Décembre 2026



Mon milieu de vie EXPRESS

Centre d'hébergement de Richmond



Citation du mois : *«On n'est jamais heureux que dans le bonheur qu'on donne. Donner c'est recevoir. »*
L'Abbé Pierre.

Le temps des Fêtes est à nos portes! Que la magie de Noël vous enveloppe de sa douceur, que votre famille vous couvre de tendresse et que l'esprit des Fêtes illumine votre milieu de vie!

Pour la période des fêtes, voici les activités à ne pas manquer :

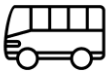
- Les élèves de l'**école secondaire anglophone** viendront nous voir le 4, 17 et 22 décembre!
- 9 décembre : Sortie en autobus au restaurant. **Inscription obligatoire.** Les accompagnateurs sont les bienvenus!
- 10 décembre : Les enfants de la garderie «Pop Soleil» viendront chanter. Résidents, employés et famille, vous êtes invités à mettre votre plus beau **pyjama** pour cette journée spéciale!
- 17 décembre : Résidents, familles et employés c'est le moment de sortir votre **chandail de Noël** fétiche!
- 22 décembre : **Spectacle de Noël** avec musique et gourmandises pour tous. Venez vous remplir le cœur de bonheur!
- Repérez sur le calendrier ce logo,  il vous indique les chansonniers qui viendront faire vibrer vos oreilles.

Vous trouverez sur votre unité un mot caché géant sur la bientraitance à faire seul, avec vos proches ou un employé.

En ce joyeux temps des fêtes, nous vous invitons à vous laisser imprégner de cette joie communicative, à participer aux activités et à profiter des petits plaisirs qui vous seront offerts!

Léa Joly-Bonsant et Yanfei Laplante

Calendrier d'activités – Décembre 2026

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI
		1	2
		Zoothérapie : 9h30 : 1er 10h30 : 2e 13h30 : Dansons ensemble, au 1er 17h00 : Bingo musical de Noël, au 2e	10h00 : Bingo avec Leeana 
6	7	8	9
10h00 : Messe télévisée, poste 101	10h00 : Club de lecture, au 2e 13h30 : Tape la balloune, au 1er	14h00 : On bouge, au 2e 17h00 : Chants des Fêtes, au 1er	10h00 : Bingo avec Leeana  Sortie au restaurant  **(inscription obligatoire)**
13	14	15	16
10h00 : Messe télévisée, poste 101 10h00 : Musique de Sarah-Maude Dubuc, au 2e 	Cahiers de dessins disponibles dans les vivoirs	14h00 : Messe, au 2e 17h00 : Salle sensorielle en individuel, au 1er	10h00 : Bingo avec Leeana  14h00 : Tablier en folie au 1er «Sucre à la crème»
20	21	22	23
10h00 : Messe télévisée, poste 101 10h30 : Jeux de mots de Noël, au 2e PM : Beauté mobile	Zoothérapie : 9h30 : 1er 10h30 : 2e	10h00 : Spectacle de Noël au rez-de-chaussée  10h00 : Distribution de cartes de vœux par les élèves du secondaire de l'école anglophone	10h00 : Imabingo de Noël 13h30 : On bouge, au 1er
27	28	29	30
10h00 : Messe télévisée, poste 101 9h30 à 11h30 : Massothérapie avec Nathalie Blouin,	Disques de musique et films disponibles sur les unités.	14h00 : Musique Yves Gagnon, au 1er  17h00 : Chantons ensemble, au 2e	10h00 : Bingo avec Leeana  PM : Petits plaisirs

Centre d'hébergement de Richmond

Décembre

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
3	**4**	**5**
10h00: Exercices avec les bénévoles, au 2e 10h00 : Ballon, au 1er 13h30 : Mandala de Noël, au 2e	10h00 : Décorations de Noël (avec l'école anglophone) 13h00 : Mandala de Noël, au 1er	10h00 : Céline Rivard à l'accordéon, au vivoir d[illegible]er 19h00: EN DIRECT DE L'UNIVERS
10	**11**	**12**
Journée Pyjama 10h00 : Chorale de Noël des enfants de la garderie «Pop Soleil» 13h30 : Mini quilles, au 1er	10h00 : Quiz sur le temps des Fêtes 13h00 : Confection de cartes de vœux, au 2e	19h00 : EN DIRECT DE L'UNIVERS avec gourmandises, par l'équipe de soir
17	**18**	**19**
Journée chandail de Noël 10h00: Exercices avec les bénévoles, au 2e 11h30 : Dîner chorale (avec l'école anglophone) au rez-de-chaussée	10h00 : Bouger pour mieux vieillir 13h30 : Cinéma et maïs soufflé : Film de Noël classique à chaque unité	Musique avec Alexane 9h30 : 1er 10h15 : 2e 19h00 : EN DIRECT DE L'UNIVERS
24	**25**	**26**
10h00 : Coloriages de Noël disponibles dans les vivoirs 18h00 : Cahiers de chansons de Noël disponibles dans les vivoirs	**13h30 :** Contes et paroles de chansons classiques traditionnelles affichées sur les unités 	Livres et albums disponibles dans les vivoirs
31		
Musique de Noël traditionnelle dans les unités		



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…

Yanfei Laplante, technicienne en éducation spécialisée
Léa Joly-Bonsant, éducatrice
819-542-2777 poste 55195, local 1142