



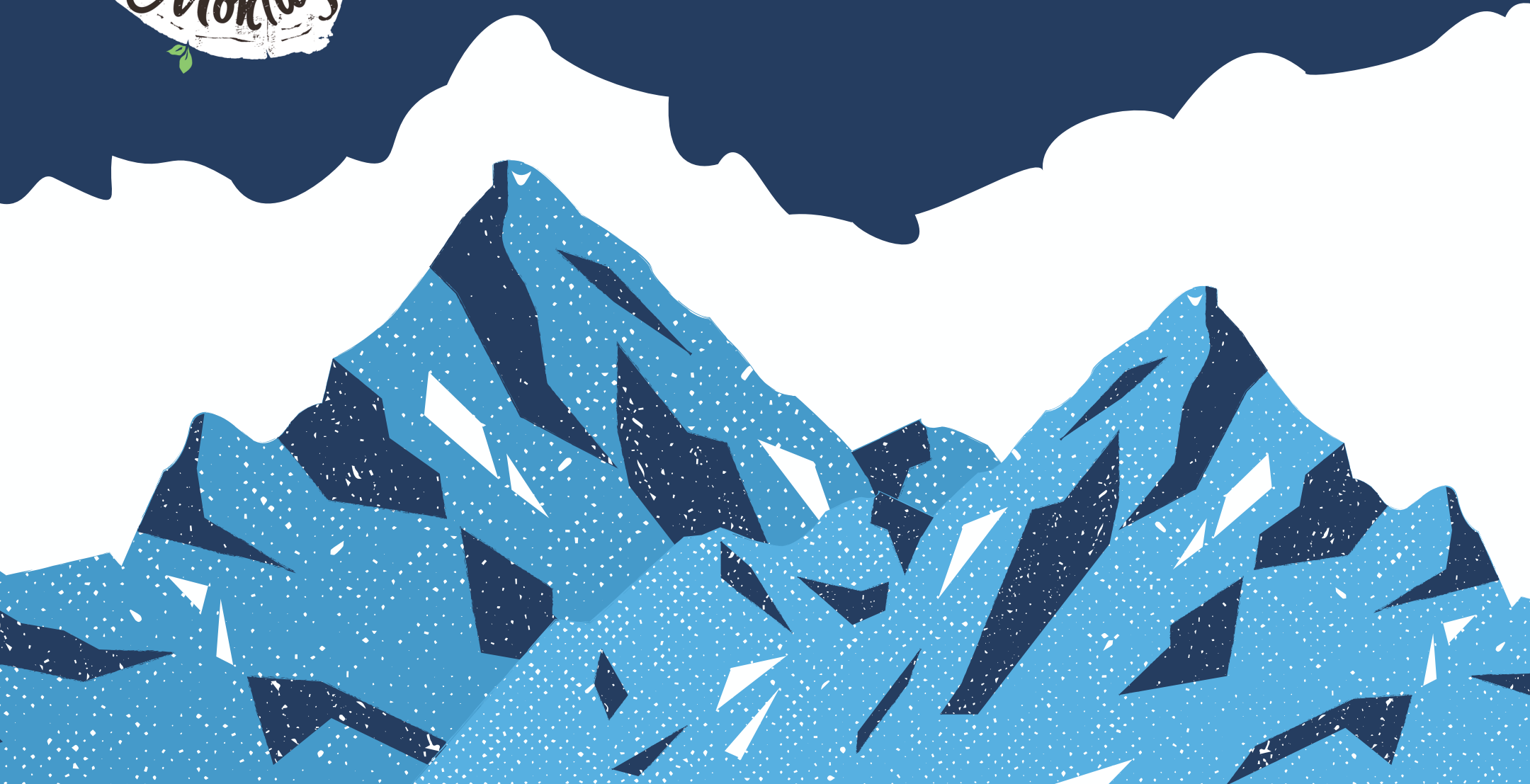
Infolettre

À COEUR UNIS

Numéro 107



La Maison des Jeunes Au Coeur des Montagnes
251 rue St-Pierre, St-Élie-De-Caxton



NOTRE HORAIRE

Lundi au jeudi : 17h-21h
Vendredi: 17h-22h

Prendre note que notre MDJ sera fermée du 22 mars au 2 avril.

