 10h Messe à la télé (ch/maisonnée) 13h30 Coffret de zoothérapie mécanique offert aux PAB (Anse)	²⁶ 10h30 Jeux de mémoire (Braves) Gym Douce avec Pierre-Olivier : 13h30: Ponts/14h30: Prom. 15h Présentation sur l'Halloween au Québec : origines, traditions et rétrospective des bonbons anciens (Plage)	²⁷ 10h Activité physique/P-O (Plaines) 10h30 Lecture/discussion de l'actualité du mois (Anse) 13h30 Visite d'amitié par la bénévole Réjeanne 14h Bingo (Salle Polyvalente) 18h Atelier d'artisanat/Dom. (S. Poly.)	²⁸ 10h15 Lireatoutâge/Suzanne (Braves) 14h Animation musicale <i>Pause Tendresse</i> avec Carole Lambert (Ponts)	²⁹ 10h Brin de jasette/livraison des calendriers (ch./ maisonnée) 10h55 Visite des élèves de l'école Saint-Louis-de-France 13h-15h30 Friperie avec Anne/Diane 14h Fêtes du mois/Animation musicale : Ray Arsenaault : Spécial Halloween (S. Poly.)		

INFOS

Simon Bastarache, Technicien en loisirs #12814

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.

Diane : jeudi (friperie et
accompagnement sur demande)