



Janvier 2026

Mon milieu de vie EXPRESS

Centre d'hébergement Argyll
4^e étage

Bonne année 2026 à tous !

Une nouvelle année débute et nous sommes heureux de pouvoir remplir une nouvelle page de souvenirs mémorables! Que vos vœux les plus chers puissent se réaliser en ce début d'année 2026! Nous souhaitons rappeler aux familles et aux proches qu'ils sont les bienvenus dans les activités de loisirs annoncées dans cette programmation.

Au plaisir de vous retrouver au retour du congé des fêtes dès le 6 janvier 2026!

Voici les activités phares du mois de janvier 2026 :

10 janvier 2026 : bienvenue au savoureux brunch de l'unité ! Au menu : œuf, bacon, fèves au lard, rôties et café. Cette activité nécessite une réservation et est gratuite pour les résidents. Les proches sont les bienvenus au coût de 9 \$.

13 janvier 2026 : venez découvrir le populaire jeu HITSTER dans la cafétéria du 1^{er} étage. Tous les détails à la dernière page de ce document.

14 janvier 2026 : les élèves de l'école Le Touret viennent manger de la poutine avec un groupe de résidents dans la grande salle 1702. Ce repas sera suivi d'une mémorable «chasse aux chevreuils » où les résidents et les jeunes tenteront de tirer avec des fusils à balle en mousse sur les intervenants et les bénévoles qui vont courir entre les sapins décorés.

21 janvier 2026 : les résidents pourront choisir des images à coller qui représentent certaines étapes du vieillissement tout en participant à une discussion ouverte sur divers sujets d'actualité qui concernent « l'art de vieillir en beauté ».

28 janvier 2026 : un spectacle musical mettant en vedette notre chanteur Mario Gagnon aura lieu au chalet J.-Armand-Bombardier. Le départ en autobus se fera à partir de 13h30 et le retour est prévu vers 17 h. Vous pouvez vous inscrire auprès de l'intervenante en loisirs, Myriam Houle, au 819-780-2220 au poste 46570 avant le 16 janvier 2026.

29 janvier 2026 : c'est l'heure du grand bingo avec des prix spéciaux dans la salle 1702. Les résidents de tous les étages y sont invités ! Serez-vous l'un des grands gagnants ?

Site internet : <https://www.santeestrie.qc.ca/soins-services/specialises/hebergement-residence/activites-et-loisirs-en-chsld>

Calendrier d'activités – Janvier 2026

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI
<p>Vous pouvez maintenant accéder au calendrier d'activités, du mois, avec votre téléphone intelligent via le code QR. Ensuite, ouvrir l'onglet de l'établissement souhaité.</p> 			
4	5	6	7
<p>14h : La boîte à chansons avec Mario Gagnon(1702)</p> 	<p>10h : La visite amicale de Guylaine!</p> 	<p>13h30 : Spectacle musical avec Francine Houle (4702)</p> <p>18h : On retire les décorations de Noël sur l'unité avec les résidents</p>	<p>Retrait des décorations de Noël grande salle et 1^e étage</p> <p>13h30 : pétanque (4702)</p> 
11	12	13	14
<p>10h00 : Activités individuelles côté A</p> <p>10h45 : Activités individuelles côté B</p> <p>14h : La boîte à chansons avec Frank Barns (1702)</p> 	<p>10h : La visite amicale de Myriam !</p> 	<p>14h : On teste nos connaissances musicales avec le jeu Hister à la cafétéria du 1^e étage!</p> <p>18h : Tout le monde en parle, groupe de discussion. Sujet : L'itinérance (4101)</p>	<p>12h : Dîner poutine avec les élèves du Touret (1702)</p>  <p>13h30 : Chasse aux chevreuils avec des élèves du Touret ! (1702)</p>
18	19	20	21
<p>14h : Le boîte à chansons avec Marcel Goulet(1702)</p> 	<p>On s'amuse en attendant le cabaret du midi !</p> <p>Connais-tu tes expressions québécoises?</p>	<p>10h30 : Messe (5702)</p> <p>13h30 : Spectacle de musique classique avec flûte traversière et piano (4702)</p> <p>18h : Les photos de mariage d'hier à aujourd'hui (4101)</p>	<p>10h30 : L'art de vieillir! Collage et discussion (4902)</p>  <p>13h30 : On joue aux quilles! (4702)</p> 
25	26	27	28
<p>14h : La boîte à chansons avec Agathe Boissonneault(1702)</p> 	<p>10h : La visite amicale de Myriam !</p> 	<p>13h30 : Spectacle musical avec Alain Durocher (4702)</p> <p>18h : Atelier de gestion du stress par la respiration et la musique (4101)</p>	<p>13h30 : Spectacle musical avec Mario Gagnon au Chalet J.-Armand-Bombardier</p> <p>*Avec réservation : détails sur la page couverture</p> <p>Une collation spéciale sera servie sur place</p>

