

Septembre 2026



Mon milieu de vie EXPRESS

Centre d'hébergement de Cowansville



Calendrier d'activités – Septembre 2026

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI
1		1	2
		Vélo sans âge 9 :30-11 :30 Activité individuelle avec Alyana	Activité individuelle avec Alyana et Annie Spectacle Francine Morin 14 :00 Martine et Krystel 13 :00-14 :15 3-4
6	7	8	9
Activité avec les familles et les préposées, sortie extérieur chanson ou jeux de ballon	Fête du travail Activité avec les familles et les préposées, sortie extérieur chanson ou jeux de ballon	Vélo sans âge 9 :30-11 :30  Jeux de quilles 14 :00 	Activité individuelle avec Alyana et Annie Spectacle Yves Gagnon 14 :00
13	14	15	16
Musique avec Charly-Ann 17 :30 MVA-2 	Clown 13 :30-15 :30 MVA-2 Activité avec les familles et les préposées, sortie extérieur chanson ou jeux de ballon	Yoga avec Sylvie et Josée 10 :30 Vélo sans âge 9 :30-11 :30  Caroline Devost 13 :30 MVA-2	Activité individuelle avec Alyana et Annie Spectacle Alain Morin 14 :00
20	21	22	23
Activité avec les familles et les préposées, sortie extérieur chanson ou jeux de ballon Activité musicale avec Natalia pour résidents et leurs proches 13 :30	Activité individuel avec Annie sur les étages Jeux de quilles 14:00 	Vélo sans âge 9 :30-11 :30 Jeux de OKO 14 :00 	Activité individuelle avec Alyana et Annie Spectacle Yves Rousseau 14 :00 Martine et Krystel 14 :30-15 :15
27	28	29	30
Musique avec Charly-Ann 17 :30 3-4 	Pizza et film sur invitation des loisirs pour le souper 	Yoga avec Sylvie et Josée 10 :30 Vélo sans âge 9 :30-11 :30  Caroline Devost 13 :30 3-4	Activité individuelle avec Alyana et Annie Spectacle Léon Blais 14 :00

Centre d'hébergement de Cowansville

Septembre

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
3	4	5
Zoothérapie Mva-2 9 :30 Bingo 14 :00 	Clown 13 :30-15 :30 MVA-2 Célébration de la parole 14 :00 	Activité avec les familles et les préposées, sortie extérieur chanson ou jeux de ballon Activité musicale avec Natalia pour résidents et leurs proches 13 :30 
10	11	12
Activité individuelle avec Alyana et Annie Bingo 14 :00 	Activité avec les familles et les préposées, sortie extérieur chanson ou jeux de ballon Célébration de la parole 14 :00 	Activité individuelle avec Annie Spectacle Diane Mailloux 14:00
17	18	19
Zoothérapie 3-4 9 :30 Bingo 14 :00 	Activité sensorielle avec Alyana et Annie Célébration de la parole 14 :00 	Activité avec les familles et les préposées, sortie extérieur chanson ou jeux de ballon
24	25	26
Activité individuelle avec Alyana et Annie Bingo 14 :00 	Fabrication de tarte aux pommes pour 10 :30 Célébration de la parole 14 :00 	Activité avec les familles et les préposées, sortie extérieur chanson ou jeux de ballon
 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. 		

Cet horaire peut être sujet à changement, selon les ressources disponibles0





La saison des pommes au Québec est un moment privilégié pour reconnecter avec la nature, savourer des produits locaux et partager des moments en famille. Que vous soyez nostalgique de votre enfance ou fier de soutenir les traditions locales, il y a toujours une bonne raison de visiter un verger et de profiter de la richesse de cette saison.

Source : La saison des pommes: calendrier de récolte | Rougemont

À faire cette délicieuse recette de tarte aux pommes !

TARTE AUX POMMES DE ROLAND

INGRÉDIENTS

- 400 g de farine
- 100 g de beurre non salé à température pièce
- 100g de sucre
- 1 oeuf
- 1 c. à s. d'eau
- 1 pincée de sel
- 6-7 pommes de gros calibre (Rosinette et Passionata donnent de très bons résultats, ajuster la quantité si elles sont petites)
- beurre et sucre au goût
- confiture à l'abricot (facultatif)

Préchauffer le four à 375F

- Découper le beurre en petits cubes.
- Mettre la farine et le sucre dans un bol. Ajouter les cubes de beurre et mélanger rapidement avec les mains.
- Ajouter l'œuf et environ une cuillère à soupe d'eau (ajuster la quantité si nécessaire) et mélanger pour faire une boule de pâte uniforme.
- Rouler la pâte et la déposer dans un moule préalablement beurré.
- Découper les pommes en fines tranches. Les faire cuire dans une poêle avec du beurre et un peu de sucre, si désiré, jusqu'à ce qu'elles soient bien caramélisées.
- Laisser les pommes tiédir puis les disposer sur la pâte à tarte. Glacer avec la confiture d'abricot si souhaité.
- Cuire environ 25 minutes. La tarte se sert aussi bien froide que chaude!