

Juillet 2026



Mon milieu de vie EXPRESS

**Centre d'hébergement de
Farnham**

Bonjour chers membres de famille,

Nous sommes heureux d'annoncer le retour de l'activité **Vélo sans âge** pour une troisième année, en collaboration avec l'organisme **Le Phare**.

Les résidents pourront profiter de balades en cyclo-pousse électrique sur les pistes cyclables près du Centre d'hébergement. Chaque sortie est accompagnée d'un bénévole formé ou d'un intervenant qui veille au confort et à la sécurité du résident.

Période des activités :

- Tous les mercredis, du 8 juillet au 30 septembre
- Départs à 10 h, 10 h 45 ou 11 h 30
- Durée approximative : 20 minutes



La sécurité demeure notre priorité et l'admissibilité pourra être réévaluée au besoin.

Votre autorisation est requise avant qu'un résident puisse participer.

Un courriel sera envoyé prochainement aux familles des résidents répondant aux critères de participation.

Merci de votre collaboration.


Calendrier d'activités Unité 1 – Juillet 2026

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI
<p style="color: #e91e63;">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.</p> <div style="text-align: center;">  </div>			1
5	6	7	8
<p>14h On sort dehors, Mots trouvés (GH, 1^{er}-2^{ième}), À l'extérieur </p>	<p>10h00 Cherche et trouve (1^{er}-2^{ième}) – Salle commune du 2^{ième} ou extérieur</p> <p>14h Bingo (1er et 2ième) – Salle commune du 2ième</p>	<p>10h Messe (1^{er}-2ième) – Salle commune du 1^{er}</p> <p>12h Diner à l'extérieur (1er)</p>	<p>10h À VÉLO SANS ÂGE en partenariat avec Le phare (Sur inscription, selon les capacités du résident)</p> <p>14h45 Zumba (1er- 2ième) – Salle commune du 1er</p>
12	13	14	15
<p>11h Spectacle troubadour avec Liana Adam (1^{er}) – Salle commune et chambre</p>	<p>10h Pétanque (1er et 2ième) – Salle commune du 1er</p> <p>14h Bingo (1er et 2ième) – Salle commune du 2ième</p>	<p>14h On sort dehors, activité discussions (1^{er} -2^{ième}), À l'extérieur</p>	<p>10h À VÉLO SANS ÂGE en partenariat avec Le phare (Sur inscription, selon les capacités du résident)</p> <p>14h45 Zumba (1er- 2ième) – Salle commune du 1er</p> <p>15h30 On sort dehors, activité discussions (1^{er} -2^{ième}), À l'extérieur</p>
19	20	21	22
<p>11h00 Quiz sur les inventions – Salle commune du 2^{ième} ou extérieur</p> <p>14h On sort dehors, activité discussions (1^{er} -2^{ième}), À l'extérieur</p>	<p>10h00 Le prix est juste (1^{er}-2^{ième}) – Salle commune du 2^{ième} ou extérieur</p> <p>14h Bingo (1er et 2ième) – Salle commune du 2ième</p>	<p>10h Messe (1^{er}-2ième) – Salle commune du 1^{er}</p> <p>14h Après-midi Hawaïenne (collation, breuvage, musique, photoboot) (GH- 1^{er}-2ième) – À l'extérieur</p>	<p>10h À VÉLO SANS ÂGE en partenariat avec Le phare (Sur inscription, selon les capacités du résident)</p> <p>14h45 Zumba (1er- 2ième) – Salle commune du 1er</p>
26	27	28	29
<p>11h Spectacle troubadour avec Gaetan Bergevin (1^{er}) – Salle commune et chambre</p>	<p>10h Contes et légendes (1er et 2ième) – Salle commune du 2ième</p> <p>14h Bingo (1er et 2ième) – Salle commune du 2ième</p>	<p>14h Kermesse (1^{er}-2ième) – Salle commune du 1^{er}</p>	<p>Soir 9h45-18h00</p> <p>10h À VÉLO SANS ÂGE en partenariat avec Le phare (Sur inscription, selon les capacités du résident)</p> <p>14h45 Zumba (1er- 2ième) – Salle commune du 1er</p> <p>15h30 On sort dehors, activité discussions (1^{er} -2^{ième}), À l'extérieur</p>

LÉGENDE : Activité réalisée par : Personnel des soins ou autres ♦ Bénévole ♥ Contractuel ☺

Centre d'hébergement de Farnham

Juillet

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
2	3	4
<p>14h Fabrication de bombes fleurales(1er et 2^{ième}) Sous la pergolas</p>	<p>10h Groupe d'exercices (1^{er}-2^{ième}) – Salle commune 1^{er}</p> <p>14h Club de Lecture (1^{er}-2^{ième}) – Salle commune 2^{ième}</p>	<p>Matériel disponible dans l'armoire au commun de l'unité (jeux de société, coloriage, musique, DVD, matériel d'exercices)</p>
9	10	11
<p>10h Zoothérapie avec Marie-Josée (1er)- Salle commune et chambre</p> <p>14h Après-midi Sundae (ULD-MVA-1^{er}-2^{ième}) – Cour extérieur</p>	<p>10h Visite des clowns thérapeutiques (1er) – Salle commune et chambre</p>	<p>Matériel disponible dans l'armoire au commun de l'unité (jeux de société, coloriage, musique, DVD, matériel d'exercices)</p>
16	17	18
<p>14h Lave-o-mousse (ULD-MVA-1^{er}-2^{ième}) – Cour extérieur</p>	<p>10h Groupe d'exercices (1^{er}-2^{ième}) – Salle commune</p> <p>14h Course de chevaux (1^{er}-2^{ième}) – Salle commune</p>	<p>Matériel disponible dans l'armoire au commun de l'unité (jeux de société, coloriage, musique, DVD, matériel d'exercices)</p>
23	24	25
<p>14h15 Spectacle d'Yves R. (1er-2^{ième}) – Salle commune du 1^{er}</p>	<p>Matériel disponible dans l'armoire au commun de l'unité (jeux de société, coloriage, musique, DVD, matériel d'exercices)</p>	<p>Matériel disponible dans l'armoire au commun de l'unité (jeux de société, coloriage, musique, DVD, matériel d'exercices)</p>
30	31	
<p>10h Zoothérapie avec Marie-Josée (1er)- Salle commune et chambre</p> <p>10h Activité intergénérationnel avec le camp de jour de Farnham (1^{er}-2^{ième}-ULD) – Salle commune</p> <p>14h Lancer sur cible (1^{er}-2^{ième}) – Salle commune</p>	<p>10h Groupe d'exercices (1^{er}-2^{ième}) – Salle commune</p> <p>11h Bingo (ULD-MVA) – Salle commune du ULD</p> <p>14h YUM (1^{er}-2^{ième}) – Salle commune</p>	

Cet horaire peut être sujet à changement, selon les ressources disponibles.





Voici des charades qui seront vous divertir, et ce, sous le thème de l'été au Québec :

Mon premier est une conjugaison du verbe «aller»;
Mon deuxième est un club pour enfants pendant les vacances;
Mon troisième est un mot de deux lettres qui se place devant un verbe;
Mon tout désigne ce que les travailleurs attendent toute l'année.

Mon premier est un synonyme du mot endroit;
Mon deuxième est la somme du nombre d'année de vie d'une personne;
Mon tout est un endroit où il fait beau de se détendre au soleil.



Réponse : Vacances / Plage

**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...

Alexandra Dorais, technicienne en éducation spécialisée 450 293-3167, poste 64730

Jennifer Ann Turgeon, technicienne en loisirs 450-293-3167, poste 64739