Centre d'hébergement Argyll – 4^e étage

Janvier

JEUDI 1	VENDREDI 2	SAMEDI 3
		
8	9	10
10h30 : Pratique de la chorale des résidents (4702)  13h30 : Accordéon au salon avec Daniel Dubé (4702)	10h30 : Voyage virtuel en Chine avec Thomas (1703)	9h30 : préparation du salon pour le brunch avec les résidents (4702) 12h00 : Le brunch (local 4702)  Avec inscription. Sans frais pour les résidents, 9\$ par accompagnateur
15	16	17
10h30 : Club de lecture « Le cauchemar du déneigement » (1704) 14h00 : Bingo (4901) 	10h30 : Visite des animaux au salon avec Anne-Marie (4702) 	Remise d'un napperon divertissant sur l'heure du dîner! C'est l'occasion de rire avec les autres résidents et le personnel !
22	23	24
10h30 : Pratique de la Chorale des résidents (4702)  14h00 : Bingo (4901) 	10h30 : Un coloriage à la courtepoinette où l'on assemble nos dessins ! (4902) 13h30 : La course aux chevaux, un jeu de hasard et de calculs (4702) 	Remise d'un feuillet qui relate l'histoire de l'entreprise de la Laiterie de Coaticook sur l'heure du dîner !
29	30	31
10h30 : Mots croisés géants en groupe (4702)  14h : Le grand Bingo au 1 ^e étage (1702)  14h : distribution des calendriers d'activités à la chambre côté A	10h30 : Distribution des calendriers d'activités à la chambre coté B 13h30 : On fête ta fête avec du gâteau de la pâtisserie Duquette et petit quiz sur la météo (4702)	En attendant le dîner! Je me souviens de la crise du verglas avec des photos et des questions présentées par le personnel.

Cet horaire peut être sujet à changement, selon les ressources disponibles

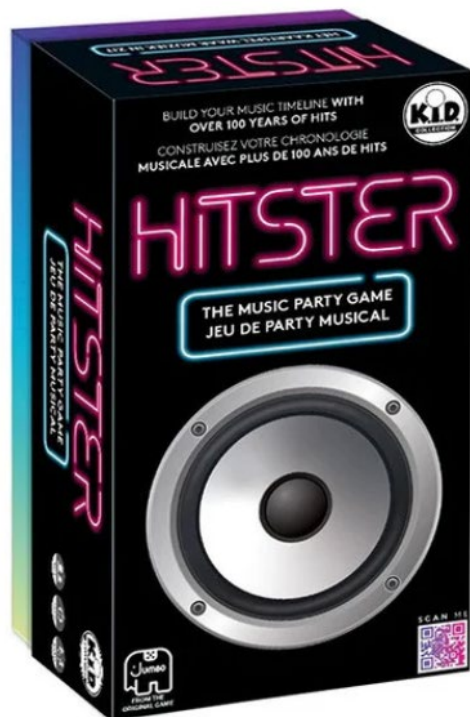
Venez découvrir le jeu HITSTER!

Écoutez plus de 100 ans de musique tout en devinant les dates de sorties de ces chansons. Vous n'avez pas besoin de connaître l'année exacte, mais seulement tenter de situer la chanson sur la ligne du temps musicale.

Vos chances de gagner augmentent si vous pouvez également nommer les artistes et les titres des chansons!

Les familles et les proches sont les bienvenus pour y jouer avec nous le 13 janvier 2026 à 14h.

Plaisir garanti !



**Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de l'Estrie – Centre
hospitalier universitaire
de Sherbrooke**

Québec

Le journal *Mon milieu de vie EXPRESS* est publié par la Direction du programme de soutien à l'autonomie des personnes âgées et par la Direction de la qualité, de l'évaluation, de la performance et de l'éthique.
Vous avez des sujets à proposer? Contactez-nous...

**Myriam Houle, technicienne en éducation spécialisée,
819-780-2220, poste 46570, local 4801**