

Février 2026



Mon milieu de vie EXPRESS

Maison des aînés de Sherbrooke



Bonjour à tous,

En ce mois de l'amour, le personnel, les bénévoles, les familles et les résidents sont invités à participer au courrier du cœur. C'est le moment de dire aux gens qui vous entourent combien vous les appréciez. Des cartes sont à votre disposition à l'entrée principale pour écrire vos mots. Le courrier sera distribué le 14 février*. Bombardons-nous d'amour!

Nous aurons la chance de vivre, avec vous, les premiers Jeux olympiques de la MDA-MA de Sherbrooke. Restez à l'affût des activités. Vous pourrez vous y démarquer ou y assister en tant que spectateur!





Également, ce mois-ci, vous avez l'opportunité de vous inscrire à la sortie à la Maison du cinéma qui aura lieu le jeudi 12 février. Aussi, le 6 février, nous aurons un dîner pizza pour l'ouverture des Jeux olympiques. Pour ces 2 activités, les inscriptions sont obligatoires en communiquant au poste 59218 ou en déposant le nom du résident et son choix dans la boîte prévue à cet effet dans votre maisonnée.

En espérant vous voir en grand nombre à nos activités. Bonne année à vous tous !

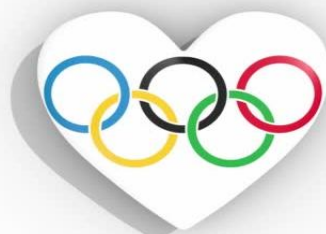
L'équipe des loisirs

***Tout le courrier sera lu par un membre de l'équipe. Aucun message haineux ne sera accepté. Pour ce faire, aucun courrier dans une enveloppe cachetée ne sera permis*.**

Calendrier d'activités – Février 2026



DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI
1	2	3	4
<p>10h00: Messe télévisée Poste 101</p> <p>2^e&4^e -AM : Café aux chambres</p> 	<p>2^e -10h30 : Groupe d'exercices, au Tilleul</p> <p>13h45 : Bingo, au Chêne (Mi)</p> 	<p>3^e -10h30 : Groupe d'exercices, à l'Érable</p> <p>3^e -10h00 : OKEO, au Chêne (Mi)</p> <p>2^e -10h00 : Atelier culinaire, au Bouleau (L)</p> <p>4^e - 13h30 : Peinture de Saint-Valentin, au Bouleau</p>	<p>2^e -10h30 : Groupe d'exercices, au Cèdre</p> <p>4^e - 13h30 : Peinture de Saint-Valentin à l'Érable (Mi)</p> <p>PM : Musique avec Dave Sturton</p> <p>2^e -13h30 : Au Tilleul</p> <p>3^e&4^e - 14h35 : Au Chêne</p>
8	9	10	11
<p>10h00: Messe télévisée Poste 101</p> 	<p>2^e -10h30 : Groupe d'exercices, au Tilleul</p> <p>AM : Courses de chevaux 10h30 : Avec l'Érable 11h15 : Avec Bouleau (Mi)</p> <p>2^e – PM : Troubadour (musique aux chambres) (Mi)</p>	<p>3^e -10h30 : Groupe d'exercices, à l'Érable</p> <p>3^e -10h00 : 100 ans d'histoire, à l'Érable (L)</p> <p>2^e -10h00 : Serpents et échelles géants, au Tilleul (Mi)</p>	<p>2^e -10h30 : Groupe d'exercices, au Cèdre</p> <p>2^e -13h30 : Courses de chevaux, au Sapin (Mi)</p>
15	16	17	18
<p>10h00: Messe télévisée Poste 101</p> <p>3^e&4^e -AM : Café aux chambres</p>	<p>2^e -10h30 : Groupe d'exercices, au Tilleul</p> <p>Défi d'habiletés 10h00 : Avec Chêne 10h30 : Avec l'Orme 11h00 : Avec l'Érable (Mi)</p>	<p>3^e -10h30 : Groupe d'exercices, à l'Érable</p> <p>Défi d'habiletés 10h00 : Avec Cèdre 11h : Avec Bouleau (L)</p>	<p>2^e -10h30 : Groupe d'exercices, au Cèdre</p>
22	23	24	25
<p>10h00: Messe télévisée Poste 101</p> <p>2^e&4^e -AM : Café aux chambres</p> <p>Cérémonie de fermeture des Jeux olympiques</p>	<p>2^e -10h30 : Groupe d'exercices, au Tilleul</p> <p>Défi de la gentillesse 3^e -13h30 : Au Chêne (Mi)</p> 	<p>3^e -10h30 : Groupe d'exercices, à l'Érable</p> <p>9h30 : Quiz historique au Tilleul (L)</p> <p>AM : Bibliothèque nomade (Mi)</p>	<p>2^e -10h30 : Groupe d'exercices, au Cèdre</p> <p>13h30 : Musique avec Mario Gagnon, à l'Érable</p>

MDA



Maison des aînés de Sherbrooke

Février

JEUDI 5	VENDREDI 6	SAMEDI 7
3^e - 10h30 : Groupe d'exercices, à l'Orme	4^e - 10h30 : Groupe d'exercices, au Bouleau <i>Dîner communautaire et cérémonie d'ouverture des Jeux olympiques</i> Inscription obligatoire	2^e - 10h30 : Musique avec M. Beaucher, au Cèdre 2 ^e - Défi de la gentillesse, au sapin (Mi)
12	13	14
9h30 : Boccia olympiques au Chêne (L) 3^e - 10h30 : Groupe d'exercices, à l'Orme 14h00 : Messe, au Sapin (Mi) PM : Sortie en autobus au cinéma (L) Inscription obligatoire	4^e - 10h30 : Groupe d'exercices, au Bouleau Défi d'habiletés 10h30 : Avec le Sapin 11h15 : Avec le Tilleul (Mi) 13h45 : Bingo, au Tilleul (L)	<i>St-Valentin</i> AM : Distribution des lettres et du chocolat (Mi) 13h30 : Musique avec Guylaine Lacroix, à l'Orme (Mi)
19	20	21
3^e - 10h30 : Groupe d'exercices, à l'Orme 2^e & 4^e 10h30 : On bouge avec Dale dans la salle vitrée (L) <i>PM : Cérémonie de fermeture et remise des médailles des Jeux Olympiques de la MDA-MA</i>	4^e - 10h30 : Groupe d'exercices, au Bouleau 10h30 : Karaoké de l'amour, au Sapin (Mi) 13h45 : Bingo, au Bouleau (Mi)	2 ^e – AM : Atelier mémoire mobile (C) 3 ^e – PM : Atelier mémoire mobile (C)
26	27	28
3^e - 10h30 : Groupe d'exercices, à l'Orme 2^e & 4^e 10h30 : On bouge avec Dale dans la salle vitrée (Mi) 13h45 : Bingo, à l'Érable (Mi)	4^e - 10h30 : Groupe d'exercices, au Bouleau AM : Petits plaisirs (L)	<u>Vente de livres</u> 2^e - 10h30 : Musique avec M. Beaucher, au Cèdre
<div>  </div>		
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.		
		





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...

Michèle Choquette, TIL

819-347-3000, poste 59218 , local 4601