

Mars 2026



Mon milieu de vie EXPRESS

Maison alternative de Sherbrooke



Bonjour à tous,

Après un hiver rempli de neige, aussi bien en profiter avant que le printemps ne vienne la faire fondre! Pour ce faire, nous vous offrons une programmation très active.

En plus de nos fidèles groupes d'exercices s'ajouteront les activités «On bouge» avec le retour de notre collègue Brigitte. Aussi, nous ajoutons les cours en virtuel avec Dale de WebOr pour bouger sur des rythmes festifs. Ces cours en virtuel sont offerts par la FQLI.

Le 17 mars, nous soulignerons la St-Patrick avec des jeux thématiques et des surprises vertes!

À ne pas manquer, le 19 mars, notre journée spéciale «Casino». La journée se fera en 2 blocs pour faire vivre l'expérience à tous nos résidents. Cette journée est sans frais, mais avec le vrai plaisir de jouer avec des jetons.

Également, nous avons le retour du dîner cabane à sucre pour les 3 maisons alternatives. Le dîner aura lieu le 25 mars au Geai-Bleu et les résidents doivent s'inscrire pour confirmer leur présence. Par contre, le dîner est sans frais. Nous aurons une partie de tire le 1^{er} avril au Cardinal afin de faire durer le plaisir du temps des sucres.

En espérant vous voir en grand nombre aux activités. Toute l'équipe vous souhaite un beau dernier mois d'hiver.

L'équipe des loisirs

Calendrier d'activités – Mars 2026

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI
1	2	3	4
13h30 : Cinéma maison dans la salle vitrée (L) 	2^e -10h30 : Groupe d'exercices, au Tilleul 18h30 : Pliage de serviettes, au Cardinal	3^e -10h30 : Groupe d'exercices, à l'Érable 13h45 : Bingo, au Geai-Bleu (B) 	2^e -10h30 : Groupe d'exercices, au Sapin AM : Activités individuelles, à la Mésange (L) 18h00 : Jeu de Connect 4, à la Mésange
8	9	10	11
Journée internationale de la femme PM : Atelier musical mobile (C)	2^e -10h30 : Groupe d'exercices au Tilleul 18h00 : Bacs sensoriels, au Cardinal	3^e -10h30 : Groupe d'exercices, à l'Érable 10h30 : Serpents et échelles géants, au Cardinal (L) 13h45 : Bingo, au Cardinal (B)	2^e -10h30 : Groupe d'exercices, au Sapin 13h30 : Musique avec Stephan Lee, au Cèdre (L) 18h00 : Soirée Cinéma, au Cardinal
15	16	17	18
13h30 : Atelier culinaire, au Geai-Bleu (B)	2^e -10h30 : Groupe d'exercices, au Tilleul 13h30 : Karaoké, à la salle vitrée (Mi) 18h00 : Boccia, au Geai-Bleu	 St-Patrick 3^e -10h30 : Groupe d'exercices, à l'Érable 13h45 : Bingo, au Geai-Bleu (L) 18h00 : Atelier de créativité, à la Mésange	2^e -10h30 : Groupe d'exercices, au Sapin 13h45 : Bingo «Images de la St-Patrick», au Cardinal avec les élèves du Touret (L) 18h00: Coloriage du printemps, au Geai-Bleu
22	23	24	25
Matériel disponible dans les maisonnées	2^e -10h30 : Groupe d'exercices, au Tilleul AM : Activités individuelles, au Geai-Bleu (Mi) 18h00 : Atelier de créativité, à la Mésange	13h45: Bingo, au Cardinal (B) 	2^e -10h30 : Groupe d'exercices, au Sapin Dîner cabane à sucre, au Geai-Bleu Inscription obligatoire 13h30 : Musique avec Denis Bastien, à l'Orme
29	30	31	
13h30 : Cinéma maison, à la salle vitrée (L) 	2^e -10h30 : Groupe d'exercices, au Tilleul 10h00 : Musique aux chambres avec Dave Sturton (Mi) 13h30 : Atelier culinaire, au Cardinal (B) 18h00 : Casse-tête pour tous, à la Mésange	3^e -10h30 : Groupe d'exercices, à l'Érable 10h00 : Jardinage des semis, à la Mésange (Mi) 13h45 : Bingo, au Geai-Bleu (B) 	MA M=Michèle / L=Léa B=Brigitte / C=Caroline

Maison alternative de Sherbrooke

Mars

JEUDI 5	VENDREDI 6	SAMEDI 7
3 ^e -10h30 : Groupe d'exercices, à l'Orme	4 ^e -10h30 : Groupe d'exercices, au Bouleau 18h00 : Activités sensorielles des odeurs, au Geai-Bleu	Matériel disponible dans les maisonnées
12	13	14
3 ^e -10h30 : Groupe d'exercices, à l'Orme 10h30 : Jeu de quilles, au Geai-Bleu (L)	4 ^e -10h30 : Groupe d'exercices, au Bouleau AM : Atelier sensoriel, à la Mésange (L) 14h00 : Messe, au Sapin 18h00 : Coloriage du printemps, à la Mésange	AM : Activités sensorielles (B)
19	20	21
3 ^e -10h30 : Groupe d'exercices, à l'Orme Journée Casino dans la grande salle au 1^{er} étage AM : 2 ^e & 4 ^e PM : 3 ^e	Journée du bonheur 4 ^e -10h30 : Groupe d'exercices, au Bouleau AM : Chocolat chaud, à la chambre (Mi-L) 14h00 : Musique de la Sams en ligne, au salon de la Mésange (L) 18h00 : Atelier culinaire, au Cardinal	Matériel disponible dans les maisonnées
26	27	28
3 ^e -10h30 : Groupe d'exercices, à l'Orme	4 ^e -10h30 : Groupe d'exercices, au Bouleau Am : Activités individuelles, au Cardinal (Mi) 14h00 : Toutous Poilus, à l'Orme (Mi) 18h00 : Jeu de poches, au Geai-Bleu	10h00 : Jeux de société, au Geai-Bleu (L) 18h00 : Atelier bricolage, au Geai-Bleu
 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 disponibles.



Rébus (1)





















Réponse : Citron-Cartable-Clairon-Vernis-Portefeuille-Chalet-Pinceau-Page-Chapeau-Fauteuil