

Septembre 2026



Mon milieu de vie **EXPRESS**

Maison des aînés de Lac-Mégantic
1^{er} – 2^e étage



Bonjour à tous et à toutes,

Voici le calendrier d'activités du mois de septembre 2026 pour les résidents et résidentes des maisonnées du sommet et du sentier au 1^{er} étage ainsi que des maisonnées du cerf et du lynx au 2^e étage.

En cette fin d'été et ce début d'automne, plusieurs activités spéciales sont organisées et nous sommes fiers de vous les présenter.

D'abord, un concert offert par la SAMS, société pour les arts en milieux de santé, mercredi le 2 septembre à 14h, avec L'ensemble Callinos où vous aurez le bonheur d'entendre flûte, violoncelle et piano. Aussi, nous sommes heureux de présenter une pièce de théâtre participative et sensorielle qui s'intitule « *Des mots à la fenêtre* », le 9 septembre à 14h30.

De plus, une nouvelle activité mensuelle s'ajoute à la programmation des loisirs soit les anniversaires du mois en musique avec Richard Custeau! Une belle occasion pour fêter les résidents et se rassembler dans la joie et la bonne humeur. La célébration de la messe sera également de retour ce mois-ci avec l'abbé Clément Banaba. Bien sûr, le temps des pommes sera à l'honneur, joignez-vous à nous pour déguster une délicieuse croustade préparée dans nos maisonnées.

Il est encore temps de profiter de nos espaces extérieurs lors des belles journées ensoleillées et vous pourrez admirer les changements de décor au cours du mois.

Edith, Michelle et Jérémy, techniciens(es) en éducation spécialisée

Calendrier d'activités – Septembre 2026

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI
1		1	2
		10h : Discussion sur la vie d'antan et collation spéciale au Lynx	10h : Atelier d'exercices au Sommet 14h : Spectacle avec L'ensemble Callinos au Lynx 
6	7	8	9
10h30 : Quiz musical « Devinez les paroles de la chanson » au Cerf <i>Activités individuelles en soirée avec Michelle</i>	Fête familiale <i>Jeux gonflables, maquillages pour enfants, activités de bricolage et surprises</i> Bienvenue à tous!	A.M : Jeux sensoriels au Sentier 14h : Tournoi de poches au Lynx	10h : Bingo au Cerf 14h30 : Activité théâtrale sensorielle « Des mots à la fenêtre » Salle polyvalente au rez-de-chaussée
13	14	15	16
10h : Super Quiz au Cerf	14h : Raquettes-Ballounes au Cerf	<i>Journée de la bienveillance</i> 10h : Chants et exercices vocaux avec Edith et Audrey-Ann au Lac P.M : On cuisine une bonne croustade aux pommes au Sentier et au Lynx	10h : Activité artistique avec Michelle au Cerf 
20	21	22	23
 <i><u>En individuel :</u></i> <i>Mots cachés</i> <i>L'inclusion</i>	En soirée : Jeux de société/cartes au Cerf et au Sommet	14h : Quilles au Lynx	A.M : Activités individualisées au Sentier 15h : Messe avec l'abbé Clément Banaba au Lac
27	28	29	30
9h30 : Musique avec Dominic Lahaie Toutes les maisonnières 	14h : Jeu de Basket au Sommet	10h : La malle des souvenirs au Cerf	14h : Bingo au Lynx

Maison des aînés de Lac-Mégantic

Septembre

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
3	4	5
10h : Groupe de discussion au Soleil-levant ou au jardin A.M : Lecture en individuel avec Michelle au Cerf et au Lynx	14h : Atelier de poupée thérapie avec Marie- Claude Bouchard Toutes les maisonnées 	Matériel de loisirs et jeux disponibles dans les maisonnées + Sortie au balcon ou au jardin si la température le permet
10	11	12
10h : Musique avec Josée Lacroix Thème : Country au Cerf 	Manucure avec Sabrina	10h : Groupe de discussion aux Étoiles ou au jardin 14h : Jeu de mémoire « Métiers et professions » au Sommet
17	18	19
10h : Groupe de discussion Sortie au Tim Hortons en fauteuil roulant Départ : 13h30 Retour : 15h <u>Sur réservation seulement</u> Activités individuelles en soirée avec Michelle	Matériel de loisirs et jeux disponibles dans les maisonnées + Sortie au balcon ou au jardin si la température le permet	14h : Quiz musical années 70 au Cerf
24	25	26
10h : Zoo-animation avec le Refuge Filles des bois de Stornoway Toutes les maisonnées  14h : Anniversaires du mois avec Richard Custeau au Lynx 	14h : Club de lecture « Maurice Richard, une légende du hockey » au Cerf	Matériel de loisirs et jeux disponibles dans les maisonnées + Sortie au balcon ou au jardin si la température le permet
 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. 		

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





La saison des pommes au Québec est un moment privilégié pour reconnecter avec la nature, savourer des produits locaux et partager des moments en famille. Que vous soyez nostalgique de votre enfance ou fier de soutenir les traditions locales, il y a toujours une bonne raison de visiter un verger et de profiter de la richesse de cette saison.

Source : La saison des pommes: calendrier de récolte | Rougemont

À faire cette délicieuse recette de tarte aux pommes !

TARTE AUX POMMES DE ROLAND

INGRÉDIENTS

- 400 g de farine
- 100 g de beurre non salé à température pièce
- 100g de sucre
- 1 oeuf
- 1 c. à s. d'eau
- 1 pincée de sel
- 6-7 pommes de gros calibre (Rosinette et Passionata donnent de très bons résultats, ajuster la quantité si elles sont petites)
- beurre et sucre au goût
- confiture à l'abricot (facultatif)

Préchauffer le four à 375F

- Découper le beurre en petits cubes.
- Mettre la farine et le sucre dans un bol. Ajouter les cubes de beurre et mélanger rapidement avec les mains.
- Ajouter l'œuf et environ une cuillère à soupe d'eau (ajuster la quantité si nécessaire) et mélanger pour faire une boule de pâte uniforme.
- Rouler la pâte et la déposer dans un moule préalablement beurré.
- Découper les pommes en fines tranches. Les faire cuire dans une poêle avec du beurre et un peu de sucre, si désiré, jusqu'à ce qu'elles soient bien caramélisées.
- Laisser les pommes tiédir puis les disposer sur la pâte à tarte. Glacer avec la confiture d'abricot si souhaité.
- Cuire environ 25 minutes. La tarte se sert aussi bien froide que chaude!