

Tableau de programmation des activités du programme VIACTIVE de la région de la Capitale-Nationale Québec Automne 2021

Informations générales

PROGRAMME DE PROMOTION DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE CHEZ LES AÎNÉS

VIACTIVE

Clientèle : 55 ans et plus

- Intérêt pour la pratique d'activité physique
- En mesure de suivre une activité de groupe
- Activités hebdomadaires dans les milieux, majoritairement des séances d'exercices
- Activités ponctuelles sur le territoire

**Ratio variable, majoritairement des animateurs bénévoles.
Programme offert en continu**

Pour de l'information concernant le programme VIACTIVE et les milieux actifs de Québec, veuillez contacter :

Mylène Dion, conseillère VIACTIVE

418 948-1722 ou 1 800-828-3344

mdion@fadoq-quebec.qc.ca

OU

Trécy Patoine, conseillère VIACTIVE

418 650-5050 poste 262

tpatoine@fadoq-quebec.qc.ca

Ou consulter la page Web de VIACTIVE de la Capitale-Nationale sur le site de la FADOQ-RQCA:

<https://www.fadoq.ca/quebec-et-chaudiere-appalaches/ressources/sante-et-bien-etre/offre-de-services-viactive-pour-la-region-de-la-capitale-nationale>

**Tableau de programmation des activités du programme VIACTIVE de la région de la Capitale-Nationale
Québec
Automne 2021**

QUÉBEC, SECTEURS DE LORETTEVILLE - VAL-BÉLAIR

Loretteville, Val-Bélair, Saint-Émile, Neufchâtel-Ouest, Sainte-Catherine-de-la-Jacques-Cartier, Shannon, Wendake, Valcartier

VIACTIVE

Animation bénévole

Centre communautaire Anne Hébert de Sainte-Catherine-de-la-Jacques-Cartier
22, rue Louis-Jolliet
Jeudi et vendredi 10 h à 11h

Centre communautaire de Shannon
75, chemin Gosford
Lundi, mercredi et vendredi 9h à 10h

Animation professionnelle

Résidence Sainte-Geneviève
4855, rue Sainte-Geneviève
Lundi 15 h à 16h

Château Bellevue Val-Bélair
960, rue des Ibis
Horaire variable

Tableau de programmation des activités du programme VIACTIVE de la région de la Capitale-Nationale Québec Automne 2021

QUÉBEC, SECTEUR CHARLESBOURG Charlesbourg, Lac-Saint-Charles, Notre-Dame-des-Laurentides, Lac Beauport, Lac Delage, Stoneham

VIACTIVE		
<u><i>Animation bénévole</i></u>		<u><i>Animation professionnelle</i></u>
FADOQ l'Escale – Chalet de l'école Guillaume-Mathieu 720, avenue de Gironde Lundi 13 h 30 à 14 h 30	FADOQ Sainte-Brigitte-de-Laval (club de marche) 67, montée du Cervin Mardi 11h30	Résidence Charles-Renaud (résidents uniquement) 183, 56 ^e Rue E Lundi au vendredi 10h à 11h
Patro Charlesbourg 7700, 3 ^e Avenue Est Mardi 13 h 30 à 15 h	Carrefour des proches aidants de Québec 4765, 1 ^{ère} Avenue, local 140-B Mercredi 9h à 10h	
AFAM Notre-Dame-des-Laurentides 55, rue Moïse Verrette Mardi et mercredi 9h30 à 10h30		

Tableau de programmation des activités du programme **VIACTIVE** de la région de la Capitale-Nationale Québec Automne 2021

QUÉBEC, SECTEUR BEAUPORT- ORLÉANS

Beauport, Chute-Montmorency, Sainte-Brigitte-de-Laval, Île d'Orléans, Côte-de-Beaupré, Saint-Ferréol-les-Neiges

VIACTIVE		
	<u><i>Animation bénévole</i></u>	<u><i>Animation professionnelle</i></u>
<p>Centre communautaire Le Pivot 4551, boulevard Sainte-Anne Mardi et vendredi 10 h à 11 h</p>	<p>Résidence Square Saint-David 3475-3414, rue Albert-Chrétien Lundi 19h au 3475 et jeudi 10h30 au 3414</p>	
<p>Centre communautaire Mgr Marcoux 2025, Adjutor-Rivard Mardi 10 h 30 à 11 h 30</p>	<p>Résidence Square Saint-David 2 3415, boulevard Albert-Chrétien Horaire variable, 1 matin par semaine (à l'extérieur)</p>	
ÎLE D'ORLÉANS, CÔTE-DE-BEAUPRÉ		
<p>Municipalité de Saint-Ferréol-des-Neiges 3432, Avenue Royale Mercredi 14h à 15h</p>		<p>Résidence Mont Champagnat (résidents uniquement) 7141, avenue Royale, Château-Richer Lundi au vendredi 10h à 11h</p>

