

Mars 2026



Mon milieu de vie EXPRESS

Centre d'hébergement de
Bedford

N'hésitez pas venir accompagner vos proches lors des beaux spectacles durant le mois et à tous autres moments du mois, bien sûr 😊

*** À noter que je (Marie) serai en vacances du 2 au 9 mars. Je serai de retour le 10 mars. Les bénévoles viendront vous rendre visite au minimum 1 fois par jour lors de cette période.*

Merci beaucoup et bon mois de mars à vous tous !

Calendrier d'activités – Mars 2026

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI
<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>
10h00 Jeu de poches Visite des bénévoles	10h00 Musique avec Jacques Bourdeau PM Visites d'amitié avec les bénévoles	AM Cerceau cône et ballon exercices	
<u>8</u>	<u>9</u>	<u>10</u>	<u>11</u>
10h00 Connect 4 14h30 Lancer du frisbee	9h30 à 11h30 Clowns thérapeutiques 15h30 Jeu de golf avec Mario (bénévole)	10h15 Musique avec Agnès Boisvert 12:45 à 14h00 Martine et Kristel marionnette	10h30 Spectacle de la SAMS 14h30 Jeu de cible
<u>15</u>	<u>16</u>	<u>17</u>	<u>18</u>
10h15 Accordéon avec Léon Blais PM Attrape objets	10h30 Exercices avec foulards 15h30 O.K.O	St-Patrick : On met du vert 10h15 Musique avec Agnès Boisvert 15h00 Photoshoot St-Patrick + quizz et lancer du ballon-trèfle	10h00 Bricolage avec récolte des générations et groupe 4 ans CPE
<u>22</u>	<u>23</u>	<u>24</u>	<u>25</u>
10h00 Musique avec Jacques Bourdeau	9h30 à 11h30 Clowns thérapeutiques Fin pm et après souper Chromino petits groupes et petites activités individuelles	10h30 Messe PM Hockey sur table	10h00 Spag-balloune 13h15 Recette à confirmer
<u>29</u>	<u>30</u>	<u>31</u>	
On met du carroté 10h15 : Musique country / rétro avec Francine Morin 14h00 Dégustation produits d'érable Thématique cabane à sucre	10h30 Exercices avec objet PM Ate lier sur différentes odeurs	10h15 Musique avec Agnès Boisvert PM Visite des enfants de 1^{ère} année	



Centre d'hébergement de Bedford

JEUDI 5	VENDREDI 6	SAMEDI 7
10h15  (avec les bénévoles)	AM Visite d'amitiés avec les bénévoles 13h00 à 15h30 Zoothérapie	10h00 Jeu de mémoire 14h30 Tournoi de pétanque 19h00 : Émission « En direct de l'univers » à Radio-Canada
12	13	14
10h00  14h30 Soccer avec pieds géants	10h15 Danse swing et informations sur le type de danse PM Peinture de St-Patrick	10h00 : Super quiz 14h30 : Course de chevaux 19h00 : Émission « En direct de l'univers » à Radio-Canada
19	20	21
10h00  14h30 Hockey-balle	10h15 Exercices + Remue-méninge PM Bricolage thème Pâques	10h00 Ballon 14h30 Yatzee en petits groupes 19h00 : Émission « En direct de l'univers » à Radio-Canada
26	27	28
10h15  spécial résidents	9 à 11h30 Zoothérapie 14h00 Chorale voix du bonheur	10h00 La malle des souvenirs 14h30 Quilles Finladaises 19h00 : Émission « En direct de l'univers » à Radio-Canada
	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.

Mars





**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...

Jo-Annie Gagnon et Marie Couture, TES
450 248-4304, poste 64023
bedfordloisirs.cssslp16@ssss.gouv.qc.ca