



PROGRAMMATION LOISIRS APDA - AUTOMNE 2026

CATÉGORIE	PÉRIODE ET LIEU	CONDITIONS
ARTS MANUELS		
Ateliers de peinture créative	À compter du lundi 5 octobre à l'APDA	Gratuit membre et un proche Aucun prérequis
APPRENTISSAGE		
Atelier virtuel de langue espagnole Niveau débutant et « faux débutant » (base en espagnol) et intermédiaire Animé par M. Juan Lara	Le jeudi de 19 h à 20 h 15, aux deux semaines, à compter du 8 octobre – À distance	5 ateliers 10 \$ par personne, membre et un proche 30 \$ autre personne
Atelier d'apprentissage de la langue anglaise en présentiel Animé par Mme Stella Ginguenaud	Les lundis soir, du 28 septembre au 30 novembre, de 18 h 30 à 20 h ou de 19 h à 20 h 30 selon la préférence du groupe (incluant une pause-café), à l'APDA	Coût pour un membre et un proche = 15 \$ par personne Coût non-membre = 40 \$
Café-rencontre et lecture labiale Animé par Mme Lise Pelletier	Les mardis du 22 septembre au 1 ^{er} décembre, à 13 h 15, à l'APDA	Réservé aux personnes malentendantes, membres Gratuit

Café-rencontre et lecture labiale Animé par M. Gilles Boisclair	Les jeudis du 17 septembre au 26 novembre, à 13 h 15, à l'APDA	Réservé aux personnes malentendantes, membres Gratuit
ACTIVITÉ PHYSIQUE		
ViActive - Programme d'activité physique (50 ans +) Animée par Mme Francine Bédard	Les jeudis, de 10 h 30 à 11 h 30 Au <u>Pavillon du Jardin</u> , au 5295, rue des Violettes à Québec	Gratuit membre et proche de 50 ans +
ACTIVITÉS CULTURELLES		
Club de lecture Animé par Mme Nancy Porter	Le mercredi, une fois par mois, de 10 h à 11 h 30, à compter du 7 octobre, à l'APDA	Gratuit membre et un proche
Sortie au Musée	Le vendredi 25 septembre à 13 h Visite commentée au Musée du Monastère des Augustines de l'Hôtel-Dieu de Québec « Résonances. Entre elles et nous »	COMPLET!
ACTIVITÉ THÉMATIQUE		
Journée nationale des aînés	Le vendredi 2 octobre, à 10 h Marche au Marais du Nord suivie d'un pique-nique et crème glacée chez Chocolat Harmonie à Stoneham- et-Tewkesbury	Accès au Marais du Nord offert gracieusement par l'APDA aux membres et un proche. Prévoir apporter un lunch Crème glacée aux frais des personnes participantes

ACTIVITÉS INFORMATIVES ET DE SENSIBILISATION		
Atelier d'entretien des prothèses auditives Animé par Mme Sylvie Tremblay	Le mercredi 14 octobre à 19 h 15	Gratuit pour les membres et un proche
Atelier d'entretien des prothèses auditives Animé par Mme Sylvie Tremblay	Le mercredi 28 octobre à 13 h 30	Gratuit pour les membres et un proche
Atelier de sensibilisation à la fraude numérique Animé par Bruno Lavoie	Le mercredi 11 novembre de 19 h 15 à 20 h 30	Gratuit pour les membres et un proche
Atelier de sensibilisation à la fraude numérique Animé par Bruno Lavoie	À DISTANCE Le mercredi 25 novembre de 19 h 15 à 20 h 30	Gratuit pour les membres et un proche
ÉVÉNEMENTS		
Dîner des Fêtes	Dimanche 22 novembre à midi	Détails à venir

Version du 25 septembre 2026

INSCRIPTION

Par courriel : activites@apda.ca ♦ Par texto : 581 978-2771 ♦ Par téléphone : 418 380-2639

Responsable de la programmation : Michelle Fontaine, animatrice à la vie communautaire