

2026

Journal

Du

Foyer d'astrée

Janvier Février Mars Avril

Table des matières :

ACTIVITÉS QUOTIDIENNES 3

Ferme pédagogique	4
Hippotige	6
APEM	7
Marche	8
Ravel de tilff	9
Marche thérapeutique	10
Ravel Aywaille	11
Ravel belle île	12
Ravel Esneux	13
Après l'effort le réconfort	14
Sortie belle île	16
Couture	17
Piscine	18
Ramassage de déchets	19

ACTIVITÉS EXCEPTIONNELLES 20

Match de basket spiroudome	21
La flèche wallonne	22
Match du standard	23
Bowling	24
Saint Valentin	25
Carnaval créatif	27
Carnaval à thémis	31
Activité créatif de Pâques	32
Le cirque	34
Graffitis	35
Sorties	36
Projet pour les colombes	37
Atelier culinaire crêpes	38
Chasse aux œufs	40
Entraînement SPO	44

SORTIES INDIVIDUELLES 45

Sami	46
Edith	47
Delphine	48
Stéphane et Véronique	49
Retour famille	50

ANNIVERSAIRES 51

BONUS 56

Activités Quotidiennes



Ferme pédagogique



Les résidents se rendent à la ferme pédagogique chaque vendredi après-midi. Cette sortie leur permet de profiter d'un environnement calme et naturel, tout en découvrant les animaux et les différentes activités proposées sur place. Ils peuvent observer, toucher et parfois nourrir les animaux, ce qui stimule leurs sens et favorise leur bien-être. Ce moment est également l'occasion de partager une activité conviviale en groupe, tout en développant leur autonomie et leur curiosité.



Ferme pedagogique

À la ferme, les petites découvertes font les
grands souvenirs.



hippotige



DATE
/ /



L'hippothérapie, c'est
soigner autrement... avec
douceur et confiance.
Les résidents participent
aux séances
d'hippothérapie, où ils
prennent plaisir à s'occuper
des chevaux et à créer un
lien avec eux.

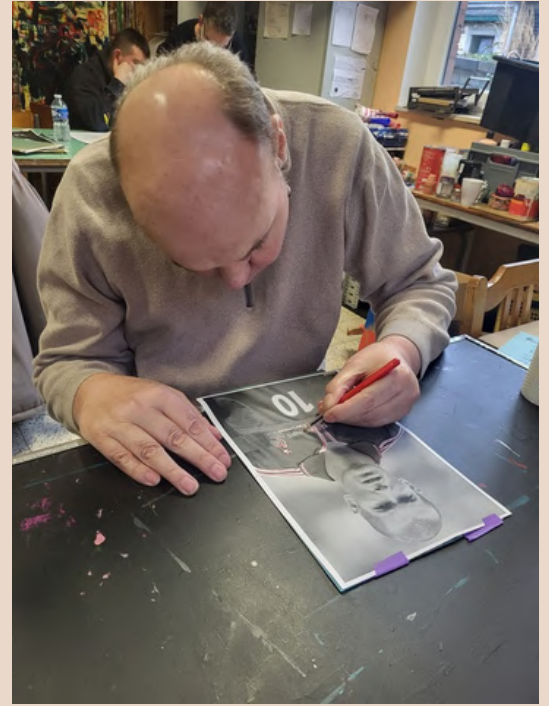




APEM



"Le dessin libère l'esprit et apaise le cœur."



Nos artistes continuent de fréquenter l'APEM chaque semaine. Sur place, ils explorent diverses techniques telles que le dessin, le décalquage, l'encre de Chine, et bien d'autres encore, qui rythment leurs activités.

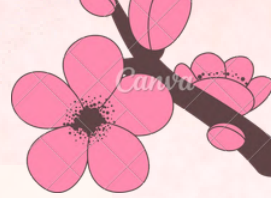
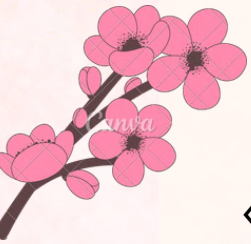


MARCHE



PETITE BALADE

MARCHER, C'EST AVANCER DOUCEMENT VERS L'APAISEMENT DU CORPS ET DE L'ESPRIT.