À la semaine de relâche
(2 au 6 mars 2026)

- Lundi: 17h-22h
- Mardi: 17h-22h
- Mercredi: 13h-22h (sortie)
- Jeudi: 13h-22h
- Vendredi: 13h-22h(sortie)

Mars



Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
1 Fermé	2 Patin	3 Libre	4 Énigme et Restaurant	5 Cannettes	6 Galeries de la capitale et isaute	7 Fermé
8 Fermé	9 Ménage	10 Soirée cinéma	11 Libre	12 Prévention	13 Libre	14 Fermé
15 Fermé	16 Défi pause/Prévention	17 Libre	18 CFUN	19 Libre	20 Activité sportive	21 Fermé
22 	23 	24 	25 	26 	27 	28
29 	30 	31 				



EN GRÈVE DU 22 MARS AU 2 AVRIL 2026

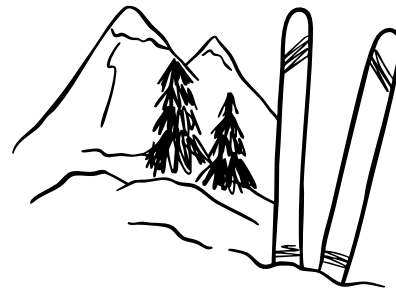
RETOUR SUR NOTRE MOIS DE FÉVRIER

Voici un récapitulatif de notre mois de février, plusieurs activités prévues à l'horaire et nous avons abordé les saines relations.

