

# Août 2026



## Mon milieu de vie **EXPRESS**

CLSC – Centre d'hébergement de  
Valcourt



✿ Invitation aux familles – Épluchette de blé d'Inde ✿

Tout comme l'an dernier, nous avons le plaisir de vous inviter à notre **super épluchette de blé d'Inde** qui aura lieu le **23 août**, beau temps, mauvais temps!

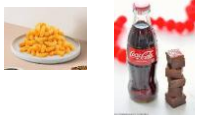
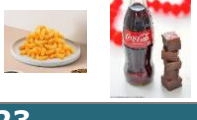
Venez partager un beau moment en compagnie des résidents, des familles et de nos chanteurs **Charles Lachance et Mario Gagnon**, qui sauront mettre de l'ambiance tout au long de l'activité.

☐ Nous vous invitons à apporter vos propres consommations.

Afin de nous aider à planifier la journée, **merci de confirmer votre présence avant le 13 août** à **Johanne Lavoie**  
Technicienne en intervention en loisir ☎ 819 542-2777, poste 56171  
✉ [johanne.lavoie.ciussse-chus@ssss.gouv.qc.ca](mailto:johanne.lavoie.ciussse-chus@ssss.gouv.qc.ca)

Au plaisir de vous retrouver pour cette belle tradition estivale!

## Calendrier d'activités – Août 2026

| DIMANCHE                                                                                                                                                                                                                                                               | LUNDI                                                                                                                                                                                                                                                                                   | MARDI                                                                                                                                                                                                                                                                        | MERCREDI                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>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.</b></p>  |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                   |
| <b>2</b>                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>3</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>4</b>                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>5</b>                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>10h00</b> : Messe télévisée à Radio Canada<br><br><b>14h00</b> : Collations spéciales<br>         | <b>Visite matinale</b><br><b>10h30</b> : Danse sur chaise<br><br><b>14h15</b> : Kartus<br>                            | <br><b>14h15</b> : Musique avec les bénévoles<br>                                                                                                                                         | <b>Visite matinale</b><br><b>14h15</b> : : Bingo<br><br><b>16h00 à 17h00</b><br>Bistro musical<br>             |
| <b>9</b>                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>10</b>                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>11</b>                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>12</b>                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>10h00</b> : Messe télévisée à Radio Canada<br><br><b>14h00</b> : Collations spéciales<br>        | <b>Visite matinale</b><br><b>10h30</b> : Bingo<br><br><b>14h15</b> : Atelier zen<br>Chaise Wellness et manicure<br> | <b>Visite matinale</b><br><br><b>14h15</b> : Musique avec les bénévoles<br>                                                                                                              | <br><b>Les COURSES PARTAGÉES DE SHERBROOKE</b><br>Sortie au Lac des Nations et brasserie du lac Brompton<br> |
| <b>16</b>                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>17</b>                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>18</b>                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>19</b>                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>10h00</b> : Messe télévisée à Radio Canada<br><br><b>14h00</b> : Collations spéciales<br>     | <b>Visite matinale</b><br><b>10h30</b> : Danse sur chaise<br><br><b>14h15</b> : Kartus<br>                        | <br><b>14h15</b> : Musique avec les bénévoles<br>                                                                                                                                       | <b>Visite matinale</b><br><b>10h30</b> : Bingo<br><br><b>14h15</b> : Activités personnalisées<br>          |
| <b>23</b>                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>24</b>                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>25</b>                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>26</b>                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>11h00</b> : Musique avec Charles<br><br><b>11h45</b> : Épluchette de blé-d'inde<br><br><b>14h15</b> : Musique avec Mario Gagnon                                                  | <b>Visite matinale</b><br><b>10h30</b> : Jeux de pétanque<br><br><b>14h15</b> : Kartus<br>                        | <b>Visite matinale</b><br><b>10h30</b> : Bingo<br><br><b>14h15</b> : Musique avec les bénévoles<br> | <b>Visite matinale</b><br><br><b>14 h15</b> : Atelier culinaire et souper BBQ<br><b>16h00 à 17h00</b><br>Bistro musical<br>                                                                     |
| <b>30</b>                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>31</b>                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>10h00</b> : Messe télévisée à Radio Canada<br><br><b>13h30</b> : Musique avec Sarah-Maude<br>                                                                                    | <br><b>14h15</b> : Activité bienveillance collecte de goupilles solidaire<br>                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

# CLSC - Centre d'hébergement de Valcourt

# Août

| JEUDI                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | VENDREDI                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | SAMEDI                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 1                                                                                                                                  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                           | Sortie au jardin et/ou jeux à l'intérieur<br>   |
| 6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 7                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 8                                                                                                                                  |
| <b>Visite matinale</b><br><b>10h30</b> : Classe d'exercices<br><br><b>14h15</b> : Activités personnalisées<br>                                                                                  | <b>Visite matinale</b><br><b>10 h00</b> : Atelier culinaire et diner BBQ<br><b>14h15</b> : Musique avec Yves Gagnon<br>                                                                                                   | Sortie au jardin et/ou jeux à l'intérieur<br>   |
| 13                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 14                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 15                                                                                                                                 |
| <b>Visite matinale</b><br><b>10h30</b> : Classe d'exercices<br><br><b>14h15</b> : Activités personnalisées<br>                                                                              | <b>Visite matinale</b><br><b>10 h00</b> : Atelier culinaire et diner BBQ<br><b>14 h15</b> : Club de lecture avec notre bénévole Guy<br>                                                                                 | Sortie au jardin et/ou jeux à l'intérieur<br> |
| 20                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 21                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 22                                                                                                                                 |
| <b>Visite matinale</b><br><b>10h30</b> : Classe d'exercices<br><br><br><b>13h15</b> : Sortie crèmerie<br> | <b>Visite matinale</b><br><b>14h15</b> : Activités personnalisées<br><br><b>14 h15</b> : Club de lecture avec notre bénévole Guy<br> | Sortie au jardin et/ou jeux à l'intérieur<br> |
| 27                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 28                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 29                                                                                                                                 |
| <b>Visite matinale</b><br><b>10h30</b> : Classe d'exercices<br><br><b>14h15</b> : Activités personnalisées<br>                                                                              | <b>Visite matinale</b><br><b>10h30</b> : Zoothérapie<br><br><b>14 h15</b> : Club de lecture avec notre bénévole Guy<br>              | Sortie au jardin et/ou jeux à l'intérieur<br> |

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

Le mois d'août est celui où il fait bon partir en camping et regarder ensuite les perséides autour d'un feu de joie. Vous souvenez-vous du moment où vous avez vu pour la première fois une étoile filante? C'est un moment magique qui nous fait retomber en enfance.

Racontez-nous vos souvenirs de camping :

---

---

---

---

---



## D'où viennent les Perséides?

La comète 109P/Swift-Tuttle est à l'origine de ce phénomène remarquable. Elle orbite autour du soleil en laissant derrière elle de la poussière et des cailloux dans l'espace. Chaque été, la terre croise l'orbite de la comète et passe à travers ses débris. En se désintégrant dans notre atmosphère, ils deviennent les météores (ou «étoiles filantes») que nous voyons.

[Perséides : comment observer la meilleure pluie de météores de l'année | Agence spatiale canadienne](#)



**Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de l'Estrée – 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 Lavoie, Technicienne en Loisirs**  
**Téléphone : 819 542 2777, Poste 56171, local 117**  
**Courriel :Johanne.Lavoie.ciusse-chus@ssss.gouv.qc.ca**