

Décembre 2024



Mon milieu de vie EXPRESS

Centre d'hébergement Argyll  
5<sup>e</sup> étage

Joyeuses Fêtes

L'équipe des loisirs vous souhaite un merveilleux temps des fêtes rempli de joie et d'amour. Afin d'instaurer l'esprit des fêtes, nous prévoyons un grand marché de Noël, plusieurs concerts, la projection d'un film de Noël et les célébrations de fin d'année. Toutes les opportunités pour se rassembler et fêter ensemble sont bonnes!

**Marché de Noël** : Nous accueillerons près d'une quinzaine d'exposants locaux qui vendront des produits variés (aliments, artisanat, décorations...). Cet événement sera ponctué d'animation musicale, de concours, d'activités diverses, et de zooanimation.

## Calendrier d'activités – Décembre 2024

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI
1	2	3	4
<p>14h00 : Les boîtes à chansons avec le Duo So Cool</p> 	<p>10h00 : Activité avec les enfants de la garderie</p> <p>14h00 : Bingo </p>	<p>10h30 : Activités individuelles</p> <p>13h30 : Musique au salon avec Agathe Boissonneault</p>	<p>10h30 : Chorale de Noël de l'école Le Touret </p> <p>14h00 : Séance de photos de Noël!</p>
8	9	10	11
<p>14h00 : Les boîtes à chansons avec Marcel Goulet</p> 	<p>14h00 : Bingo </p> <p>18h00 : Po-Ke-No</p>	<p>10h30 : Activités individuelles</p> <p>13h30 : Piano au salon avec Serge Fournier</p>	<p>10h00 : Quiz musical de Noël</p> <p>14h00 : Concert de Noël avec la chorale de Sercovie</p>
15	16	17	18
<p>14h00 : Les boîtes à chansons avec Claude Lefebvre</p> 	<p>14h00 : Bingo </p> <p>18h00 : Remue-méninges</p>	<p>10h30 : Activités individuelles</p> <p>13h30 : Musique au salon avec Daniel Dubé</p>	<p>10h00 : Raquette-ballounes</p> <p>14h00 : Sortie au restaurant St-Hubert (inscription obligatoire)</p>
22	23	24	25
<p>10h00 : Pétanque </p> <p>14h00 : Quilles </p>	<p>14h00 : Bingo </p> <p>18h00 : Bûche de Noël, jasette et quiz de Noël</p>	<p>14h00 : Spectacle de Noël avec le «Duo So Cool» (1702)</p> 	<p style="text-align: center;"><i>Joyeux Noël</i></p> 
29	30	31	
	<p>10h00 : Récapitulatif de l'année!</p> <p>14h00 : On fête la nouvelle année avec du gâteau et du vin mousseux! (avec les résidents du 3<sup>e</sup> étage)</p>	<p>14h00 : Spectacle de musique avec Hugues Bergeron (1702)</p> 	

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

Centre d'hébergement Argyll – 5<sup>e</sup> étage

JEUDI 5	VENDREDI 6	SAMEDI 7
<p>10h30 à 15h00 :</p>  <p><b>Artisans, nourriture, animation, musique, et plus encore!</b></p>	<p>14h00 : Chantons ensemble!</p>  <p>18h00 : Curling</p>	
<p>12</p> <p>10h00 : Quilles</p>  <p>14h00 : Film de Noël : Le Sapin a des boules (salle 1702)</p>	<p>13</p> <p>10h00 : Pétanque</p>  <p>14h00 : On joue aux poches!</p>	<p>14</p> 
<p>19</p> <p>10h00 : On fait des biscuits sablés de Noël!</p>  <p>14h00 : Décoration des biscuits de Noël</p>	<p>20</p> 	<p>21</p> <p><b>12h00 : Brunch (œufs, bacon, patates, fèves au lard...)</b></p>
<p>26</p> 	<p>27</p> 	<p>28</p> 
<p>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> 		

Décembre



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



## Capsule sensibilisation

Réalisée par Maëlie Pomerleau, technique d'éducation spécialisée, Cégep de Sherbrooke

Savez-vous vraiment quels impacts la solitude peut avoir sur vos proches en résidence? La solitude chez les personnes âgées en résidence est un problème souvent sous-estimé, mais qui peut avoir des conséquences graves sur leur bien-être. L'isolement social augmente le risque de dépression, d'anxiété et de déclin cognitif. N'importe qui peut ressentir cette détresse, quel que soit son âge. Jusqu'à 32 % des personnes âgées de plus de 55 ans se sentent seules. Les causes principales de la solitude en résidence sont l'isolement lié à la perte cognitive ou physique, la perte d'un proche ou l'éloignement de la famille. En rassemblant nos résidents lors d'activités et en favorisant un climat de rencontre et de discussion, nous pouvons réduire ce sentiment néfaste. Ce contexte permet de contribuer à améliorer leur qualité de vie et leur santé mentale.

