

Septembre 2026



Mon milieu de vie **EXPRESS**

Centre d'hébergement de Bedford



Bon mois de septembre à tous!

Les rénovations commencent déjà le mois prochain (octobre). Soyez sans crainte, nous nous assurerons de la sécurité et du bien-être des résidents et des employés. Il est possible que certaines activités se déroulent au sous-sol à partir d'octobre afin d'offrir des moments plus calmes (moins de bruits) aux résidents.

*Prendre note que Jo-Annie est de retour 1 journée/semaine, soit les dimanches.
Marie demeure toujours à temps plein.*

Calendrier d'activités – Septembre 2026

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI
1		1	2
		10h20 L'objet musical souvenir 11h30 Dîner sandwichs aux tomates (<i>groupe 3</i>) PM : Temps extérieur	10h15 Passe le haricot PM Jeux de société en sous-groupes
6	7	8	9
10h15 Super Quiz 15h00 Ballon	<i>Marie congé férié</i> 10h15 Pétanque avec Mario 13h30 à 15h30 Clowns thérapeutiques	<i>Marie soir</i> 10h30 Musique avec Agnès Boisvert 15h00 Jeu de quilles Après souper Activités individuelles	10h30 Jeu de poches PM Jeu cherche et trouve bientraitance + peinture fleur bientraitance
13	14	15	16
10h15 La malle des souvenirs 15h00 Course de chevaux	<i>Marie réunion AM et co-développement PM avec collègues Pommeraie</i> <i>Peinture à l'eau avec préposés lorsqu'ils sont disponibles</i>	<i>Marie soir</i> 14h30 Quizz images parties de la pomme + dégustation + peinture avec parties de la pomme Après souper Cible + poches	10h30 Parachute ballon et ballon-panier PM Jeu de cible
20	21	22	23
10h15 Lancer du disque 15h00 Jeu de dés	<i>Marie soir</i> 9h30 à 11h30 Clowns thérapeutiques 15h30 Badminton Après souper : Activités individuelles	10h30 Musique avec Agnès Boisvert 12 :45 à 13h45 Martine et Krystel marionnettiste	10h15 Recette avec pommes 13h30 Café rencontre avec Nadine
27	28	29	30
10h15 Connect 4 PM Activités individuelles et petits groupes	<i>Marie soir</i> 14h45 Bingo bientraitance Après souper : Activités individuelles	11h00 Exercices (<i>Bougeons avec Dale-véo</i>) PM Ménage bacs à fruits et légumes jardin terrasse	10h15 Recette croustade aux pommes PM Mini cerceau-cône, mélange balles



Centre d'hébergement de Bedford

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
3 10h15  PM Peinture collective / mosaïque	4 10h30 Exercices avec foulards <i>(Bougeons avec Dale-vidéo)</i> 13h00 à 15h30 Zoothérapie	5 10h15 Musique avec Jacques Bourdeau 
10 10h15  PM Suite fleur bientraitance	11 10h30 Exercices avec nouilles de piscines et tubes musicaux <i>(Bougeons avec Dale-vidéo)</i>	12 10h15 Accordéon avec Léon Blais 
17 10h15  13h30 Cerceaux-poches	18 10h30 Exercices avec Marie + jeu cognitif retour sur la pomme 13h00 à 15h30 Zoothérapie	19 10h15 Musique avec Jacques Bourdeau 
24 10h15  <i>PM : Marie formation</i>	25 <i>Marie congé</i> 10h15 Pétanque avec Mario	26 10h30 Musique avec Francine Morin 
	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

Septembre





La saison des pommes au Québec est un moment privilégié pour reconnecter avec la nature, savourer des produits locaux et partager des moments en famille. Que vous soyez nostalgique de votre enfance ou fier de soutenir les traditions locales, il y a toujours une bonne raison de visiter un verger et de profiter de la richesse de cette saison.

Source : La saison des pommes: calendrier de récolte | Rougemont

À faire cette délicieuse recette de tarte aux pommes !

TARTE AUX POMMES DE ROLAND

INGRÉDIENTS

- 400 g de farine
- 100 g de beurre non salé à température pièce
- 100g de sucre
- 1 oeuf
- 1 c. à s. d'eau
- 1 pincée de sel
- 6-7 pommes de gros calibre (Rosinette et Passionata donnent de très bons résultats, ajuster la quantité si elles sont petites)
- beurre et sucre au goût
- confiture à l'abricot (facultatif)

Préchauffer le four à 375F

- Découper le beurre en petits cubes.
- Mettre la farine et le sucre dans un bol. Ajouter les cubes de beurre et mélanger rapidement avec les mains.
- Ajouter l'œuf et environ une cuillère à soupe d'eau (ajuster la quantité si nécessaire) et mélanger pour faire une boule de pâte uniforme.
- Rouler la pâte et la déposer dans un moule préalablement beurré.
- Découper les pommes en fines tranches. Les faire cuire dans une poêle avec du beurre et un peu de sucre, si désiré, jusqu'à ce qu'elles soient bien caramélisées.
- Laisser les pommes tiédir puis les disposer sur la pâte à tarte. Glacer avec la confiture d'abricot si souhaité.
- Cuire environ 25 minutes. La tarte se sert aussi bien froide que chaude!