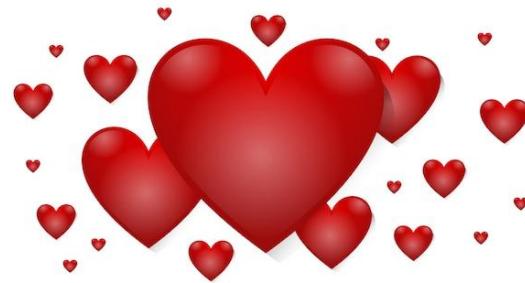


# Février 2026



## Mon milieu de vie EXPRESS

Maison des aînés – Maison alternative  
de Granby



**Bonjour à tous ! Voici la programmation du mois de Février**

***Le personnel, les résidents et membres de famille, êtes invités à porter une touche de rouge ou rose, le vendredi 13 février ou le samedi 14 février, jour de la St-Valentin. MERCI !***

**Février, le mois de l'amour et de l'amitié !**

Chère famille,

À l'occasion de la Saint-Valentin, l'équipe des loisirs vous propose de participer à notre Courrier du cœur, destiné aux familles, aux résidents et aux employés de la MDAA.

Nous vous invitons à prendre un moment pour écrire une carte à la ou aux personnes de votre choix, afin de leur offrir un mot doux ou une pensée amicale.

Des cartes seront mises à votre disposition dès le lundi 26 janvier, devant le poste d'accueil. Une fois votre message complété, déposez-le dans la boîte de courrier du cœur. La distribution se fera le jour de la Saint-Valentin.

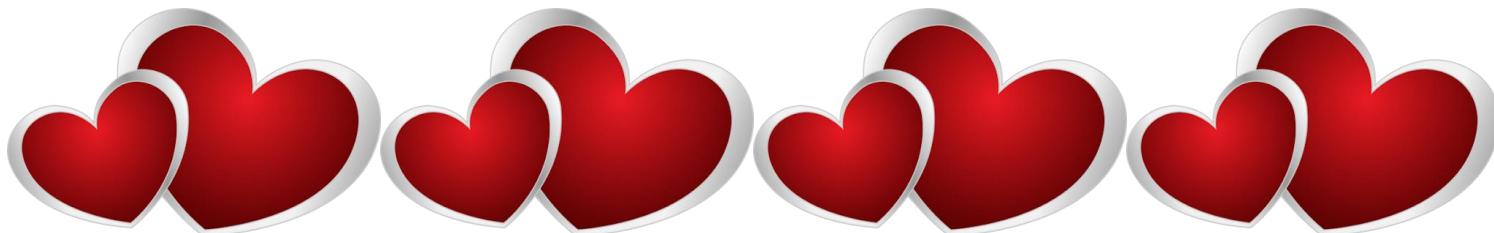
Pour que Cupidon puisse remettre votre carte à la bonne personne (et en faire la lecture si nécessaire), n'oubliez pas d'inscrire le nom et le prénom du destinataire.

L'Équipe de loisirs  
Martin et Ariane

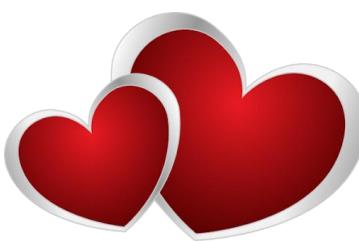
Site internet :<https://www.santeestrie.qc.ca/soins-services/specialises/hebergement-residence/activites-et-loisirs-en-chslid>