Ravel de Tilff

« Chaque pas est un chemin vers le bien-être. »



À travers cette activité, les résidents expérimentent un moment de calme favorisant la régulation des émotions et le bien-être global.



Marche thérapeutique

Sur le ravel de Tilff



Marche thérapeutique sur le Ravel de Tilff, lors d'un agréable matin ensoleillé, favorisant le bien-être et l'apaisement des résidents.



Ravel d'Aywaille



Lors d'une sortie sur le RAVeL d'Aywaille, les résidents ont participé à une marche thérapeutique dans un cadre agréable et apaisant. Chacun a avancé à son rythme, profitant du grand air et de ce moment de bien-être.

Après l'effort, place au réconfort : la balade s'est terminée par une pause gourmande autour d'une glace, appréciée de tous. Sourires et bonne humeur étaient au rendez-vous pour clôturer cette belle après-midi.

Une sortie qui allie activité physique, détente et plaisir partagé.





Ravel de Belle-île

« SOUS LE SOLEIL, CHAQUE PAS DEVIENT PLUS LÉGER ET CHAQUE SOURIRE PLUS LUMINEUX. »





Ravel d'Esneux



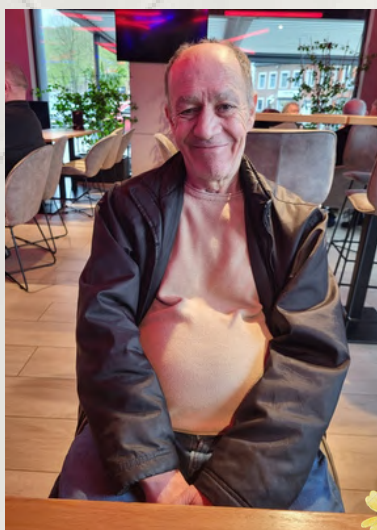
Lors d'une petite sortie à Esneux, les résidents ont profité d'une agréable marche au cœur d'un cadre naturel apaisant. Entre paysages verdoyants et air frais, chacun a pu avancer à son rythme et savourer ce moment en plein air.



APRÈS L'EFFORT, LE RÉCONFORT



APRÈS L'EFFORT, LE RÉCONFORT



À travers ces photos individuelles, nous partageons de jolis moments vécus lors de différentes sorties. Après une agréable marche, chacun a pris le temps de se poser et de savourer un verre bien mérité.

Les sourires en disent long : satisfaction après l'effort, plaisir d'un instant de détente, et joie de profiter simplement du moment présent. Chaque résident, à son rythme, a pu apprécier cette pause conviviale, symbole de bien-être et de partage.

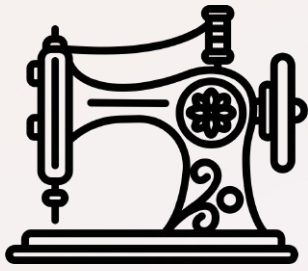
Ces instants capturés témoignent de l'importance de ces petites parenthèses dans le quotidien. Car, comme le veut l'adage : après l'effort, le réconfort !

Sortie Belle-île

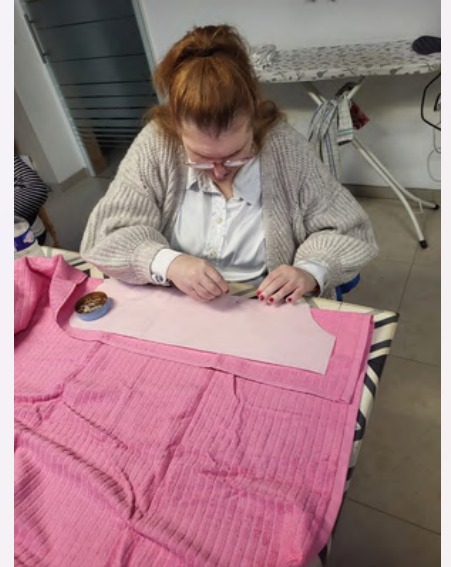
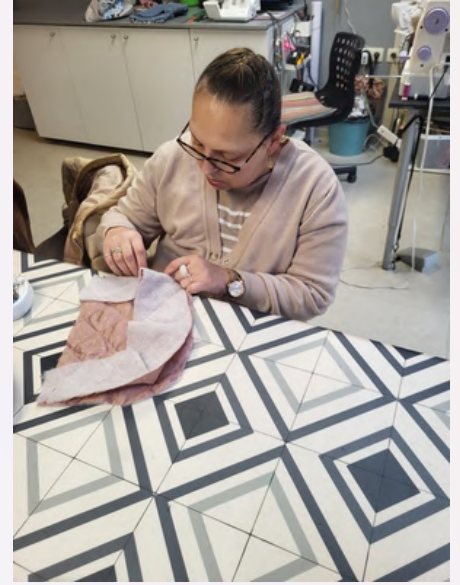


