Décembre 2026



Mon milieu de vie EXPRESS

Centre d'hébergement de Cowansville



Je veux prendre quelques minutes pour vous remercier de votre confiance et de vos bons mots. Cette année a été bien remplie et ponctuée de nombreuses belles activités.

J'aimerais également que vous preniez un moment pour remercier ma merveilleuse équipe de bénévoles. Sans leur aide précieuse, plusieurs de ces activités n'auraient pas pu avoir lieu. Leur dévouement, leur générosité et leur présence sont inestimables.

En cette période des Fêtes, prenez aussi le temps de ralentir, de profiter de chaque instant et de rendre visite à vos proches. On ne sait jamais ce que demain nous réserve, alors chaque visite, chaque sourire et chaque moment partagé sont précieux.

Je vous souhaite un merveilleux temps des Fêtes rempli de joie, de douceur et de beaux moments auprès de ceux que vous aimez.

Joyeuses Fêtes à tous !

Calendrier d'activités – Décembre 2026

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI
		1	2
		Décoration du centre au 3-4 	On porte du rouge Visite de la classe de maternelle de Marie-Julie Bricolage 10 :30 Spectacle Francine Morin 14 :00
6	7	8	9
Activité avec les résidents et les préposées Activité musicale avec Natalia pour les résidents et leurs proche 13 :30	Activité avec les résidents et les préposées 	Yoga avec Josée et Sylvie 10 :30 Chanson avec Caroline Devost 13 :30 MVA-2 Activité causerie avec Aleyna 13 :30	On porte du vert Spectacle Yves Gagnon 14 :00 Visite de Martine et Krystel 14 :30-15 :45 Mva-2
13	14	15	16
Activité avec les résidents et les préposées En piano avec Charly-Ann MVA-2 17 :30	Activité avec les résidents et les préposées Spectacle de Réjean Falardeau 14 :00	Visite des Clowns de Noël 9 :30-11 :30 MVA-2 École les colibris en visite 10 :30 Spectacle le chœur des Armand 14 :00	On porte de l'argent ou or Visite de la classe de maternelle de Claudia Bricolage 10 :30 Spectacle de Noël de Lili et Dan 14 :00
20	21	22	23
Activité avec les résidents et les préposées 	Chansons avec les élèves de curé a petit à 14 :00-14 :30 Souper de Noël pour les résidents du MVA et 3 avec leurs familles sur réservation 17 -19 :00	Yoga avec Josée et Sylvie 10 :30 Chanson avec Caroline Devost 13 :30 3-4	Activité avec les résidents et les préposées Souper de Noël pour les résidents du 2-4 avec leurs familles sur réservation 17 -19 :00
27	28	29	30
Activité avec les résidents et les préposées En piano avec Charly-Ann MVA-2 17 :30	Activité avec les résidents et les préposées	Visite des Clowns du jour de l'an 9 :30-11 :30 3-4 Activité avec les résidents et les préposées	Activité avec les résidents et les préposées

Centre d'hébergement de Cowansville

Décembre



JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
3	**4**	**5**
Bouge avec Dale 10 :30 Visite de Noel de Martine et Krystel 3-4 13 :00-14 :15 Bingo 14 :00	Spectacle Paule Morin 13 :30	Activité avec les résidents et les préposées 
10	**11**	**12**
Zoothérapie de noël 9 :30 MVA-2 Bingo 14 :00	Classe de m. Etienne colorions la vie ensemble 10 :45 Spectacle la voix du Bonheur de Noël 14 :00	Spectacle Diane Mailloux 14 :00
17	**18**	**19**
Zoothérapie de Noël 9 :30 3-4 Bingo 14 :00	Activité avec les aie de maternelle classe Annick 10 :30 Célébration de Noël 14 :00	Activité musicale avec Natalia pour les résidents et leurs proche 13 :30
24	**25**	**26**
Collation de Noël en pm On porte des gilets de Noël Spectacle avec Paul-André Dupont sur les étages à partir de 13 :00	Joyeux Noël Visite des familles 	Activité avec les résidents et les préposées 
31		
Activité avec les résidents et les préposées		
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.



Voilà un défi sur les contes de Noël

Associez le bon auteur au bon conte!

1 **Ernst Theodor Amadeus Hoffmann (1776-1822)**
2 **Hans Christian Andersen (1805-1875)**
3 **Honoré Beaugrand (1848-1906**

La chasse-galerie

« Pour lors que je vais vous raconter une rôdeuse d'histoire, dans le fin fil ; mais s'il y a parmi vous autres des lurons qui auraient envie de courir la chasse-galerie ou le loup-garou, je vous avertis qu'ils font mieux d'aller voir dehors si les chats-huants font le sabbat, car je vais commencer mon histoire en faisant un grand signe de croix pour chasser le Diable et ses diablotins. J'en ai eu assez de ces maudits-là dans mon jeune temps.

A

La petite fille aux allumettes

« L'enfant prend une troisième allumette, et elle se voit transportée près d'un arbre de Noël, splendide. Sur ses branches vertes, brillaient mille bougies de couleurs : de tous côtés, pendait une foule de merveilles. La petite étendit la main pour saisir la moins belle : l'allumette s'éteint. L'arbre semble monter vers le ciel et ses bougies deviennent des étoiles. »

B

Casse-noisette

«C'est le soir de Noël, chez Franz et Marie. Ils attendent la visite de leur oncle Drosselmeyer.

Le voilà qui arrive ce soir-là avec trois nouveaux incroyables petits automates et, il sort de sa poche, une sorte de poupée en bois, droit comme un petit soldat, avec une grande bouche qui sert de casse-noisette, tout simple. Les enfants regardent ces nouveautés et Marie prend le casse-noisette pour voir de près comment il fonctionne.

C



RÉPONSES

1. C
2. B
3. A

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…

Annie Arès, éducatrice
450-266-4301, poste 64322