Novembre 2026



Mon milieu de vie EXPRESS

Maison des aînés – Maison alternative de Magog



DU NOUVEAU EN LOISIRS!

Le mois de novembre marque le début d'un **nouveau chapitre du côté des loisirs à la MDAA de Magog!**

Avant de vous présenter les nouveaux visages que vous croiserez au cours des prochaines semaines, nous souhaitons prendre un moment pour dire un **grand merci à Vincent**, qui s'est impliqué à la MDAA au cours de la dernière année et demi.
Merci, Vincent, pour ton engagement, ta présence et tout ce que tu as apporté à notre milieu de vie. Nous te souhaitons sincèrement le meilleur pour la suite et beaucoup de belles choses dans tes prochains projets!

Et maintenant, place aux présentations!

À compter de novembre, **Marc-André et Sonia** se joignent aux loisirs et ont très hâte de **faire votre connaissance, de découvrir vos intérêts et de connaître ce qui vous anime au quotidien**.

Marc-André sera avec vous les **lundis, mercredis et vendredis**.
Sonia sera présente les **mardis et jeudis**.

Activités, discussions, découvertes, rires et beaux moments partagés seront, nous l'espérons, au rendez-vous!

Et surtout, **vos idées et vos suggestions sont toujours les bienvenues!** N'hésitez pas à venir nous voir pour nous partager vos envies, nous proposer une activité… ou simplement prendre un petit moment pour jaser avec nous.

Nous avons bien hâte de vous rencontrer et de vivre avec vous cette nouvelle aventure!

Calendrier d'activités – Novembre 2026

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI
1	**2**	**3**	**4**
Activités individualisées dans les maisonnées	10h30 Activités individualisées pour apprendre à vous connaitre 10h30 Groupe d'exercices au Lac avec Jessica 14h30 Activités individualisées pour apprendre à vous connaitre 13h15 Basketball dans le Hall d'entrée avec Émilie et Jessica	14h30 Bingo à la Montagne 18h Collation spéciale	10h30 Balloune-Milton (La Montagne) 10h30 Groupe en orthophonie avec Mélanie au Lac 14h Pianiste Serge Fournier dans le Hall d'entrée
8	**9**	**10**	**11**
Semaine du loisir Du 8 au 14 novembre Activités individualisées dans les maisonnées	10h30 vidéos intéressantes (Huard) 10h30 Groupe d'exercices au Lac avec Jessica 14h30 Jeu de Washer (La Montagne) 13h15 Basketball dans le Hall d'entrée avec France et Jessica	14h30 Bingo à la Montagne 16h45 Souper Vin et fromage dans le Hall l'entrée **(Surprise musicale)**	10h30 Messe dans le Hall d'entrée 14h30 La malle des souvenirs (au Lac)
15	**16**	**17**	**18**
10h30 Merveille du monde (Au Lac) 14h30 Vidéo intéressantes (Huard)	10h30 Groupe d'exercices au Lac avec Jessica 13h15 Basketball dans le Hall d'entrée avec Émilie et Jessica	10h Zoo animation avec Toutous poilus au Lac 14h30 Bingo à la Montagne 18h Cinéma Popcorn dans le Hall d'entrée	10h30 Jeu de poche (Au Lac) 10h30 Groupe d'exercices à la Montagne avec Jessica 14h Pianiste Serge Fournier dans le Hall d'entrée
22	**23**	**24**	**25**
Activités individualisées dans les maisonnées	10h30 Bricolage au Martin-Pêcheur 10h30 Groupe d'exercices au Lac avec Jessica 13h15 Basketball dans le Hall d'entrée avec Émilie et Jessica 14h30 Bonhomme pendu	Activités individualisées dans les maisonnées	10h30 10h30 Groupe d'exercices à la Montagne avec Jessica 11h15 Groupe d'exercices en orthophonie avec Mélanie à la Montagne 14h30 Bingo à la Montagne
29	**30**		
Activités individualisées dans les maisonnées	10h30 Activités individuelles 10h30 Groupe d'exercices au Lac avec Jessica 13h15 Basketball dans le Hall d'entrée avec Émilie et Jessica 14h30 Atelier culinaire à la Montagne	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.	

Maison des aînés – Maison alternative de Magog

Novembre

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
5	**6**	**7**
10h30 Bingo Martin-Pêcheur 11h Groupe d'exercices d'équilibre debout à la Montagne avec Émilie et Jessica 13h15 Groupe d'exercices au Huard avec Jessica 13h30 Groupe en orthophonie avec Mélanie (Hedbanz et Uno)	10h30 Lire à tout âge avec André, salle 2002	Activités individualisées dans les maisonnées
12	**13**	**14**
10h30 Les éléments de nos souvenirs Martin-Pêcheur 11h Groupe d'exercices d'équilibre debout à la Montagne avec Émilie et Jessica 13h15 Groupe d'exercices au Huard avec Jessica 14h30 Les éléments de nos souvenirs au Lac	10h30 Lire à tout âge avec André, salle 2002 13h30 Groupe en orthophonie avec Mélanie à la Montagne	10h30 Super Quiz (La Montagne) 14h30 Activités individualisées (Martin-Pêcheur)
19	**20**	**21**
10h à 11h Activité intergénérationnelle avec Mélanie en orthophonie 11h Groupe d'exercices d'équilibre debout à la Montagne avec Émilie et Jessica 13h15 Groupe d'exercices au Huard avec Jessica	10h30 Activités individualisées (Martin-Pêcheur) 14h30 Merveille du monde (La Montagne) 10h30 Lire à tout âge avec André, salle 2002	10h30 Café causerie au Lac 14h30 Raquette balloune à la Montagne
26	**27**	**28**
10h30 Installation décorations de Noël Martin-Pêcheur 11h Groupe d'exercices d'équilibre debout à la Montagne avec Émilie et Jessica 13h15 Groupe d'exercices au Huard avec Jessica 14h00 Atelier de peinture au Lac	10h30 Activités individuelles 10h30 Lire à tout âge avec André, salle 2002 13h30 Groupe en orthophonie avec Mélanie à la Montagne 14h30 Après-midi musical avec Mario Gagnon au Lac	Activités individualisées dans les maisonnées



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



BINGO DÉPLACÉ!

Avis aux amateurs et amatrices de bingo!

Exceptionnellement, le bingo du **mardi 24 novembre** est déplacé au **mercredi 25 novembre à 14 h 30**, **à la Montagne**.

Merci de bien noter ce changement à votre calendrier.

On vous attend avec plaisir pour un autre bel après-midi de bingo!

À vos cartes… et bonne chance!

Un rendez-vous à ne pas manquer!

Le **mardi 10 novembre**, nous vous proposons une activité qui saura ravir les amateurs et amatrices de bonnes saveurs : un **Vin et fromage** sous le signe du plaisir et de la convivialité.

Que vous soyez amateur(trice) de fromages, curieux(se) de découvrir de nouvelles saveurs ou simplement à la recherche d'un beau moment à partager, cette activité est pour vous!

Pensez à vous inscrire en appelant au 819-847-2717 poste 59651 afin de confirmer votre participation.

Nous avons hâte de partager ce beau moment avec vous!

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…

Sonia Doiron, technicienne en loisir 819-847-2717, poste 59651
Marc-André Deschenes, technicien en loisir 819-847-2717, poste 59651