Peu de temps après les fêtes, les résidents ont poursuivi l'esprit de groupe en se rendant à Belle-Île afin de se promener tous ensemble et boire un verre dans la bonne humeur.





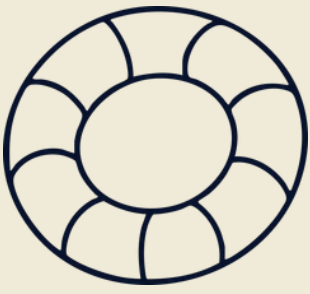
Couture



Tous les mercredis matin, une semaine sur deux, un atelier couture est proposé aux résidentes. Ce moment créatif est l'occasion de se retrouver dans une ambiance calme et conviviale, propice à la concentration et au plaisir de faire soi-même.

Au fil des séances, chacune réalise ses propres créations : sacs, petits accessoires et autres objets personnalisés. Guidées et encouragées, les résidentes développent leur motricité fine, leur imagination et leur confiance en elles.

Fièrement, elles repartent ensuite au foyer avec leurs réalisations, témoins de leur travail et de leur créativité. Un atelier apprécié, qui allie apprentissage, autonomie et plaisir de créer.



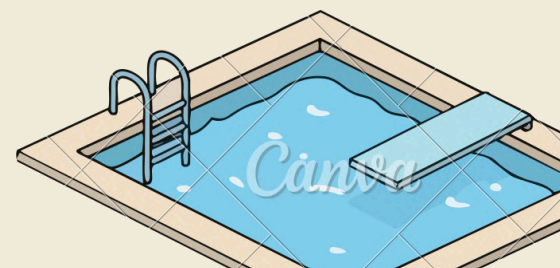
Piscine



Chaque vendredi après-midi, une sortie à la piscine est proposée aux résidents, en petit groupe. Ce format permet à chacun de se sentir rassuré et de profiter pleinement de l'activité, dans un environnement calme et sécurisant. Dans l'eau, les résidents peuvent se détendre, bouger à leur rythme et prendre confiance en eux. Les échanges sont facilités et l'accompagnement plus individualisé, favorisant le bien-être de chacun.



<<Un moment apprécié, qui allie plaisir, détente et douceur, dans une ambiance sereine et adaptée aux besoins de tous.>>



RAMASSAGE DES DÉCHETS



Lors d'une après-midi dédiée à la marche thérapeutique, les résidents ont allié bien-être et engagement citoyen. Munis de sacs poubelles, ils ont profité de la balade pour ramasser les déchets rencontrés sur leur chemin.

Cette activité a permis de prendre soin de soi tout en prenant soin de l'environnement. Chacun a participé à son rythme, dans une ambiance conviviale et valorisante.

Une belle initiative qui donne du sens à la promenade, en associant activité physique, respect de la nature et esprit de solidarité.





Activités Exceptionnelles



Match de basket au spiroudome



Trois de nos résidents ont eu la chance d'assister à un match de basket au Spiroudome, accompagnés par un éducateur. Cette sortie en petit groupe a permis de vivre un moment privilégié, dans une ambiance sportive et conviviale. Une belle sortie, appréciée de tous, mêlant sport, accompagnement et plaisir partagé.





La flèche wallonne



Les résidents ont eu la chance d'assister à la célèbre course cycliste de la Flèche Wallonne, dans une ambiance sportive et festive. Installés le long du parcours, ils ont pu voir passer les coureurs et ressentir toute l'intensité de l'événement.





