

# Janvier 2026



## Mon milieu de vie **EXPRESS** Maison des aînés de Lac-Mégantic 3<sup>e</sup> – 4<sup>e</sup> étage



Bonjour à tous et à toutes,

Voici le calendrier d'activités du mois de Janvier 2026 pour les résidents et résidentes des maisonnées du lac et du ruisseau au 3<sup>e</sup> étage ainsi que des maisonnées du soleil-levant et des étoiles au 4<sup>e</sup> étage.

D'abord, toute l'équipe de la Maison des aînés vous souhaite une Bonne et Heureuse année 2026! Que la santé, l'amour et le bonheur soit au rendez-vous. Nous sommes ravis de commencer cette nouvelle année avec vous et avons hâte de partager de beaux moments en votre compagnie.

Nous sommes fières de la réalisation du projet d'implication communautaire « Vivre ensemble autrement » avec l'organisme Les Soupapes de la bonne humeur, qui débutera en janvier dans notre MDA.

À chaque mois, un groupe d'usagers et leur animatrice viendront animer de belles activités pour nos résidents alors restez à l'affût pour ne rien manquer!




De plus, une nouvelle activité de zoo-animation s'ajoute à la programmation des loisirs soit la visite mensuelle de Rébéka et son chien de race Husky.

Je vous informe également que ce mois-ci, une messe sera célébrée pour l'ensemble des résidents et aura lieu dans la maisonnée du Lynx au 2<sup>ième</sup> étage.



Nous serons de retour de vacances le 5 et le 6 janvier. Au plaisir de vous voir bientôt!

Edith Clusault et Hélène Blais, techniciennes en éducation spécialisée

## Calendrier d'activités – Janvier 2026

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI
<p style="color: red;">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> 			
<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
<p>Matériel de loisirs et jeux disponibles dans les maisonnées</p> <p style="text-align: center;">+</p> <p>Activités individuelles avec préposés au pavillon</p>	<p><b>14h :</b></p> <p>Activité de réminiscence « La malle des souvenirs »</p> <p>Maisonnée des Étoiles</p>	<p><b>14h :</b></p> <p>Raquettes-Ballounes</p> <p>Maisonnée du Ruisseau</p>	<p><b>14h :</b></p> <p>Bingo</p> <p>Maisonnée du Soleil-levant</p>
<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>
<p>Matériel de loisirs et jeux disponibles dans les maisonnées</p> <p style="text-align: center;">+</p> <p>Activités individuelles avec préposés au pavillon</p>	<p><b>9h à 11h :</b></p> <p>Musicothérapie avec Manon Brouillard</p> <p>Toutes les maisonnées</p> <p><b>14h :</b> Atelier d'exercices</p> <p>Maisonnée des Étoiles</p>	<p><b>14h :</b></p> <p>Quilles au Soleil-levant</p>	<p><b>10h :</b></p> <p>Course de chevaux</p> <p>Maisonnée du Lac</p>
<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>
<p>Matériel de loisirs et jeux disponibles dans les maisonnées</p> <p style="text-align: center;">+</p> <p>Activités individuelles avec préposés au pavillon</p>	<p><b>10h :</b></p> <p>Bingo</p> <p>Maisonnée du Soleil-levant</p>	<p><b>10h :</b></p> <p>Zoo-animation avec le Refuge filles des bois de Stornoway</p> <p>Toutes les maisonnées</p>	<p><b>14h :</b></p> <p>Musique avec Josée Lacroix</p> <p>Maisonnée du Lac</p>
<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>
<p style="color: purple;"><i>Lecture en individuel :</i></p> <p style="color: purple;"><i>Pensées positives</i></p> 	<p><b>10h :</b> Club de lecture : <u>Une légende du hockey : Maurice Richard</u> à la Maisonnée des Étoiles</p> <p><b>14h :</b> Jeu de dards au Ruisseau</p>	<p><b>10h :</b></p> <p>Bingo musical avec Les Soupapes de la bonne humeur</p> <p>Maisonnée du Lac</p> <p><b>14h :</b></p> <p>Quilles au Soleil-levant</p>	<p><b>15h :</b></p> <p>Messe avec l'abbé Clément Banaba</p> <p>Maisonnée du Lynx</p>

## Maison des aînés de Lac-Mégantic

JEUDI 1	VENDREDI 2	SAMEDI 3
<i>Bonne Année 2026 !</i>  <i>Activités individuelles avec les préposés au pavillon</i>	<i>En individuel :</i> <i>Cahier d'activités gratuites</i> <i>Plaisirs d'hiver</i>	Matériel de loisirs et jeux disponibles dans les maisonnées + Activités individuelles avec préposés au pavillon
8	9	10
<b>10h :</b> Groupe de discussion  Maisonnée des Étoiles	<b>10h :</b> Jeu de Basket  Maisonnée du Lac	Matériel de loisirs et jeux disponibles dans les maisonnées + Activités individuelles avec préposés au pavillon
15	16	17
<i>Journée de la bienveillance</i>  <b>14h :</b> Jeu de poches  Maisonnée du Ruisseau	<b>10h15 :</b> Activité intergénérationnelle avec les élèves de la Polyvalente au Soleil- levant	<i>En individuel :</i> <i>Activité sur la bienveillance</i>  
22	23	24
<b>10h :</b> Groupe de discussion  Maisonnée des Étoiles	<b>9h30 :</b> Zoo-animation avec Rébéka et son chien Ty  	Matériel de loisirs et jeux disponibles dans les maisonnées + Activités individuelles avec préposés au pavillon
29	30	31
<b>10h :</b> Musique avec Richard Custeau  Maisonnée des Étoiles	<b>10h :</b> Jeu du parachute  Maisonnée du Ruisseau	Matériel de loisirs et jeux disponibles dans les maisonnées + Activités individuelles avec préposés au pavillon

# Janvier

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



