

Février 2025



Mon milieu de vie EXPRESS

**Maison des aînés – Maison alternative
de Magog**

Février se déroulera sous le signe de la musique et de l'amour.
C'est un mois de l'année où les passionnés sont choyés pour
la pratique de sports d'hiver.

C'est également la période où Cupidon s'affaire à vous offrir une
jolie fleur, un mot doux ou des gourmandises chocolatées.

Joyeuse Saint-Valentin !

Calendrier d'activités – Février 2025

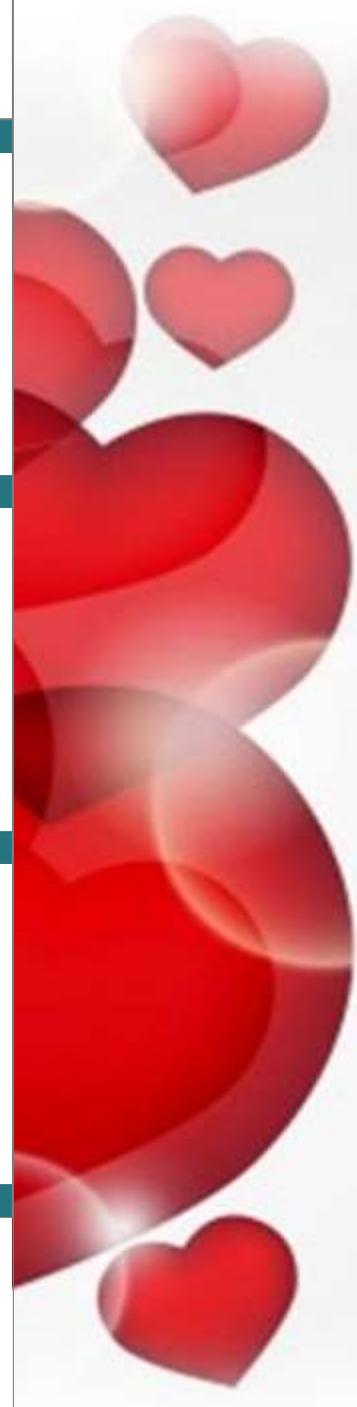
DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI
<p style="color: #E91E63;">Vous pouvez maintenant accéder au calendrier d'activités, du mois, avec votre téléphone intelligent via le code QR. Ensuite ouvrir l'onglet de l'établissement souhaité.</p> <div style="text-align: center;">  </div>			
2	3	4	5
Activité individualisée dans les maisonnées	10h30 Activité musicale au Martin-Pêcheur 10h30 Exercices avec kiné au Lac 14h00 Exercices avec kiné au Huard 14h30 Création artistique au Lac	10h30 Raquette ballon à la Montagne 15h00 Bingo Montagne	10h30 Je découvre ma MDA au Martin-Pêcheur 10h30 Exercices avec kiné à la Montagne 14h00 Toutous Poilus dans les maisonnées
9	10	11	12
Activité individualisée dans les maisonnées	10h30 Exercices avec kiné au Lac 11h00 J'apprends l'espagnol au Huard 14h00 Exercices avec kiné au Huard 15h00 Activité en solo au Martin-Pêcheur 18h00 Chantons ! Montagne	10h30 Jeu OBIE au Lac 14h30 Club Tricot & Maille à la Montagne	9h30 Messe à l'entrée 10h30 Socialisation au Martin-Pêcheur 10h30 Exercices avec Félix à la Montagne 14h30 Spectacle ensemble à vents à l'entrée
16	17	18	19
10h30 J'apprends l'espagnol au Huard 14h30 Jeu du Robert au Lac	10h30 Activité musicale au Martin-Pêcheur 10h30 Exercices avec kiné au Lac 14h00 Exercices avec kiné au Huard 14h30 Jeux de cartes, Lac	10h30 J'Apprends l'espagnol au Huard 14h30 Club Tricot & Maille au Lac	Activité personnalisée dans les maisonnées 10h30 Exercices avec kiné à la Montagne
23	24	25	26
Activité individualisée dans les quatre maisonnées	10h30 Jeu & casse-tête au Martin-Pêcheur 10h30 Exercices avec kiné au Lac 14h00 Exercices avec kiné au Huard 14h30 Jeux de cartes, Lac	10h30 Mémoire musicale à la Montagne 14h30 Quiz sur la bien-être et Quiz du Coeur	10h30 Activité musicale au Martin-Pêcheur 10h30 Exercices avec Félix à la Montagne 14h00 Musique avec Yves Gagnon, Lac

LÉGENDE Activité réalisée par : Personnel des soins ou autres ♦ Bénévole ♥ Contractuel ☆

Maison des aînés – Maison alternative de Magog

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
		1 Activité individualisée dans les maisonnées
6	7	8
14h00 Exercices avec kiné au Huard 14h30 Création artistique, assemblage au Lac	10h30 Ballon au Martin-Pêcheur 10h30 Exercices avec kiné au Lac 14h30 Jeux de cartes à la Montagne	Activité individualisée dans les maisonnées
13	14	15
14h00 Exercices avec kiné au Huard 14h30 Raquette & ballon à la Montagne	10h30 Jeu de ballon au Martin-Pêcheur 10h30 Exercices avec kiné au Lac 13h30 S. Fournier, Pianiste à l'entrée	10h30 Raquette ballon au Lac 14h30 Actualités locales à la Montagne
20	21	22
14h00 Exercices avec kiné au Huard 14h30 Musique au Martin-Pêcheur	10h30 Jeux & cassette, Martin-Pêcheur 10h30 Exercices avec kiné au Lac 14h30 Mots croisés à la Montagne	Activité individualisée dans les maisonnées
27	28	
14h00 Exercices avec kiné au Huard 14h30 Raquette ballon à la Montagne	10h30 Socialisation au Martin-Pêcheur 10h30 Exercices avec kiné au Lac 13h30 Pianiste Serge Fournier à l'entrée	

Février



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

JEU DES 7 DIFFÉRENCES



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...

Johanne Cadieux, récréologue
819-847-2717, poste 59651