Novembre 2026



Mon milieu de vie EXPRESS

Centre d'hébergement de Sutton















<u>Voici les activités à ne pas manquer pour le mois de novembre ;</u>

- Jeudi le 5 novembre à 14h : Atelier de sonothérapie avec Marie-Hélène
- Vendredi le 6 et 20 novembre à 10h : Chorale avec Agnès
- Vendredi le 6 novembre de 13h à 15h : Massothérapie avec Barbara
- Vendredi le 13 novembre à 13h30 : Projet résonance, atelier musical pour les familles avec Natalia Théoret
- Vendredi le 20 et le 27 novembre à 17h : pièce de théâtre
- Mardi le 24 novembre de 13h à 15h : Massothérapie avec Barbara
- Vendredi le 27 novembre à 14h : Chorale *La voix du Bonheur*
- Samedi le 28 novembre de 9h45 à 11h15 : Musique avec Sarah-Maude sur les étages
- Dimanche le 29 novembre de 10h à 11h30 : Spectacle de Stéphanie Néron
- Lundi le 30 novembre à 13h30 : Projet résonance, atelier musical pour les familles avec Natalia Théoret

Calendrier d'activités – Novembre 2026

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI
1	**2**	**3**	**4**
8 : 30 à 10 : 00 Chariot d'activité de loisirs individuels avec Claire – Sur les unités **13 :30** Atelier avec Annabelle – unité 1	**10 : 00** Individuel avec Véronique **13 : 30** Bricolage avec Annabelle – Unité 2 **18 :00** Cerveau actif avec Annabelle – unité 1	**10 : 00** Bingo dans la grande salle **13 : 30** Zoothérapie avec Isabelle – Unité 1 et 2 **18 : 00** Poupées thérapeutiques – MVA	**10 : 00** Activité physique avec Annabelle – Unité 2 **14 : 00 à 15 : 00** Distribution de chocolats chauds avec Véronique – Unité 0 et MVA **Soirée** Visite d'Isabelle – unité 1
8	**9**	**10**	**11**
Activités avec PAB accompagnateur – armoire des loisirs **BONNE SEMAINE DU LOISIR (8 AU 14 NOVEMBRE)**	**10 : 00** Bricolage thématique nature avec Annabelle – Unité 2 **13 : 30** Cuisine avec Annabelle – Unité 1	**10 : 00** Bingo thématique nature dans la grande salle **13 : 30 à 15 : 30** Clowns thérapeutiques – Unité 2 et MVA **18 : 00** Stimulation/relaxation sensorielle – MVA	**10 : 00 à 11 : 15** Visite Martine et Krystel – Unité 0 et MVA **13 : 30** Visite de de deux artistes pour la création du projet la libellule et l'urubu **Soirée** Visite d'Isabelle –unité 1
15	**16**	**17**	**18**
Activités avec PAB accompagnateur – armoire des loisirs	**10 : 00** Cerveau actif avec Annabelle – Unité 2 **14 : 00** Cinéma avec Annabelle **14 : 00** Jeux de ballon en groupe avec Véronique – Unité 0	**10 : 00** Bingo dans la grande salle **13 :30** Zoothérapie avec Isabelle – Unité 0 et MVA	**10 : 00** O.K.O **14 : 00 à 15 : 00** Distribution de chocolats chauds avec Véronique – Unité 0 et MVA **Soirée** Visite d'Isabelle –unité 1
22	**23**	**24**	**25**
Activités avec PAB accompagnateur – armoire des loisirs	**Annabelle vacances** **10 : 00** Bingo dans la grande salle **14 : 00** Fabrication de décorations de Noël avec Véronique – MVA	**Intervenantes à l'extérieur** **9 : 30 à 11 : 30** Clowns thérapeutiques – Unité 0 et 1 **13 : 00 à 15 : 00** Massothérapie avec Barbara – Unité 1 et 2	**Annabelle vacances** **16 :00** Prestation de casse-noisette par ballet - théâtre Sutton **Soirée** Visite d'Isabelle – unité 1
29	**30**		
8 : 30 à 10 : 00 Chariot d'activité de loisirs individuels avec Claire – Sur les unités **10 : 00 à 11 : 30** **Spectacle de cordes-à-vent avec Stéphanie Néron** **13 : 30** **Sortie au marché de Noël avec Annabelle - sur invitation**	**10 : 00** Fabrication de décorations de Noël avec Véronique – Unité 0 **13 : 30** Atelier musical avec Natalia – pour les familles **18 :00** Spa avec Annabelle - unité 1	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 Sutton

Novembre

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
5	**6**	**7**
10 : 00 OKO dans la grande salle **14 : 00** Atelier de sonothérapie avec Marie-Hélène	**10 : 00** Chorale avec Agnès  **13 : 00 à 15 : 00** Massothérapie avec Barbara – Unité MVA et 0	**10 : 00** Piano à la chambre avec Sébastian 
12	**13**	**14**
10 : 00 OKO dans la grande salle **14 : 30** Célébration de la parole – Unité 1 	**10 : 00** Jeux physiques avec Véronique – Unité 0 **13 : 30** Atelier musical avec Natalia – pour les familles **17 : 00 à 19 : 00** Présentation projet intergénérationnel thème de la nature avec Annabelle – sur invitation	**10 : 00** Piano à la chambre avec Sébastian **10 : 00 à 10 : 30** Distribution de chocolats chauds avec Véronique – Unité 0 et MVA **14 : 00 à 15 : 00** Manucure à la chambre avec Véronique – Unité 0 et MVA
19	**20**	**21**
14 :00 Activité chocolat chaud avec Annabelle – Unité 1 et 2 **14 : 00** Jeux de ballon en groupe avec Véronique – MVA ***Rencontre des familles***	**10 : 00** Chorale avec Agnès  **14 : 00** Individuel avec Véronique	**10 : 00** Piano à la chambre avec Sébastian 
26	**27**	**28**
Annabelle vacances **10 : 00** OKO dans la grande salle **14 : 30** Célébration de la parole – Unité 1 **14 : 00 à 15 : 00** Distribution de chocolats chauds avec Véronique – Unité 0 et MVA	**Annabelle vacances** **14 : 00 à 15 : 00** **Chorale *La voix du bonheur*** **17 : 00 à 19 : 00** Pièce de théâtre avec Véronique – sur invitation	**10 : 00** Piano à la chambre avec Sébastian – Unité 1 **9 : 45 à 10 : 30** Musique avec Sarah-Maude – dans l'unité 0 **10 : 30 à 11 : 15** Musique avec Sarah-Maude – dans l'unité MVA









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

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…

Véronique Gratton, Technicienne en éducation spécialisée #64844
Annabelle Viens, Technicienne en éducation spécialisée #64831
450-538-3332 Local MVA-24