Match du Standard

Les résidents ont eu l'occasion d'assister à un match du Standard de Liège, dans une ambiance sportive et passionnée. Installés dans les tribunes, ils ont pu vivre l'intensité de la rencontre, encourager l'équipe et partager les émotions du public tout au long du match. Entre les actions sur le terrain, les applaudissements et l'enthousiasme des supporters, chacun a pleinement profité de cette sortie.

Un beau moment de partage autour du football, qui a permis de vivre une expérience conviviale et riche en émotions.





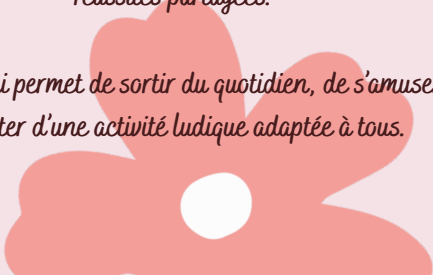
● Bowling



Sortie bowling pour les résidents, placée sous le signe de la détente et du jeu. Chacun a pu lancer la boule à sa manière et tenter de faire tomber les quilles, dans une ambiance simple et conviviale.

Les sourires étaient présents tout au long de l'activité, entre encouragements et petites réussites partagées.

Un moment agréable qui permet de sortir du quotidien, de s'amuser ensemble et de profiter d'une activité ludique adaptée à tous.



SAINT VALENTIN

L'AMOUR DANS L'AIR



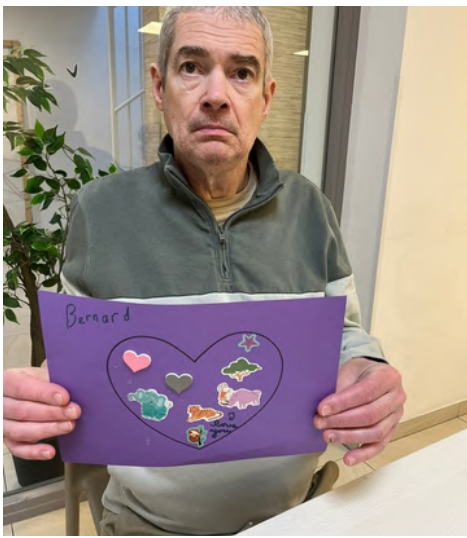
À l'occasion de la Saint-Valentin, les résidents ont participé à un atelier créatif placé sous le signe de la couleur et de la bonne humeur. Chacun a pu exprimer son imagination à travers différentes réalisations : décorations, cartes et petits objets symboliques.

Dans une ambiance chaleureuse et conviviale, cet atelier a permis de partager un moment de créativité et de plaisir, tout en travaillant la motricité fine et la concentration.

De belles créations ont vu le jour, que les résidents ont pu fièrement admirer et parfois offrir. Un joli moment de partage autour de la fête de l'amour et de l'amitié.

ATELIER CRÉATIF

Bonne Saint-Valentin !





Carnaval



Créatif



En duo, Stéphane et Céline ont créés un arlequin grandeur nature. Ils ont choisis ensemble les couleurs à mettre, les formes a intégrer dans son costume ainsi des petits détails amusant tels que ses doigts en forme de plumes. Ils y ont mis tout leur cœur et cela s'est ressenti dans l'œuvre finale. Une belle preuve que le travail de groupe est la clé de toute œuvre réussie.





Carnaval

Créatif



Dans le cadre des activités du foyer, les résidents ont participé à un atelier créatif sur le thème du carnaval, au cours duquel ils ont réalisé des chapeaux colorés et décorés.

Munis de différents matériaux, ils ont pu personnaliser leur création selon leurs goûts. Collage, couleurs, formes et petits accessoires ont permis à chacun de donner un style unique à son chapeau. L'activité s'est déroulée dans une ambiance détendue et agréable.

Cet atelier a favorisé la créativité, la motricité fine et la concentration. Il a aussi permis de partager un moment collectif où chacun a pu s'exprimer à sa manière. À la fin de la séance, les résidents étaient contents et fiers de leurs réalisations, qu'ils ont pu porter ou emporter avec eux.





Carnaval

Créatif



Pour le carnaval, les résidents ont créés des portraits de clown en ajoutant à chacun d'entre eux des cheveux et/ou barbe comme ils désiraient.
Une fois chaque portrait terminé, chaque résident à choisit le prénom à attribuer. Nous avons donc Bozo, José, Georges et Zavata.



