Novembre 2026



Mon milieu de vie EXPRESS

Centre d'hébergement de Richmond



Citation du mois de Gilles Vigneault: « Novembre est un beau moi, mais il faut aimer le gris »

C'est probablement pour égayer ce mois que du 8 au 14 novembre nous célébrons «Le loisir en institution» comme outil permettant d'améliorer la qualité de vie. La thématique pour une 2e année consécutive est : le loisir, c'est ma nature! Donc, au cours du mois, vous pourrez retrouver des activités en lien avec les éléments suivants: l'air, l'eau et la terre.

Envie d'un moment en musique? Repérez le logo musical sur le calendrier pour découvrir les activités musicales prévues ce mois-ci! 

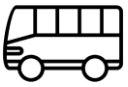
Également, nous sortirons t le 10 novembre pour un dîner au restaurant Le moulin à Windsor. Attention, les places sont limitées et **l'inscription obligatoire**, de préférence une semaine à l'avance! Bienvenue aux membres des familles pour ce moment privilégié.

Novembre ne serait pas complet sans souligner la Semaine nationale des personnes proches aidantes. Nous profitons de cette occasion pour vous remercier sincèrement d'être présents. Même après l'entrée de votre proche en CHSLD, vous continuez de jouer un rôle essentiel dans son bien-être et sa qualité de vie. Votre présence fait une réelle différence auprès de nos résidents. Sachez que vous êtes toujours les bienvenus à vous joindre à nos activités de loisirs ou à nous donner un coup de main pour égayer le quotidien de vos proches!

Nous profitons, également, de cette page pour renouveler notre appel aux dons : Si vous avez des décorations de Noël, l'équipe loisir est preneuse !

Léa Joly-Bonsant et Yanfei Laplante

Calendrier d'activités – Novembre 2026

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI
1	**2**	**3**	**4**
10h00 : Musique de Gyslain Croteau au 2e 	10h00 : Quiz de l'eau au 2e 13h30 : On bouge au 1er	Zoothérapie : 9h30 : 1er 10h30 : 2e	10h00 : Bingo  PM : Décorations de Noël, étage 1
8	**9**	**10**	**11**
10h00 : Messe télévisée, poste 101 **Le rallye des oiseaux (air)**	10h00 : On bouge au 1er PM : Décorations de Noël, étage 2	**Sortie en autobus au restaurant Le moulin à Windsor**  **Inscription obligatoire**	**10h00 : Bingo inversé (eau)** PM : Petits plaisirs
15	**16**	**17**	**18**
1000 : Musique de Sarah-Maude Dubuc au 1er 	Sudoku et mots-cachés disponibles dans les vivoirs	Zoothérapie : 9h30 : 1er 10h30 : 2e 14h00 : Messe **17h30 : Bingo musical des animaux au 2e (terre)**	10h00 : Atelier de l'organisme «Dira» sur la bientraitance 
22	**23**	**24**	**25**
10h00 Messe télévisée, poste 101 10h00 : Alexane en musique au 1er  13h30 : Activités individuelles au 2e	Cahiers de chansons disponibles dans les vivoirs	Casse-têtes disponibles dans les vivoirs	10h00 : Bingo  13h30 : Tabliers en folie au 2e «Muffins choco-banane»
29	**30**		
10h00 : Messe télévisée, poste 101 9h30 à 11h30 : Massothérapie par Nathalie Blouin	10h00 : On bouge au 1er 14h00 : Musique Yves Gagnon 	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. 	

Centre d'hébergement de Richmond

Novembre

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
5	**6**	**7**
10h00: Exercices avec les bénévoles, 2e 10h00 : Jeu de poches au 1er 13h30 : Mandalas au 2e	10h00 : Quiz musical des années 1960 à 1980 au 2e 13h30 : Salon de thé au 2e	10h00 : Céline Rivard à l'accordéon, au vivoir du 1er 19h00 : EN DIRECT DE L'UNIVERS Avec gourmandises, par l'équipe de soir
12	**13**	**14**
10h00: Exercices avec les bénévoles au 2e 10h00 : Ballon en rond au 1er 13h30 : La petite école au 2e	10h00 : Activité découverte : Les parfums 13h30 : Casse-tête collectif	19h00 : EN DIRECT DE L'UNIVERS Avec gourmandises, par l'équipe de soir
19	**20**	**21**
10h00: Exercices avec les bénévoles 10h00 : Jeu de washers au 1er 13h30 : Fabrication de décorations de Noël	10h00 : Dansons ensemble 13h30 : Fabrication de décorations de Noël	10h00 : La farandole de Racine au 2e 19h00 : EN DIRECT DE L'UNIVERS Avec gourmandises, par l'équipe de soir
26	**27**	**28**
10h00: Exercices avec les bénévoles 10h00 : Balloune-minton au 1er 14h00 : Concert de la SAMS	10h00 : Décorations de Noël 14h00 : Cinéma et maïs soufflé. Film «Le Survenant»	19h00 : EN DIRECT DE L'UNIVERS Avec gourmandises, par l'équipe de soir



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



Jour du souvenir

I	V	T	D	É	F	E	N	D	R	E	O	Z	V
S	O	L	D	A	T	X	J	J	D	J	E	Z	É
K	A	R	M	I	S	T	I	C	E	O	D	F	T
K	U	C	K	C	M	W	S	J	J	U	S	H	É
Y	A	I	O	T	H	D	Y	L	V	R	O	J	R
N	R	D	H	Q	N	O	M	G	U	I	U	B	A
B	M	N	Y	G	U	N	B	W	I	Y	V	M	N
G	É	O	E	U	P	E	O	D	J	Y	E	A	T
P	E	V	W	O	Y	O	L	A	E	W	N	V	O
Y	X	E	J	E	W	V	E	I	R	K	I	O	F
W	N	M	Q	L	R	X	I	I	C	T	R	Z	H
X	N	B	N	J	G	R	E	S	E	O	A	Q	F
K	M	R	J	G	N	O	G	P	S	U	T	B	E
B	N	E	N	F	I	C	X	B	L	F	M	G	U

Les mots peuvent être cachés horizontalement, verticalement ou en diagonale.

Armistice	Armée
Coquelicot	Défendre
Jour	Novembre
Soldat	Souvenir
Symbole	Vétérant

Générateur de mots cachés | educol.net

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, technicienne en éducation spécialisée
819-542-2777 poste 55195, local 1142

Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Estrie – Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke
Québec