

Mars 2026



Mon milieu de vie EXPRESS

Centre d'hébergement de Richmond



Je vous souhaite à tous un merveilleux mois de mars!

Tout d'abord, je vous invite à la prestation de la chorale la Farandole de Racine qui a aura lieu le samedi 7 mars prochain à 14h00 au vivoir du 2^e étage.

Pour la Saint-Patrick, je vous invite à une prestation de violon par le musicien Olivier St-Jean du Centre d'art de Richmond. Notez que la prestation sera de 14h00 à 15h00 et que des breuvages seront servis.

Enfin, j'ai le plaisir de vous annoncer que des étudiants en troisième année du programme de kinésiologie de l'Université de Sherbrooke viendront faire bouger nos résidents dans le but de promouvoir l'activité physique chez les aînées.



UNIVERSITÉ DE
SHERBROOKE

Calendrier d'activités – Mars 2026

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI
1 10h00 : Messe télévisée dans tous les vivoirs. 14h00 : Cartables d'images d'animaux, au vivoir	2 11h00 : On décore la résidence pour la Saint-Patrick 13h30 : Bricolages de la Saint-Patrick, au vivoir du 2 ^e	3 10h00 : Quiz musical thématique «Musique québécoise» traditionnelle 13h30 : Tire à l'arc, au vivoir du 1 ^{er} .	4 10h00 : Bingo  13h30 : Jeux de cartes divers (Uno, Skip Bo etc), au vivoir du 2 ^e
8 Jasettes et cafés/chocolats chauds 8h00 : 1 ^{er} étage 10h00 : 2 ^e étage 14h00 : Célébrons la Journée de la femme	9 10h00 à 12h00 On bouge avec les étudiants en Kinésiologie de l'Université de Sherbrooke Cabane à sucre mobile à la résidence	10 Zoothérapie 9h30 : Vivoir du 1 ^{er} . 10:30 : Vivoir du 2 ^e 13h30 : La pétanque, au vivoir du 1 ^{er} .	11 10h00 : Bingo 
15 Journée de la sensibilisation pour la bientraitance envers les personnes âgées Tous les résidents et le personnel s'habillent en mauve!	16 13h30 : Sabrina Tremblay à la flûte traversière  16h00 : Activité de bientraitance « Mythes ou réalité»	17 10h00 Messe 14h00 à 15h00 : Olivier St-Jean au violon Bières vertes servies St-Patrick	18 10h00 : Bingo  13h30 : Atelier culinaire avec les tabliers en folie, local 1134, tarte au sucre
22 9h30 à 11h30 : Musique de Sarah Maude Dubuc aux chambres. 	23 11h00 : Activités individuelles à la chambre 14h00 Musique de Yves Gagnon, vivoir du 2 ^e étage	24 10h00 La petite école (questions de connaissances générales) 13h30 : Salle sensorielle pour tous, local 1327	25 10h00 : Bingo  13h30 : Lecture du journal de Richmond 1954, au vivoir du 2 ^e
29 9h30 à 11h30 : Massothérapie par Nathalie Blouin à la chambre 14h00 : Casse-têtes dans les vivoirs	30 11h00 : Activités individuelles à la chambre 13h30 : Quilles géantes au vivoir du 1 ^{er} .	31 9h30 : Zoothérapie, salon au 1 ^{er} 10h30 : Zoothérapie au vivoir du 2 ^e 	

Centre d'hébergement de Richmond

Mars

JEUDI 5	VENDREDI 6	SAMEDI 7
10h00 : Exercices avec les bénévoles, Micheline et Normande 13h30 : Tape la balloune! Vivoir du 1 ^{er}	<u>Toute la journée :</u> Parcours sur les chats <u>Toute la soirée : À consulter</u> Cahiers de chansons «La bonne chanson».	11h00 : Visites amicales aux chambres 14h00 : Chorale la Fanrandole de Racine Au-rez-de-chaussée
12	13	14
10h00 : Exercices avec les bénévoles, Micheline et Normande 13h30 : Musique et swing, au vivoir du 1 ^{er}	<u>Toute la journée :</u> Informations sur la bienveillance disponibles dans les vivoirs	11h00 Céline Rivard à l'accordéon au vivoir du 1 ^{er} 
19	20	21
10h00 : Exercices avec les bénévoles, Micheline et Normande  13h30 : La malle aux souvenirs, au vivoir du 2 ^e	<u>Toute la journée :</u> Parcours sous le thème du Chocolat <u>Toute la soirée :</u> Cadre photos de Richmond des années 80	10h00 : Revues diverses disponibles en consultation aux vivoirs de la résidence
26	27	28
10h00 : Exercices avec les bénévoles, Micheline et Normande 	10h00 : Cardio sur chaise 13h30 : Cinéma et maïs soufflé : Film Mama Mia 	10h00 : Cahiers de chansons «La bonne chanson», disponibles dans les vivoirs
 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.



Rébus (1)





















Réponse : Citron-Cartable-Clairon-Vernis-Portefeuille-Chalet-Pinceau-Page-Chapeau-Fauteuil