Carnaval Créatif



DANS LE CADRE DES ACTIVITÉS CRÉATIVES DU CARNAVAL, LES RÉSIDENTS ONT RÉALISÉ DES MASQUES SUR LE THÈME DES ANIMAUX.

ILS ONT PU CHOISIR DIFFÉRENTS MODÈLES ET LES PERSONNALISER AVEC DE LA PEINTURE, DES GOMMETTES, DES PLUMES ET DIVERS ÉLÉMENTS DÉCORATIFS. CHAQUE RÉSIDENT A LAISSÉ LIBRE COURS À SON IMAGINATION AFIN DE CRÉER UN MASQUE UNIQUE REPRÉSENTANT L'ANIMAL DE SON CHOIX.



L'ACTIVITÉ S'EST DÉROULÉE DANS UNE AMBIANCE CALME ET AGRÉABLE, FAVORISANT L'ENTRAÏDE ET LES ÉCHANGES ENTRE LES PARTICIPANTS. ELLE A ÉGALEMENT PERMIS DE TRAVAILLER LA MOTRICITÉ FINE, LA CONCENTRATION ET LA CRÉATIVITÉ.

À LA FIN DE L'ATELIER, LES RÉSIDENTS ÉTAIENT FIERS DE LEURS RÉALISATIONS ET HEUREUX DE POUVOIR REPARTIR AVEC LEUR MASQUE DE CARNAVAL.



Carnaval

Fête à thèmes



LES RÉSIDENTS ONT PARTICIPÉ À UNE FÊTE DE CARNAVAL ORGANISÉE DANS UN AUTRE FOYER, AU FOYER THÉMIS.

CETTE SORTIE A PERMIS DE PARTAGER UN MOMENT FESTIF AVEC D'AUTRES RÉSIDENTS ET ÉQUIPES ÉDUCATIVES. L'AMBLANCE ÉTAIT JOYEUSE ET COLORÉE, AVEC DES DÉGUISEMENTS, DE LA MUSIQUE ET DIFFÉRENTES ANIMATIONS PROPOSÉES TOUT AU LONG DE L'APRÈS-MIDI.

LES RÉSIDENTS ONT PU PROFITER DES ACTIVITÉS, ÉCHANGER AVEC DE NOUVELLES PERSONNES ET DÉCOUVRIR UN AUTRE ENVIRONNEMENT. CE TYPE DE RENCONTRE FAVORISE LA SOCIALISATION, LE PARTAGE ET L'OUVERTURE VERS L'EXTÉRIEUR.

LA JOURNÉE S'EST DÉROULÉE DANS UNE ATMOSPHÈRE CONVIVIALE ET A ÉTÉ APPRÉCIÉE PAR LES PARTICIPANTS, QUI SONT REPARTIS AVEC DE BEAUX SOUVENIRS DE CETTE FÊTE DE CARNAVAL.

Activité créa de pâques



Lors de l'activité créative de Pâques, les résidents ont réalisé de petits poussins en bois. Ils ont choisi leurs couleurs avec plaisir avant de les peindre avec soin et créativité.

Ce moment convivial a permis de partager une activité autour du thème de Pâques, tout en stimulant la motricité fine et l'imagination de chacun.



Activité créa de pâques



Lors de l'activité créative de Pâques, les résidents ont réalisé des œufs en carton qu'ils ont pu colorer et peindre selon leurs envies. Chacun a laissé libre cours à son imagination pour créer des décorations festives et colorées.

Ils ont également confectionné des lapins de Pâques, apportant une touche ludique et printanière à l'atelier.



LE CIRQUE



LES RÉSIDENTS SE SONT
RENDUS AU CIRQUE DE
ROCOURT POUR ASSISTER À UN
SPECTACLE RICHE EN COULEURS
ET EN ÉMOTIONS. ILS ONT PU
DÉCOUVRIR DIFFÉRENTS
NUMÉROS DE CIRQUE, ENTRE
ACROBATIES, JONGLAGE ET
MOMENTS HUMORISTIQUES.

CETTE SORTIE A ÉTÉ TRÈS
APPRÉCIÉE ET A PERMIS À
CHACUN DE PROFITER D'UN
MOMENT DE DÉTENTE ET
D'ÉMERVEILLEMENT DANS UNE
AMBIANCE CONVIVIALE.