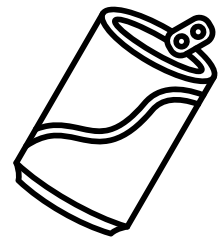
Prévention



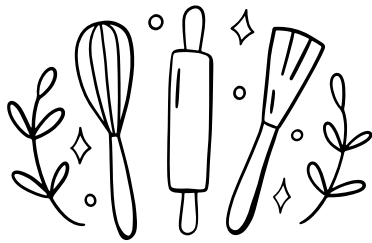
Sortie à Vallée du Parc



Les canettes



Atelier de cuisine



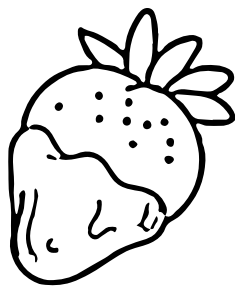
Patin



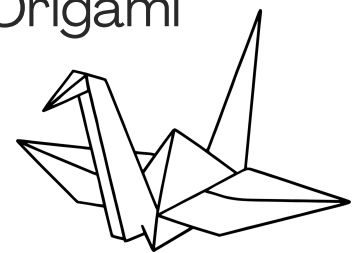
Ménage



Fondue au chocolat



Origami



Jeux de société



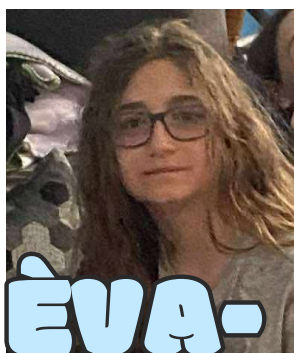
LES JEUNES DU MOIS 2025-2026

Septembre 2025



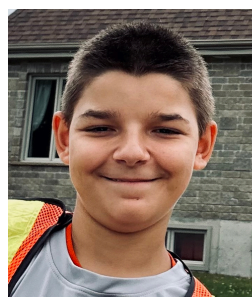
KASSY

Octobre 2025



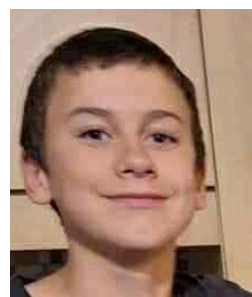
ÈVA-ROSE

Novembre 2025



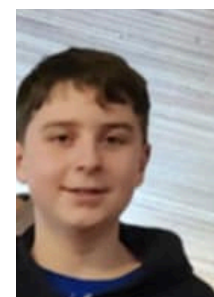
OLIVIER

Décembre 2025



ALBIN

Janvier 2026



ROMAIN

Février 2026



LILI ROSE

Mars 2026



Avril 2026



Mai 2026



Juin 2026



Juillet 2026



Août 2026

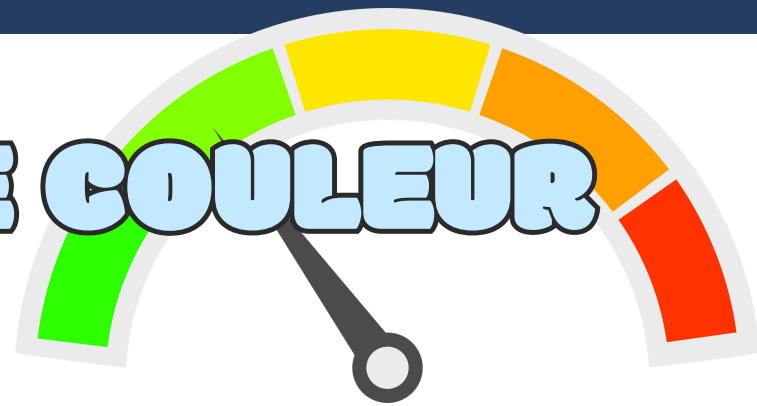


Félicitations à tous nos jeunes qui se sont démarqués pour l'année 2025-2026!

Ils ont été choisis pour leur attitude exemplaire envers les autres jeunes et nos intervenants, leur implication dans notre milieu ainsi que pour leur personnalité rayonnante.

PRÉVENTIONS DU MOIS DE FÉVRIER

1. LES CARTONS DE COULEUR



Lors de cette activité, les jeunes ont réfléchi ensemble à ce qu'est une relation saine et ont identifié des éléments clés comme la communication, la confiance, le respect des limites et le fait de pouvoir être soi-même en sécurité.

Grâce à l'activité feu vert, feu jaune, feu rouge, ils ont appris à reconnaître les signes d'une relation malsaine et à repérer certains comportements préoccupants comme le contrôle ou la jalousie excessive en analysant différentes situations.

Nous avons aussi travaillé l'importance de nommer et respecter ses limites, en pratiquant des phrases simples pour s'affirmer avec confiance. Une activité enrichissante pour renforcer l'estime de soi et le respect dans les relations.

Les objectifs

- Comprendre ce qu'est une relation saine
- Reconnaître les signes d'une relation malsaine
- Apprendre à respecter ses limites et celles des autres

PRÉVENTIONS DU MOIS DE FÉVRIER

2. ON JASE LÀ



*Jeux de société de la Table Régionale d'Éducation de la Mauricie

Le jeu comprend 40 questions divisées en 4 catégories :

- Tire-toi une bûche : pour briser la glace de façon ludique.
- Attache ta tuque : pour faire naître une réflexion spontanée, selon les valeurs du jeune.
- C'est pas de la tarte : pour échanger sur les difficultés, sans préjugé.
- Lâche pas la patate : pour réfléchir sur les façons de surmonter les obstacles et atteindre ses objectifs.

Quatre activités vous seront proposées dans le guide d'animation pour s'amuser avec les jeunes sur le thème de la persévérance.

Les objectifs

- Encourager les discussions significatives et le partage de trucs pour persévérer au quotidien.
- Améliorer la capacité à communiquer et à réfléchir sur soi.
- Stimuler la réflexion des jeunes sur leurs propres sources de motivation.

PRÉVENTIONS DU MOIS DE FÉVRIER

3. LE CANOT DE LA PERSÉVÉRANCE



*Activité de la Table Régionale de l'Éducation de la Maurice.

Nous avons réalisé l'activité du Canot de la persévérance avec les jeunes. À travers la métaphore du canot et de la rivière, ils ont réfléchi à leur parcours scolaire en identifiant leurs objectifs, les défis rencontrés ainsi que les moyens et les personnes qui les soutiennent. Un temps de réflexion individuelle a permis à chacun de prendre conscience de son cheminement, puis un retour en groupe a mis en lumière les efforts fournis, les forces collectives et l'importance de s'entraider pour continuer d'avancer.

