

# Février 2026



## Mon milieu de vie EXPRESS

CLSC – Centre d'hébergement de  
Valcourt



Chers résidents et familles,

Dans le cadre du mois de l'amour, nous avons le plaisir de vous inviter à une **conférence** en ligne donnée par Madame Labriski, intitulée « *J'ai faim de joie* ». Vous êtes cordialement conviés à venir l'écouter avec nous le 17 février prochain à 10 h 30.

Pour vous inscrire, veuillez communiquer avec **Johanne Lavoie**, technicienne en intervention en loisirs, par courriel à [johanne.lavoie.ciussse-chus@ssss.gouv.qc.ca](mailto:johanne.lavoie.ciussse-chus@ssss.gouv.qc.ca) ou par téléphone au 819-542-2777, poste 56171.

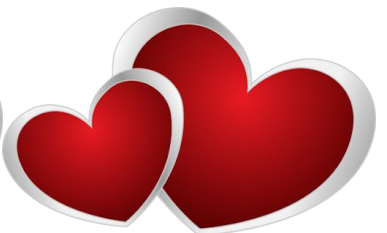
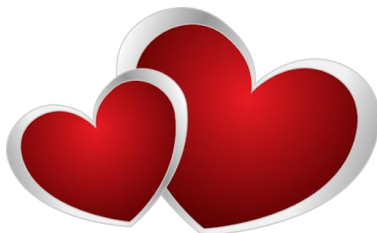
Il est également possible de réserver une table pour la Saint-Valentin **pour un souper en amoureux**, en vous inscrivant auprès de Johanne.

Si vous avez du temps et le désir de vous impliquer dans certaines activités, n'hésitez pas à en discuter avec Johanne.

En ce beau mois de l'amour, nous vous souhaitons de prendre soin de vous, avec douceur et bienveillance. ❤️

# Calendrier d'activités – Février 2026

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI
<b>1</b> <b>10h00</b> : Messe télévisée à Radio Canada 	<b>2</b> <b>Visite matinale</b> <b>10h30</b> : Basket  <b>14h15</b> : Photos thématique et bricolage + décoration de St Valentin 	<b>3</b> <b>Visite matinale</b>  <b>14h15</b> : Musique avec bénévoles 	<b>4</b> <b>Visite matinale</b> <b>10h30</b> : Atelier zen  <b>14h15</b> : Mots croisés  <b>18h00</b> : CLASSIQUE FILM D'AMOUR L'AMANT DE LADY CHATTERLEY
<b>8</b> <b>10h00</b> : Messe télévisée à Radio Canada  <b>14h00</b> : Activité avec Josée	<b>9</b> <b>Visite matinale</b> <b>10h00</b> : 1000 calins  <b>14h15</b> : Confection de Cœur et murale 	<b>10</b> <b>Visite matinale</b> <b>10h30</b> : Bingo  <b>14h15</b> : Musique avec bénévoles 	<b>11</b> <b>Visite matinale</b> <b>14 h15</b> : Atelier culinaire confection de chocolat  <b>18h00</b> : Classique film d'amour <b>Les raisons du coeur</b>
<b>15</b> <b>10h00</b> : Messe télévisée à Radio Canada  <b>14h15</b> : Musique avec Sarah-Maude 	<b>16</b> <b>Visite matinale</b> <b>10h30</b> : pickelball  Défaire décorations de St Valentin <b>14h15</b> : Activité avec Sarah-Maude et Mia	<b>17</b> <b>Visite matinale</b> <b>10h30</b> : Conférence J'ai faim de joie avec Madame Labriski.  <b>14h15</b> : Musique avec bénévoles 	<b>18</b> <b>Visite matinale</b> <b>10h30</b> : Les défis de la gentillesse  <b>14h15</b> : Jardinage  <b>18h00</b> : Spectacle de chevaux
<b>22</b> <b>10h00</b> : Messe télévisée à Radio Canada  <b>14h15</b> : Musique avec Sarah-Maude 	<b>23</b> <b>Visite matinale</b> <b>10h30</b> : bola  <b>14h15</b> : Mario gagnon 	<b>24</b> <b>Visite matinale</b> <b>10h30</b> : Bingo  <b>14h15</b> : Musique avec bénévoles 	<b>25</b> <b>Visite matinale</b> <b>10h30</b> : Atelier culinaire  <b>14h15</b> : Jardinage  <b>18h00</b> : Spectacle les crinières d'or



# CLSC – Centre d'hébergement de Valcourt

# Février

JEUDI 5	VENDREDI 6	SAMEDI 7
<b>Visite matinale</b> <b>10h30</b> : Activité physique  <b>14 h15</b> : Confection d'un collier en cœur 	<b>Visite matinale</b> <b>14h15</b> : Pierre Champagne 	<b>10h00</b> : Activité avec Josée <b>14 h15</b> : <b>SPECTACLE D'HUMOUR</b> LE ROAST DE L'ANNÉE DE JUSTE POUR RIRE 
12	13	14
<b>Visite matinale</b> <b>10h30</b> : Activité physique  <b>12 h00</b> : visite école et remise carte <b>14 h15</b> : Yves Gagnon 	<b>Visite matinale</b> Journée câlins  <b>13 h30</b> : Duo de musique 	Livraison de ballons <b>14 h15</b> : <b>Ciné samedi</b> UNE NUIT TRÈS PARTICULIÈRE  <b>17 h00</b> : Souper d'amoureux 
19	20	21
<b>Visite matinale</b> <b>10h30</b> : Activité physique  <b>Sortie du mois</b> 	<b>Visite matinale</b> <b>10h30</b> : zoothérapie avec Khalizoo  <b>14h15</b> : Activité personnalisée 	<b>14h15</b> : <b>LES DOCUMENTAIRES</b> L'AMOUR APRÈS 60 ANS 
26	27	28
<b>Visite matinale</b> <b>10h30</b> : Activité physique  <b>14h15</b> : Pierre Champagne 	<b>Visite matinale</b> <b>10h00</b> : Visite de la garderie  <b>14h15</b> : Activité personnalisée 	<b>14 h15</b> : <b>Ciné samedi</b> La Maîtresse du Président 
<div>  <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>  </div>		

changement, selon les ressources disponibles

Cet horaire peut être sujet à



Tête à modeler

**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...

**Johanne Lavoie, Technicienne en Loisirs**  
**Téléphone : 819 542 2777, Poste 56171, local 117**  
**Courriel : [Johanne.Lavoie.ciusse-chus@ssss.gouv.qc.ca](mailto:Johanne.Lavoie.ciusse-chus@ssss.gouv.qc.ca)**