Graffitis



LORS DE L'ATELIER GRAFFITI, HAKIM ET KEVIN, ONT PARTICIPÉ À UNE ACTIVITÉ ARTISTIQUE ORIGINALE AUTOUR DE L'ART URBAIN.

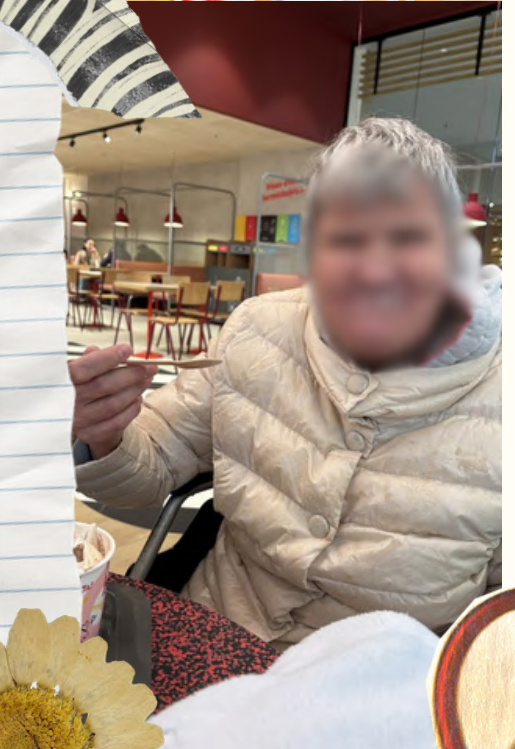
ILS ONT DÉCOUVERT LE MATÉRIEL ET LES DIFFÉRENTES FAÇONS D'UTILISER LES COULEURS POUR CRÉER DES EFFETS VARIÉS. CHACUN A PU S'EXPRIMER LIBREMENT EN RÉALISANT UNE COMPOSITION PERSONNELLE SUR LE SUPPORT PROPOSÉ.

HAKIM ET KEVIN SE SONT MONTRÉS INVESTIS ET ATTENTIFS TOUT AU LONG DE L'ATELIER. ILS ONT PRIS PLAISIR À EXPÉRIMENTER, À TESTER LES COULEURS ET À LAISSER PLACE À LEUR IMAGINATION.



SORTIES

LES RESIDENTS
VONT BOIRE UN
VERRE



PROJET POUR LES COLOMBES

Chaque vendredi matin, les résidents se rendent au Zo'Oborne, un centre de zoothérapie.

Au cours du mois de février, les résidents ont participé à un concours consistant en la fabrication d'éléments destinés aux colombes (tourterelles rieuses blanches), tels qu'un perchoir de table, une mangeoire ou encore un nichoir.

Ce concours a été organisé par Zo'Oborne.

Thème 2026 : « Les colombes »

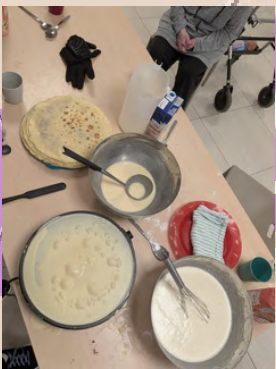




ATELIER CULINAIRE, CRÊPES



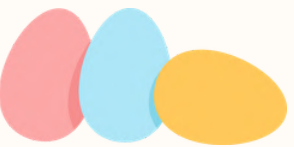
CRÊPES



Mmmm, de bonnes crêpes!



Chasse aux œufs







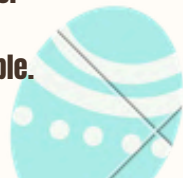


Les résidents ont participé à une chasse aux œufs organisée à l'occasion de Pâques. Cette activité festive s'est déroulée dans une ambiance joyeuse et conviviale. Elle a été suivie de petites activités "mimes", permettant aux résidents de s'amuser tout en stimulant leur imagination et leur communication.

La stagiaire a organisé l'ensemble de l'activité en collaboration avec une éducatrice du foyer. Ensemble, elles ont veillé au bon déroulement de la journée et à l'adaptation des activités pour chaque résident.

