

# Février 2026



## Mon milieu de vie EXPRESS

Centre d'hébergement de Cowansville



**Bonjour chères familles et chers résidents,**

Nous amorçons le **mois de l'amour, de l'amitié et de la tendresse**. Jusqu'au **14 février**, la **boîte du courrier du cœur** sera installée à l'entrée principale. Je vous invite à y déposer des petits mots de reconnaissance destinés à vos proches ou à l'équipe qui prend soin d'eux. Prenez un moment pour exprimer votre gratitude envers leur travail.

Également, je vous invite à assister à la conférence « **J'ai faim de joie** », qui se tiendra le **17 février de 10h30 à 11h30**.

Le groupe de soutien aura lieu le **13 février à 13h00**. L'atelier « Proche aidant/Famille, aidé de l'approche résonance » sera le dimanche **22 février de 14h00 à 16h00**. Vous êtes les bienvenues!

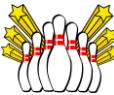
Deux nouvelles activités s'ajoutent à notre programmation :

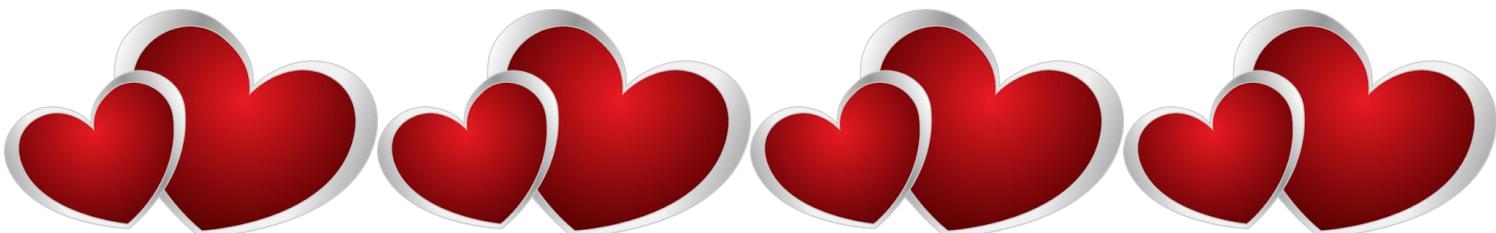
- **On bouge avec Dale**, une séance d'exercices adaptée à notre clientèle âgée;
- **Les concerts de musique de «Sam'chante»**, offerts en mode virtuel.

**P.S : Noter que les messes avec la présence du prêtre seront maintenant le mercredi matin à 10h30.**

**Je vous souhaite un magnifique mois de février !**

## Calendrier d'activités – Février 2026

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI
1	2	3	4
Activités avec Anne-Sophie 	13h30-15h30 : Clowns, 2-3  14h00 : On bouge avec Dale, 3  18h00 : Expériences avec Obie, 4	10h00 : On Bouge avec Dale, MVA  14h00 : Jeux de quilles 	Activités individuelles avec Mya  14h00 : Spectacle de Francine Morin
8	9	10	11
18h00 : Musique avec Charly-Ann, MVA-2 	13h30-15h30 : Clowns, MVA-4  14h00 : On bouge avec Dale, 3  18h00 : Expériences avec Obie, 2	10h00 : On bouge avec Dale, MVA  11h30 : Dîner+ cinéma «Les 50 premiers rendez-vous»  13h30 : Chansons avec Caroline Devost, 2-3	Fabrication de cartes de Saint-Valentin  14h00 : Spectacle avec Yves Gagnon  14h30-15h45 : Martine et Krystel, MVa-2
15	16	17	18
Activités avec Anne-Sophie 	14h00 : On bouge avec Dale, 3  18h00 : Experiences avec Obie, 3 	10h30-11h30 : Conférence «J'ai faim de joie»   14h00 : On bouge avec Dale, 2	10h00 : On bouge avec Dale, MVA  14h00 : Spectacle avec «Les Baladeux» 
22	23	24	25
14h00-16h00 : Atelier : Proche aidant/Famille Approche résonance  18h00 : Musique avec Charly-Ann, 3-4	14h00 : On bouge avec Dale, 3    Activités individuelles avec Mya et Annie	10h00 : On bouge avec Dale, MVA  13h30 : Chansons avec Caroline Devost, 3-4 	10h30 : Messe avec prêtre  14h00 : Spectacle de Lili et Dan  13h00-14h15 : Martine et Krystel, 3-4

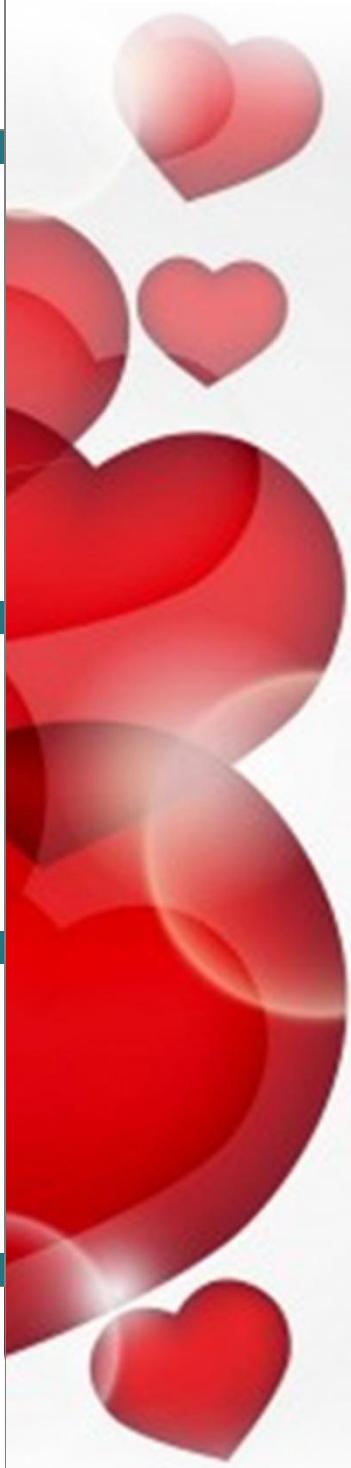


## Centre d'hébergement de Cowansville

JEUDI 5	VENDREDI 6	SAMEDI 7
9h00 : Zoothérapie, MVA-2  10h30 : On bouge avec Dale, 4  14h00 : Bingo	10h00 : On bouge avec Dale, 2  14h00 : Spectacle «La chorale du bonheur»  14h00-14h45 : Concert virtuel «Sam'chante», MVA	14h00 : Spectacle avec Junior Brodeur  
<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>
10h30 : On bouge avec Dale, 4  14h00 : Bingo  	13h00 : Groupe de soutien pour les familles  14h00 : Célébration de la parole  14h00-14h45 : Collation spéciale de Saint-Valentin et concert virtuel «Sam'chante», 2	<b>Saint-Valentin on s'habille en rouge!</b>    <b>Chansons d'amour avec les préposées</b>
<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>
9h00 : Zoothérapie, 3-4  10h30 : On bouge avec Dale, 4  14h00 : Bingo	10h00 : On bouge avec Dale, 2  14h00-14h45 : Concert virtuel «Sam'chante», 3	<b>Chansons avec les préposées</b>  
<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>
10h30 : On bouge avec Dale, 4  14h00 : Bingo  	Célébration de la parole  Activités fait par les préposées	14h00 : Spectacle de Normand Lafrenière  
	<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> 	

*Cet horaire peut être sujet à changement, selon les ressources disponibles*

Février





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...

**Annie Arès, éducatrice  
450 266-4342, poste 34322**