

Janvier 2026



Mon milieu de vie **EXPRESS**

Centre d'hébergement St-Joseph



Veillez prendre note que peu importe le lieu où se déroule l'activité, les résidents de tous les étages sont invités à y participer. L'emplacement de l'activité est inscrit à titre indicatif.

Le mois de sensibilisation à la maladie d'Alzheimer est en **janvier au Canada**, une période où la Société Alzheimer et ses partenaires encouragent à s'informer sur les troubles neurocognitifs, à combattre les préjugés et à soutenir les personnes atteintes et leurs proches. **Objectif** : Éduquer le public sur la maladie, ses facteurs de risque, sa prévention et l'impact sur la vie quotidienne des personnes atteintes et de leurs familles. **Actions** : Partager des témoignages, déconstruire les stéréotypes et encourager l'inclusion. **Au Québec** : La campagne « Je vis avec l'Alzheimer. Laissez-moi vous aider à comprendre » vise à montrer que la vie ne s'arrête pas au diagnostic et que les émotions et les moments partagés demeurent importants.

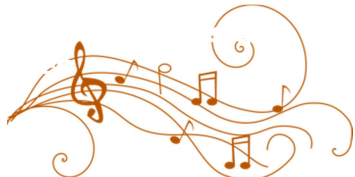
Capsule de sensibilisation à la maltraitance.



La maltraitance c'est quoi?

« Il y a maltraitance quand une attitude, une parole, un geste ou un défaut d'action appropriée, singulier ou répétitif, se produit dans une relation avec une personne, une collectivité ou une organisation où il devrait y avoir de la confiance, et que cela cause, intentionnellement ou non, du tort ou de la détresse chez une personne adulte. » PAM, 2022-2027

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 : Boite à chanson avec Alain Durocher au 2^e</p> 	<p>10h : Brin de jasette</p> <p>14h : Jeu de pirate 5^e</p> 	<p>14h : Survol des musiques d'ici et d'ailleurs</p>  <p>18H00 Jeu du sapin musical (genre Bingo) 2^e</p>	<p>14h : Activités de la bienveillance</p>  <p>18h15 : Bistro avec Guylaine Lacroix au 4^e</p> 
11	12	13	14
<p>14h : Boite à chanson avec Alain Durocher au 5^e</p> 	<p>10h : Club de tricot</p>  <p>14h : Pétanque à la chapelle</p>	<p>10h : Brin de jasette</p> <p>14h : Messe à la chapelle</p>  <p>18h00 : OKO Bingo</p>	<p>PM : Zoo-animation à la chambre</p> <p>14h : Beauté mobile</p> 
18	19	20	21
<p>Am : Activités individuelles</p> <p>14h : Cinéma à l'auditorium</p> 	<p>10h : Grosses quilles à la chapelle</p> <p>14h : On célèbre la journée mondiale du Pop-corn, venez en déguster.</p> 	<p>14h : Activités de créativité</p> <p>18h : Bistro avec Guylaine Lacroix au 2^e</p> 	<p>14h : Fête ta fête avec Mario Gagnon à l'Auditorium</p>  <p>18h15 : Activités individuelles</p>
25	26	27	28
<p>14h : Boite à chanson avec Alain Durocher au 4^e</p> 	<p>10h : Club de tricot</p>  <p>14h : Serpents et échelles géants</p> 	<p>14h : Shuffleboard à la chapelle</p> <p>18h : Quiz musical</p> 	<p>Am : Brin de jasette</p> <p>14h : Proverbe et chanson 4^e</p> <p>18h15 : Bistro avec Marcel Goulet au 5^e</p> 

Centre d'hébergement St-Joseph – 2^e, 4^e et 5^e étage

Janvier

JEUDI 1	VENDREDI 2	SAMEDI 3
		Parcours sur les chats à faire sur les étages. Procurez-vous une feuille au poste infirmier et promenez-vous pour trouver les images 1 prix de participation à gagner
8	9	10
Am: Brin de jasette 14h : On cuisine à l'entre nous 	10h : Café à la chambre 14h : Bingo 4 ^e 	10h : Jeu de mémoire en petit groupe sur les 3 étages. 14h : Spectacle de Réjean Falardeau à l'auditorium 
15	16	17
Am et Pm Chalet Bombardier 	10h : Chocolat chaud à la chambre 14h : Bingo 5 ^e 	Am : Brin de jasette 14h : Cinéma à l'auditorium 
22	23	24
AM : Activités individuelles 14h : Pétanque-à-tout à la chapelle 	10h : Chariot pâtisserie sur les étages 14h : Bingo 2 ^e 	10h : Jeu métiers et professions 5 ^e 14h : L'heure du conte au 4 ^e 
29	30	31
AM : Activités individuelles 14h : Spectacle de Marie St-Onge à la chapelle 	10h : Beauté mobile 14h : Bingo 4 ^e 	AM : Activités individuelles 14h : Bizarre mais vrai Édition canadienne 

sujet à changement, selon les ressources disponibles

Cet horaire peut être



**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...

Félix Gagné, technicien en éducation spécialisée

819 780-2220, poste 40259, local 113

Isabelle Morissette, technicienne en éducation spécialisée

819 780-2220, poste 40295, local 113