Tableau de programmation des activités du programme VIACTIVE de la région de la Capitale-Nationale Québec Automne 2021

QUÉBEC, SECTEUR LIMOILLOU – VANIER Vieux Limoilou, Maizerets, Lairet, Vanier

VIACTIVE	
<u>Animation bénévole</u>	<u>Animation professionnelle</u>
Coopérative d'habitation Saint-Fidèle 690, 13 ^e Rue Mardi 10h	Résidence des Bâisseurs - Manoir Sully 400, avenue Bélanger Mercredi 10 h (TV tour)

QUÉBEC, SECTEUR QUÉBEC-BASSE-VILLE Cap-Blanc, Saint-Roch, Saint-Sauveur

VIACTIVE	
<u>Animation bénévole</u>	<u>Animation professionnelle</u>
Habitations Vivre Chez Soi (RPA – Résidents uniquement) 80, rue Saint-Luc Mardi ou mercredi matin	Regroupement des personnes handicapées visuelles 503, rue du Prince Édouard, bureau 100 Mardi et jeudi matins (à l'extérieur)

**Tableau de programmation des activités du programme VIACTIVE de la région de la Capitale-Nationale
Québec
Automne 2021**

**QUÉBEC, SECTEUR QUÉBEC-HAUTE-VILLE
Vieux-Québec – Colline parlementaire, Saint-Jean-Baptiste, Montcalm, Saint-Sacrement**

VIACTIVE		
<u><i>Animation bénévole</i></u>		<u><i>Animation professionnelle</i></u>
Loisirs Montcalm 265, boulevard. René-Lévesque Ouest Mardi et vendredi 9h30 à 10h30	Loisirs du Faubourg – Centre Lucien Borne 100, chemin Sainte-Foy, bureau RC06 Lundi et mercredi 10h à 11h	Entraide du Faubourg 369, rue Saint-Jean Lundi 10h à 11h

Tableau de programmation des activités du programme **VIACTIVE** de la région de la Capitale-Nationale Québec Automne 2021

QUÉBEC, SECTEUR SAINTE-FOY – SILLERY – LAURENTIEN

Saint-Louis, Sillery, Plateau Pointe-de-Sainte-Foy, Cap-Rouge, Cité Universitaire, Saint-Augustin-de-Desmaures, L'Ancienne-Lorette

VIACTIVE

Animation bénévole

FADOQ Bonne Entente – Centre des loisirs Saint-Benoît
909, boulevard Pie XII
Lundi 10h 45 et mardi, jeudi 9h

FADOQ Saint-Mathieu, centre des loisirs
1000, rue Bar-le-Duc
Mardi et jeudi 10 h à 11h

CAP-ROUGE – L'AEROPORT -- ST-AUGUSTIN – L'ANCIENNE-LORETTE

Centre de loisirs L'Ancienne-Lorette
(sous-sol de la bibliothèque)
1635, rue Notre Dame
Jeudi 13h30 à 14h30

Centre communautaire Champigny
7519, boulevard Wilfrid-Hamel
Lundi et jeudi 10h à 11h30

Centre multifonctionnel, secteur Est
4950, rue Lionel-Groulx
Lundi 14h à 15h

Maison Omer-Juneau
289, route 138, Saint-Augustin-de-Desmaures
Vendredi 10h30 à 11h30

Mouvement des services à la communauté
Gymnase du centre communautaire
4473, rue Saint-Félix
Lundi et jeudi 9h30 à 11h

**Tableau de programmation des activités du programme VACTIVE de la région de la Capitale-Nationale
Québec
Automne 2021**

**QUÉBEC, SECTEUR DUBERGER – LES SAULES – LEBOURGNEUF
Neufchâtel-Est, Lebourgneuf, Duberger, Les Saules**

VACTIVE

Animation bénévole

**Loisirs Duberger Les Saules
Centre communautaire Elzéar Turcotte
2455, boulevard Central
Mardi et mercredi 9h à 10h**

**Loisirs Lebourgneuf
1650, rue de la Morille
Lundi 9h30 à 10h30
Coût de 5\$**