## Calendrier d'activités – Février 2026

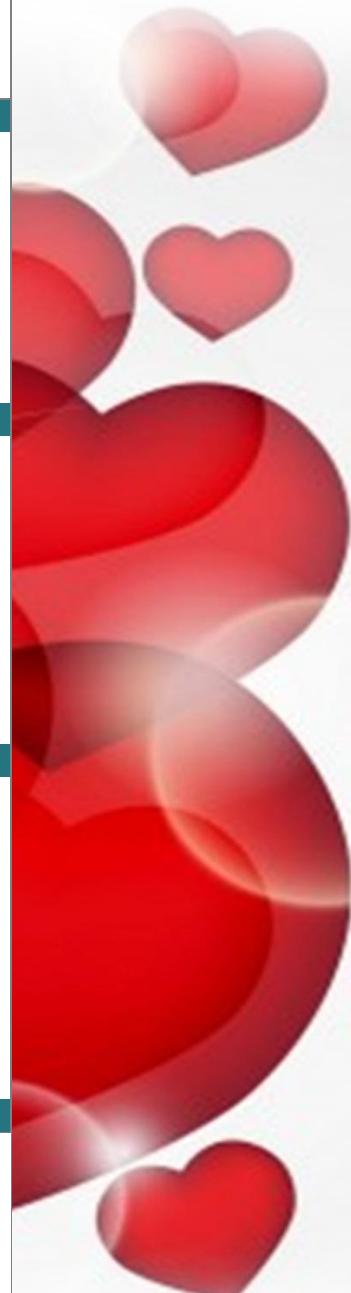
DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
Jeux disponibles dans les maisonnées 	10h30 : Messe au Colibri  <b>18h30 : Massage des mains avec Ariane</b>	<b>9h30 : Zoothérapie avec Les amis de Delphine au Colibri et à la Rivière</b> Visite de Martine Visite amicale de Colette <b>11h : Sortie au centre d'achat</b>	Visite amicale de Colette
<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>
19h : Super Bowl LX à RDS Présenté en direct du Levi's Stadium à Santa Clara en Californie, domicile des 49ers de San Francisco	<b>13h30 : Collation spéciale / Mr. MOUSSE</b> Dans les maisonnées <b>18h : Film au Monarque</b>	9h30 : Zoothérapie avec Les amis de Delphine au Colibri et à la Rivière <b>Visite amicale de Colette</b> Visite de Martine	<b>Visite amicale de Colette</b> 13h30 : Chanson d'amour avec André Gauthier à la Rivière
<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>
13h30 : Grignotines Dans les maisonnées	10h30 : Messe à la Rivière 13h30 : Activité de bientraitance au Monarque et au Colibri 	9h30 : Zoothérapie avec Les amis de Delphine au Colibri et à la Rivière <b>Visite de Martine</b>  13h30 : Karaoké à la salle de conférence RDC	Visite amicale de Colette <b>13h30 : « Un petit air français » Cyriel chante PIAF au Monarque</b>
<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>
13h30 : Atelier créatif avec Ariane (en alternance dans les maisonnées)	<b>10h à 15h : Beauté des mains avec Ariane et Martin sur RDV</b> <b>Au salon de coiffure</b> <b>18h : Film au Colibri</b>	<b>9h30 : Zoothérapie avec Les amis de Delphine au Colibri et à la Rivière</b> Visite de Martine <b>11h : Atelier respiration/relaxation avec Élisa à la Rivière</b> 13h : Visite de Martine et Krystel au Colibri et à la Rivière (marionnettes) <b>Visite amicale de Colette</b>	<b>13h30 : KAHOOT OLYMPIEN AU RDC</b> (pour toutes les maisonnées)



# Maison des aînés – Maison alternative de Granby

JEUDI 5	VENDREDI 6	SAMEDI 7
13h30 : Bingo au Monarque 	10h à 11h : Jeux de ballon au Colibri (pour toutes les maisonnées) <b>13h30 : Spectacles</b> <b>Duo Les Époques au Colibri</b>	<b>Proverbes et expressions</b> En alternance dans les maisonnées en am et pm
12	13	14
<b>13h30 : Bingo Musical et chocolat Spécial Amour</b> 	10h30 : Jeux de ballon au Colibri (pour toutes les maisonnées) <b>14h : Quiz ? St-Valentin</b> (en alternance dans les maisonnées)	<b>Distribution du courrier du cœur par CUPIDON</b> En alternance dans les maisonnées en am et pm
19	20	21
<b>Visite amicale de Colette</b> 13h30 : Bingo au Monarque 	10h30 : Jeux de ballon au Colibri (pour toutes les maisonnées) <b>13h30 à 15h : ShowTime !</b> <b>« YVES GAGNON » au Colibri</b>	Jeux disponibles dans les maisonnées 
26	27	28
Visite amicale de Colette 13h30 : Bingo au Monarque 	10h30 : Jeux de ballon au Colibri (pour toutes les maisonnées) 14h : Parle parle, jase jase ! Sur invitation à la Rivière	Jeux disponibles dans les maisonnées 
	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.	
		

Février



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



**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...

Ariane Lebel, TES (450) 378-1466, poste 67414

Martin Côté, TIL (450) 378-1466, poste 67419