



Maison des ainés et alternative de Longueuil



Janvier 2026

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
4 10h30 Activité détente (Activité animée par les soins pour les résidents du Cerf) 13h30 Musique avec Nicolas (Cité)	5 10h30 Peinture à l'eau (Activité animée par les soins pour les résidents du Cerf) 14h00 Jeux de pentacle (Boisé) 14h00 Atelier bricolage: Couronne de fête du roi (Cité)	6 10h30 Jeux de ballon (Activité animée par les soins pour les résidents du Cerf) 14h00 Fête des rois Discussion et dégustation des croissants des rois (Pionniers)	7 10h30 Temps de lecture (Activité animée par les soins pour les résidents du Cerf) 14h00 Bingo (Quartier)	8 10h45 Table magique (Pionniers) 18h00 Les meilleures blagues (Parc)	9 10h30 Jeux d'association (Activité animée par les soins pour les résidents du Cerf) 10h45 Moment zen (aux maisonnées) 14h00 Mouvement santé (Salle polyvalente)	10 10h30 Zumba sur chaise (Activité animée par les soins pour les résidents du Cerf) 10h45 Jeu de mini quilles (Cité)
11 10h30 Activité détente (Activité animée par les soins pour les résidents du Cerf) 14h00 Cinéma du dimanche (Parc)	12 10h30 Peinture à l'eau (Activité animée par les soins pour les résidents du Cerf) 11h00 Sortie à l'Électrium (Sur invitation)	13 10h30 Jeux de ballon (Activité animée par les soins pour les résidents du Cerf) 14h00 Spectacle thématique: Hivers <i>(À confirmer)</i> (Salle polyvalente) 18h00 Jeux de sacs de sable (Pionniers)	14 10h30 Temps de lecture (Activité animée par les soins pour les résidents du Cerf) 14h00 Mouvement santé (Quartier) 18h00 Soirée Karaoké (Sur invitation) (Salle polyvalente)	15 10h30 Table magique (Activité animée par les soins pour les résidents du Cerf) 14h00 Jeu de mini quilles (Boisé)	16 10h30 Jeux d'association (Activité animée par les soins pour les résidents du Cerf) 10h45 Moment zen (aux maisonnées) 14h00 Bricolage : Bonhomme de neige (Cerf)	17 10h30 Zumba sur chaise (Activité animée par les soins pour les résidents du Cerf) 14h00 Venez prendre un chocolat chaud (Parc)

LÉGENDE

- Activité ciblée
(activité qui vise des résidents présélectionnés)
- Activité payante
- Service offert avec un partenaire



Maison des ainés et alternative de Longueuil



Janvier 2026

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
18 10h30 Activité détente (Activité animée par les soins pour les résidents du Cerf) 13h30 Musique avec Nicolas (Cité)	19 10h30 Peinture à l'eau (Activité animée par les soins pour les résidents du Cerf) 11h00 Sortie au Walmart (Sur invitation)	20 10h30 Jeux de ballon (Activité animée par les soins pour les résidents du Cerf) 10h45 Jeux de carte (Parc) 14h00 ★ Atelier de peinture (Sur invitation) (RDC, Salle polyvalente)	21 10h30 Temps de lecture (Activité animée par les soins pour les résidents du Cerf) 14h00 ★ Moment zen (résidents présélectionnés) (aux maisonnées) 17h00 Soirée 5 à 7 \$ ★ (Sur invitation) (RDC, Salle polyvalente)	22 10h30 Table magique (Activité animée par les soins pour les résidents du Cerf) 14h00 Bingo (Quartier) 18h00 Jeux de ballon (Cerf)	23 10h30 Jeux d'association (Activité animée par les soins pour les résidents du Cerf) 10h45 Table magique (Boisé) 14h00 Venez prendre un chocolat chaud (Cité)	24 10h30 Tournois des trois épreuve (Boisé) 10h30 Zumba sur chaise (Activité animée par les soins pour les résidents du Cerf)
25 10h30 Activité détente (Activité animée par les soins pour les résidents du Cerf) 13h30 Zoothérapie avec Renée (Aux maisonnées) 14h00 Dessin avec la télé interactive (Cerf)	26 10h30 Peinture à l'eau (Activité animée par les soins pour les résidents du Cerf) 10h45 ★ Moment zen (aux maisonnées) 14h00 Casque virtuelle (Cité)	27 10h30 Jeux de ballon (Activité animée par les soins pour les résidents du Cerf) 10h45 Jeux de carte (Parc) 14h00 Anniversaire du mois avec Gabriel Demers (Quartier)	28 10h30 Temps de lecture (Activité animée par les soins pour les résidents du Cerf) 14h00 Mouvement santé (Quartier) 18h00 ★ Soirée Casino (Sur invitation) (à confirmer) (Salle polyvalentes)	29 10h30 Table magique (Activité animée par les soins pour les résidents du Cerf) 14h00 Activité thématique 4 saisons (RD, Manoir Trinité)	30 10h30 Jeux d'association (Activité animée par les soins pour les résidents du Cerf) 10h45 Bibliothèque de Longueuil (RDC, Manoir Trinité)	31 10h30 Zumba sur chaise (Activité animée par les soins pour les résidents du Cerf) 10h45 Quiz (Cité)

LÉGENCE

- ★ Activité ciblée (activité qui vise des résidents présélectionnés)
- \$ Activité payante
- 被人图标 Service offert avec un partenaire