



Août 2026



Mon milieu de vie **EXPRESS**

Centre d'hébergement de Bedford

Wow, mais quel beau mois de juillet que nous avons passés, en bonne compagnie!!!

Les résidents ont été gâtés (et c'est très bien mérité): sortie en autobus au chalet Bombardier à Sherbrooke, sortie au parc Héritage à Bedford et sortie à la pataterie pour y manger une bonne crème glacée avec leurs proches!

Jo-Annie et moi remercions sincèrement les familles qui sont toujours fidèles au poste et prêtes à embarquer dans nos folies, les bénévoles et les employés. Un grand merci aussi à M. Gilman, sa fille Lacy et son équipe de pompiers qui nous ont aidé à pousser les résidents et offrir une crème glacée à tous et chacun. Ce geste est très apprécié. Merci pour votre générosité, votre temps et vo.

Ça m'émeut de voir les résidents et leurs proches réunis, les familles qui échangent et partagent de si beaux moments ensemble. Des liens se créent et de précieux souvenirs que nous nous rappellerons pour bien longtemps.

Information pour les résidents sélectionnés (texture régulière et tendre) et leurs proches :

Samedi 15 août : à compter de 10h45, nous irons à l'extérieur à l'arrière du CHSLD pour un bon repas (maïs, hot-dog, mocktail et dessert glacé). Ceux et celles qui souhaitent rester après le repas, des petites activités auront lieu. En cas de pluie, le tout se fera à l'intérieur au CHSLD.

➔ Pour toutes questions concernant la journée du 15 août, veuillez communiquer avec moi par courriel (marie.couture.ciussse-chus@ssss.gouv.qc.ca) ou par téléphone (voir à la p.4). Merci ☺

Calendrier d'activités – Août 2026

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI
<i>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.</i> 			
2	3	4	5
10h15 Musique avec Jacques Bourdeau 	10h30 Exercices avec bâtons musicaux	10h20 Musique avec Agnès Boisvert PM Promenades et temps extérieur	<i>Marie soir</i> 13h30 : Café rencontre avec Nadine 18h00 Parade « Expo du Bedford » 
9	10	11	12
10h15 Accordéon avec Léon Blais 	10h15 Jeu de pétanques avec Mario	<i>Marie soir</i> 15h00 Hockey-getti Après souper : Petites activités improvisées	10h30 Jeu de poches
16	17	18	19
<i>Jeux disponibles dans les armoires</i>	10h30 Basketball 13h30 à 15h30 Clowns thérapeutiques	10h20 Musique avec Agnès Boisvert 12 :45 à 13h45 Martine et Krystel 14h30 : Quizz à l'extérieur	AM Promenades et temps extérieur, réminiscence de souvenirs 11h30 Dîner sandwich aux tomates
23	24	25	26
10h15 Musique avec Jacques Bourdeau 	<i>Congé Marie</i>	<i>Marie soir</i> PM Activités individuelles Souper dehors	<i>Marie soir</i> Collation PM Bar à sucreries glacées Après souper : jeux de table 
30	31		
10h30 Musique avec Francine Morin 	9h30 à 11h30 Clowns thérapeutiques 14h30 Jeu de boula		

Centre d'hébergement de Bedford

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
		<u>1</u>
		<i>Jeux disponibles dans les armoires</i>
<u>6</u> <u>10h15</u>  <u>PM</u> Temps extérieur et collation aux bleuets	<u>7</u> <u>10h30</u> Exercices avec Marie <u>13h00 à 15h30</u> Zoothérapie	<u>8</u> <i>Jeux disponibles dans les armoires</i>
<u>13</u> <u>10h15</u>  <u>13h30</u> Recette avec bleuets frais	<u>14</u> <u>10h15</u> Exercices avec Marie <u>11h00</u> : Jeu cognitif	<u>15</u> <u>10h45</u> Dîner fête d'été dehors (maïs, hot-dog, mocktail et dessert glacé)  
<u>20</u> <u>10h15</u>  <u>14h30</u> Peinture collective	<u>21</u> <u>10h15</u> Exercices avec Marie <u>11h00</u> : Jeu cherche et trouve bientraitance <u>13h00 à 15h30</u> Zoothérapie	<u>22</u> <i>Jeux disponibles dans les armoires</i>
<u>27</u> <u>10h15</u>  <u>PM</u> Arbre peinture bientraitance	<u>28</u> <u>10h30</u> Exercices avec Marie	<u>29</u> <u>11h00</u> : Danse sur chaise <u>PM</u> Jeu de cible Mini cerceau-cône Verre à verre Mélange-balles

Août



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'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...

Jo-Annie Gagnon et Marie Couture, TES
450 248-4304, poste 64023
bedfordloisirs.cssl16@ssss.gouv.qc.ca



é par la Di
luation, de