Afin de garantir le confort de tous et d'éviter d'être trop nombreux, les résidents ont été répartis en plusieurs groupes. Cela a permis à chacun de profiter pleinement de l'activité, dans un cadre plus calme et plus adapté.

Cette journée a été appréciée par les résidents, qui ont pu partager un moment festif et agréable.



ENTRAINEMENT SPO



Les résidents ont réalisé des entraînements pour les Special Olympics, notamment des activités de lancer de balle et de course.

Ces exercices permettent de travailler la coordination, l'endurance et la motricité, tout en passant un moment agréable et dynamique.

Sorties

Individuelles



✦ ✦ SAMI ✦ ✦



Sami a profité d'un moment avec sa référente autour d'une bonne glace et d'un bon coca.

✦ ✦ EDITH ✦ ✦



Édith a pu profiter d'un moment en individuel avec sa référente Florine, autour d'un bon burger.

✦ DELPHINE ✦



Delphine a pu profiter de deux tête-à-tête avec sa référente. L'un lors de son anniversaire et l'un pour le plaisir. Les deux fois elle s'est régalingée!

STÉPHANE ET VÉRONIQUE



Pour fêter son anniversaire, Stéphane a décidé d'aller manger au Quick avec son amoureuse et sa référente. Comme on peut le voir à leur sourire, ils ont bien profités de ce moment.



Retour famille



En mars, les résidents sont partis trois jours à Paris pour que Marie-Laure, Sandrine et Patou puissent aller voir leur famille. C'était vraiment chouette : ils ont bien profité de leurs proches et en ont aussi profité pour bien manger !



Anniversaire

Des 4 mois



Happy Birthday



Yasmina a eu 48 ans



Philippe a eu 74 ans



Marie-Christine a eu 68 ans



Happy Birthday



Marie-Françoise a eu 58ans



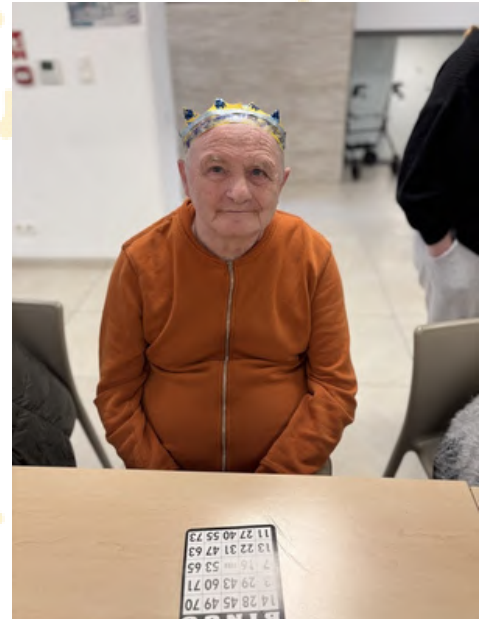
Stéphane a eu 56ans



Delphine a eu 51ans



Sami a eu 45 ans



Patrick a eu 68 ans

Happy Birthday



Anniversaire de Marie-Françoise



Bonus



Pêle-mêle



Mots mêlés

C	H	V	P	L	K	C	A	R	N	A	V	A	L
O	L	P	I	N	V	S	H	D	D	F	J	M	Z
L	E	P	S	A	R	T	K	C	I	R	Q	U	E
O	N	X	C	M	Q	J	W	Z	W	D	F	Z	K
M	X	R	I	S	T	A	N	D	A	R	D	V	G
B	F	K	N	J	B	L	W	G	P	H	A	T	V
E	X	N	E	S	P	I	R	O	U	X	M	O	A
S	T	W	A	S	L	B	K	N	X	P	O	T	R
S	A	X	P	T	H	N	F	T	K	Â	U	A	L
I	N	D	I	V	I	D	U	E	L	Q	R	O	E
Y	W	M	N	W	N	R	Q	S	V	U	J	L	Q
W	G	R	C	R	É	P	E	S	C	E	E	S	U
O	C	E	I	T	I	Q	V	G	T	S	B	Y	I
M	A	R	C	H	E	S	P	A	R	I	S	O	N

Les mots peuvent être cachés horizontalement
ou verticalement.

Amour

Arlequin

Art

Carnaval

Cirque

Colombes

Crêpes

Individuel

Marches

Paris

Piscine

Pâques

Spirou

Standard