

Octobre 2026



Mon milieu de vie **EXPRESS**

Maison des aînés de Lac-Mégantic
3^e – 4^e étage



Bonjour à tous et à toutes,

Voici le calendrier d'activités du mois d'octobre 2026 pour les résidents et résidentes des maisonnées du Lac et du Ruisseau, au 3^e étage. Ainsi que des maisonnées du Soleil-levant et des Étoiles, au 4^e étage.

L'automne est arrivé avec ses couleurs chaudes et ses feuilles qui dansent au vent. Ce mois-ci, nous vous invitons à profiter de moments créatifs, d'activités festives et de surprises d'Halloween!

Je suis très heureuse de vous annoncer un partenariat avec le Cercle des Fermières. Elles vont nous offrir des ateliers culinaires thématiques à la MDA et ce, une fois par mois. Vous êtes tous invités à partager un moment convivial en bonne compagnie!

Également, une promenade en autobus, pour admirer les magnifiques couleurs d'automne, est prévue le mercredi 7 octobre. Comme les places sont limitées, la sortie est offerte sur réservation uniquement. Merci de votre collaboration!

De plus, deux rassemblements à ne pas manquer soit les anniversaires du mois qui seront célébrés le jeudi 22 octobre ainsi que notre traditionnelle fête d'Halloween qui aura lieu cette année le vendredi 30 octobre. Venez en grand nombre vous amuser avec nous!

À compter du 1^{er} octobre, j'ai le plaisir d'accueillir Brittany, étudiante à l'Université, pour une activité d'immersion de bénévolat. Elle sera présente les jeudis après-midi jusqu'au début du mois de décembre.

Je tiens à vous informer que Michelle Guérard a quitté la MDA pour une nouvelle expérience professionnelle.

Je profite de l'occasion pour vous souhaiter une joyeuse fête de l'Action de grâces!

Edith Clusiaux, technicienne en éducation spécialisée

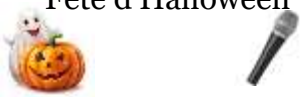
Site internet : <https://www.santeestrie.qc.ca/soins-services/specialises/hebergement-residence/activites-et-loisirs-en-chsld>

Calendrier d'activités – Octobre 2026

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI
			
4	5	6	7
14h : Super Quiz au Soleil-levant	14h : Atelier d'exercices aux Étoiles	14h : Atelier de cuisine avec Les Fermières <i>Recette : Sauce aux pommes</i> au Ruisseau	 Sortie couleurs d'automne en autobus Départ : 13h30 Retour : 15h <u>Sur réservation seulement</u>
11	12	13	14
10h : Messe télévisée « Le jour du Seigneur » à Radio-Canada Matériel de loisirs et jeux disponibles dans les maisonnées	 9h30 à 12h : Visites amicales avec notre bénévole Dominique	14h : Atelier d'arts avec Laurie du Centre d'action bénévole aux Étoiles	10h : Activité thématique sur la chasse au Lac
18	19	20	21
 <u><i>En individuel</i></u> <i>Mots croisés : Tous, ensemble.</i>	17h45 : Jeux de société au Lac	10h : Bricolage et coloriage d'Halloween au Soleil- levant	 9h30 à 12h : Visites amicales avec notre bénévole Dominique 8h à 12h : Activités individuelles avec Émilie Blais
25	26	27	28
10h : Messe télévisée « Le jour du Seigneur » à Radio-Canada Matériel de loisirs et jeux disponibles dans les maisonnées	17h45 : Peinture adaptée/Casse-tête au Ruisseau	10h : Chants et exercices vocaux avec Edith et Audrey-Ann, orthophoniste au Lac 14h : Quilles au Soleil-levant	15h : Messe avec l'abbé Clément Banaba au Soleil-levant

Maison des aînés de Lac-Mégantic

Octobre

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
1	2	3
A.M : Distribution du calendrier d'activités <i>Mon milieu de vie Express</i> + Activités individuelles avec Edith	10h : Zoo-animation avec le Refuge Filles des bois Toutes les maisonnées  8h à 12h :  Activités individuelles avec Émilie Blais	10h : Groupe de discussion au Lac 14h : Jeu de poches au Ruisseau
8	9	10
10h : Bingo au Lac	A.M : Activités individuelles avec Émilie Blais	10h : Musique avec Pierre Jacques au Lac
15	16	17
<i>Journée de la bienveillance</i> 10h : Groupe de discussion au Soleil-levant	14h : Activité de réminiscence avec objets anciens aux Étoiles	9h30: Zoo-animation avec Rébéka et son chien Ty  Toutes les maisonnées
22	23	24
10h : Groupe de discussion au Lac  14h : Anniversaires du mois avec Richard Custeau aux Étoiles	10h : Raquettes-Ballounes au Ruisseau	Matériel de loisirs et jeux disponibles dans les maisonnées + Activités individuelles avec préposés au pavillon
29	30	31
10h : Groupe de discussion aux Étoiles 14h : Bingo Halloween au Soleil-levant	14h : Musique avec Josée Lacroix Maisonnée du Ruisseau Fête d'Halloween 	
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.		





Saviez-vous que ce sont les immigrants européens qui ont emporté avec eux l'Halloween aux États-Unis et que la fête a vraiment pris de l'ampleur dans les années 1800 ?

Halloween

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

Les mots sont cachés horizontalement.

Balais	Bonbon
Chat	Chocolat
Citrouille	Déguisement
Enfant	Fantôme
Fête	Noir
Nuit	Soir
Sorcière	Voler

Générateur de mots cachés | educol.net

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...

Édith Clusiaux, technicienne en éducation spécialisée
819-583-5070 poste 37114