

# Octobre 2026



## Mon milieu de vie EXPRESS

Centre d'hébergement Argyll  
4<sup>e</sup> étage



### Découvrez ce qui se passe ailleurs!

Nous vous invitons à consulter les calendriers d'activités des autres étages. C'est une belle occasion de découvrir de nouvelles activités et de partager des moments agréables avec de nouveaux visages. Si une activité vous intéresse, n'hésitez pas à en faire part à un membre du personnel ou à demander à vos proches de vous y accompagner.

### Activités à retenir !

**Vendredi 16 octobre 2026:** Sortie en autobus au Carrefour de l'Estrie ! Prévoyez 30 \$ pour le dîner à la foire alimentaire, ainsi que de l'argent pour vos achats, si désiré. Le départ en autobus se fera à 11h15 à l'entrée principale.

**Samedi 17 octobre 2026 :** Bienvenue au savoureux brunch de l'unité! Au menu : œufs, bacon, fèves au lard, rôties et café. Réservation requise. L'activité est gratuite pour les résidents. Les proches sont les bienvenus, au coût de 9 \$.

**Jeudi 29 octobre 2026 :** Venez voir les enfants de la garderie Choco-Vanille parader en costume d'Halloween et leur distribuer des bonbons.

**Inscriptions :** Pour participer aux sorties et aux repas spéciaux du mois d'octobre 2026, veuillez vous inscrire auprès de l'intervenante en loisirs, Myriam Houle, au **819-780-2220, poste 46570**, au plus tard une semaine avant la date prévue de l'activité.

### Diffusion en direct

Les spectacles tenus dans la grande salle 1702 sont filmés et peuvent être visionnés en direct en syntonisant le poste 940 sur les télévisions dans les chambres et dans les aires communes. Il s'agit d'une belle alternative pour les résidents et leurs proches! Ce logo  indique que l'activité prévue dans la grande salle sera filmée.

# Calendrier d'activités – Octobre 2026

| DIMANCHE                                                                                                                                                                                                                                                    | LUNDI                                                                                                                              | MARDI                                                                                                                                                                                                                                                                             | MERCREDI                                                                                                                                                                                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                        |
| 4                                                                                                                                                                                                                                                           | 5                                                                                                                                  | 6                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 7                                                                                                                                                                                                      |
| <b>14h00</b> : La boîte à chansons avec Frank Barns (1702)<br>                                                                                                             | <b>13h30</b> : Pétanque (4702)<br><br><b>18h15</b> : Installation des décorations d'Halloween sur l'unité (4101)                   | <b>9h30 à 11h30</b> : On va à la Bibli-eau (1704)<br><br><b>13h30</b> : Spectacle musical avec Lucie Cotnoir (4702)<br><br><b>13h30</b> : Activités individuelles                                                                                                                 | <b>10h30</b> : Atelier de prévention sur l'isolement (4702) <br><br><b>13h30</b> : On bouge avec Karol-Anne! (4702) |
| 11                                                                                                                                                                                                                                                          | 12                                                                                                                                 | 13                                                                                                                                                                                                                                                                                | 14                                                                                                                                                                                                     |
| <b>14h00</b> : La boîte à chansons avec Marcel Goulet (1702)<br>                                                                                                         | <b>10h00</b> : La visite amicale de Myriam                                                                                         | <b>9h30 à 11h30</b> : On va à la Bibli-eau (1704)<br><br><b>13h30</b> : Spectacle musical avec Daniel Dubé (4702)<br><br><b>13h30</b> : Activités individuelles                                                                                                                   | <b>10h30</b> : On joue aux poches (4702)<br><br><b>14h00</b> : Club de lecture «Un costume pour Coralie »(1704)                                                                                        |
| 18                                                                                                                                                                                                                                                          | 19                                                                                                                                 | 20                                                                                                                                                                                                                                                                                | 21                                                                                                                                                                                                     |
| <b>10h00</b> : Activités individuelles, côté A<br><br><b>10h45</b> : Activités individuelles, côté B<br><br><b>14h00</b> : La boîte à chansons avec Mario Gagnon (1702)  | <b>13h30</b> : Musique avec Jean-Marc Bergeron (4702)                                                                              | <b>9h30 à 11h30</b> : On va à la Bibli-eau (1704)<br><br><b>10h30</b> : Messe (5702)<br><br><b>13h30</b> : Connais-tu cette chanson? (4702)                                                                                                                                       | <b>10h30</b> : Dégustation de tisane et partage de souvenirs d'Halloween (4702)<br><br><b>14h00</b> : Les mystères de l'astrologie à la lueur des bougies (1704)                                       |
| 25                                                                                                                                                                                                                                                          | 26                                                                                                                                 | 27                                                                                                                                                                                                                                                                                | 28                                                                                                                                                                                                     |
| <b>14h00</b> : La boîte à chansons avec Yvon Dupuis (1702)<br>                                                                                                           | <b>10h</b> : La visite amicale de Myriam<br><br><b>13h30</b> : Pétanque (4702)<br><br><b>18h15</b> : Activités sensorielles (4101) | <b>9h30 à 11h30</b> : On va à la Bibli-eau (1704)<br><br><b>14h00</b> : Spectacle musical de l'Halloween avec Yvon Dupuis (1702) <br><br><b>14h15</b> : Distribution des calendriers, côté A | <b>10h30</b> : Histoires à faire peur et légendes urbaines (4702)<br><br><b>13h30</b> : On fête votre fête avec du gâteau et quiz sur l'Halloween ! (4702)                                             |