Les objectifs

1. Offrir un moment de réflexion personnelle et d'introspection
2. Encourager les ados à visualiser leurs objectifs scolaires
3. Mettre en valeur les réussites et reconnaître les défis rencontrés

LES DIFFÉRENTS VOILET D'ACTIVITÉS À LA MDJ.

CULTURE ET ART

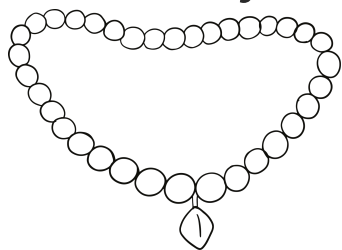
Les activités artistiques et culturelles visent à développer la créativité des jeunes tout en favorisant leur ouverture d'esprit. À travers différentes formes d'expression, ils stimulent leur imagination, apprennent à exprimer leurs idées et leurs émotions de façon constructive et découvrent de nouvelles réalités. Ces expériences encouragent le respect des différences, l'écoute et la collaboration, contribuant ainsi à améliorer leurs relations interpersonnelles. Par l'art et la culture, les jeunes renforcent également leur confiance en eux, leur capacité à communiquer et leur sentiment d'appartenance à leur milieu de vie.

Voici quelques exemples d'activités réalisés:

Dessin



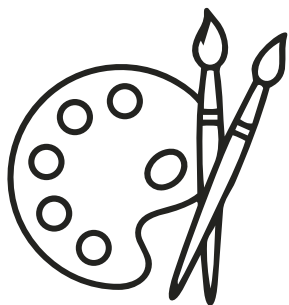
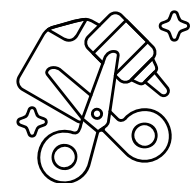
Confection de bijoux



Piano



Vision Board

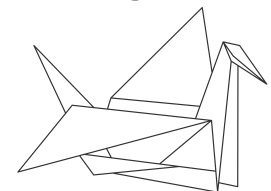


Peinture

Guitare



Origami



L'ESPACE TRANQUILLITÉ



GRANDE NOUVELLE!

Nous sommes extrêmement fier·ères de vous annoncer que notre projet L'Espace Tranquillité a été sélectionné dans le cadre des Prix Fondation Desjardins.

À la suite d'une consultation menée lors de notre comité jeunes, les adolescent·es ont exprimé le souhait de moderniser la salle Aide aux devoirs afin d'en faire un espace plus actuel, plus calme et plus apaisant.

Un endroit où il est possible de faire ses devoirs dans une ambiance sécurisante, propice à la concentration et aux échanges tranquilles entre pairs.

Ce nouvel espace comprendra :

- un coin d'étude moderne
- un coin détente chaleureux
- du matériel adapté (dont des casques antibruit)
- des collations saines pour soutenir l'énergie

Merci à la Caisse Desjardins de l'Ouest de la Mauricie de rendre ce projet possible.



MERCI À NOS PARTENAIRES 2025-2026

PARTENAIRES DIAMANT

Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de la Mauricie-et-
du-Centre-du-Québec

Québec 



 **Desjardins**
Caisse de l'Ouest
de la Mauricie



Gouvernement
du Canada

 **TRANSPORTS
COLLECTIFS**
MRC de Maskinongé

PARTENAIRES OR



NOTAIRE
Louise-Andrée
GARANT



819 221-4257
2340, Principale, Saint-Élie-de-Caxton, G0X 2N0
lgarant@notarius.net



Nos partenaires Diamant

- Centre intégré universitaire de santé et services sociaux de la Mauricie et Centre du Québec (CIUSSSMCQ)
- Le Gouvernement du Canada
- Centraide Mauricie
- Les Conférences Religieuses du Canada
- La Municipalité de St-Élie-De-Caxton
- La Caisse Desjardins de L'Ouest de la Mauricie
- Transports Collectifs de la MRC de Maskinongé

Nos partenaires Or

- Le Camping Bivouak
- Services KLK Inc.
- Me Louise Andrée Garant, Notaire
- Les Serres Serges Dupuis

Merçi