# Centre d'hébergement Argyll - 4<sup>e</sup> étage

# Octobre

| JEUDI                                                                                                                                                                                                                                                      | VENDREDI                                                                                                                                                | SAMEDI                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1                                                                                                                                                                                                                                                          | 2                                                                                                                                                       | 3                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>10h00</b> : Création collective d'un arbre aux couleurs d'automne (4702)<br><br><b>14h00</b> : Le bingo (4902)                                                                                                                                          | <b>10h30</b> : Mots-croisés géants (4702)<br><br><b>13h30</b> : On joue aux quilles (4702)                                                              | <b>19h00</b> : En direct de l'univers" et collation spéciale en collaboration avec le personnel de soins.                               |
| 8                                                                                                                                                                                                                                                          | 9                                                                                                                                                       | 10                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>10h30</b> : Jeux de société au salon (4702)<br><br><b>14h00</b> : Le bingo (4902)                                                                                                                                                                       | <b>10h30</b> : La guerre des clans (4702)<br><br><b>13h30</b> : La course des chevaux, jeu de calcul et de hasard (4702)                                | <b>19h00</b> : En direct de l'univers" et collation spéciale en collaboration avec le personnel de soins.                               |
| 15                                                                                                                                                                                                                                                         | 16                                                                                                                                                      | 17                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>10h30</b> : Raquette baloue (4702)<br><br><b>14h00</b> : Le bingo (4902)<br><br><b>18h15</b> : Spectacle musical avec Marcel Goulet (4101)                                                                                                              | <b>10h30</b> : Visite des animaux au salon avec Anne-Marie (4702)<br><br><b>11h15</b> Sortie au Carrefour de l'Estrie.<br><b>**Avec inscription**</b>   | <b>12h00</b> : BRUNCH (local 4702)  <p>Sans frais pour les résidents, 9\$ par accompagnateur</p> <b>14h30</b> : Activités individuelles |
| 22                                                                                                                                                                                                                                                         | 23                                                                                                                                                      | 24                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>10h30</b> : Beauté mobile: vernis à ongle à la chambre<br><br><b>14h00</b> : Le bingo (4902)<br><br><b>18h15</b> : Jeu la ligne du temps (4101)                                                                                                         | <b>10h00</b> : On cuisine un potage aux légumes (4902)<br><br><b>13h30</b> : Quiz sur les bonnes habitudes alimentaires et dégustation du potage (4702) | <b>19h00</b> : En direct de l'univers" et collation spéciale en collaboration avec le personnel de soins.                             |
| 29                                                                                                                                                                                                                                                         | 30                                                                                                                                                      | 31                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>10h30</b> : Parade costumée de la garderie Choco-Vanille (1702)<br><b>14h00</b> : Le grand bingo costumé (1702)<br><b>14h15</b> : Distribution des calendriers, côté B                                                                                  | <b>10h30</b> : Atelier d'expression de soi par l'art (4702)<br><br><b>13h30</b> : On joue aux quilles (4702)                                            | <b>19h00</b> : En direct de l'univers" et collation spéciale en collaboration avec le personnel de soins.                             |
| 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



Résidents  
Employés  
Bénévoles  
Proches



Nous  
prenons  
les dons !

# Bibli-eau

Votre espace de lecture et jeux de société



Heures d'ouverture

Les mardis  
de 9h30 à 11h30



Local 1704



Lancement officiel

8 septembre 2026



*Bonne lecture !*



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...

**Myriam Houle, technicienne en éducation spécialisée,  
819-780-2220, poste 46570, local 1915**