

Qu'est-ce qu'on fait ?

Agenda des dîners-rencontres à la salle Roger-Lavoie

Exceptionnellement, les activités font relâche pour la période estivale.

**N'oubliez pas de réserver pour les dîners au plus tard
les lundis 15 h.**



Agenda des dîners-rencontres au Pavillon L'Héritage

Nous faisons relâche pour la période estivale. Nous vous attendons en grand nombre en septembre. Surveillez notre programmation. Il vous est possible de venir nous visiter durant l'été. Il nous fera plaisir de vous recevoir.

**N'oubliez pas de réserver pour les dîners au plus tard
les mercredis à 12 h.**

Pour nous rejoindre

Résidence Saint-Louis : 293, rue Saint-Louis Rimouski (Québec) G5L 9H2

centrepolyvalentdesaines@globetrotter.net

Administration : 418 722-0463

Services & Intervenante: 418 722-6834

Pavillon L'Héritage : 10, rue du Collège St-Anaclet (Québec) G0K 1H0

pavillonheritage@cgocable.ca

Administration : 418 725-5087

Salle à manger : 418 730-0380

Nouveaux arrivants dans nos résidences

Nous sommes heureux de souligner l'arrivée de nouveaux locataires dans nos résidences. Ainsi, le 1^{er} mai, monsieur **Guy St-Pierre** fut accueilli à la Résidence Saint-Louis au logement no 307.

Au Pavillon L'Héritage, nous avons accueilli en juin, monsieur **Ghislain Roy** et madame **Louissette Lavoie** au logement no 302 et nous accueillerons madame **Angéline Gendron**, le 1^{er} juillet au logement no 303.

Les membres du conseil d'administration, les résidents, les membres du personnel ainsi que la direction vous souhaite la plus cordiale des bienvenues et vous souhaite de trouver chez nous un milieu de vie à la hauteur de vos attentes.

Activités régulières au Pavillon L'Héritage

Viactive

Les activités de Viactive font relâche jusqu'en septembre. Il est possible de rester actif par des activités de marche, jardinage, etc. au cours de l'été.

Messe



Une messe est célébrée par Laval Gauvin, prêtre-curé, tous les **mercredis** à **16 h 30** jusqu'au **25 juillet** à la salle communautaire.

Pétanque-Atout

L'activité fait relâche pour la période estivale. Bon été!

Jeux de quilles sur la Wii

L'activité fait relâche pour la période estivale. Bon été!

Jeux variés

L'activité fait relâche pour la période estivale. Bon été!

Cartes

L'activité fait relâche pour la période estivale. Bon été!

Console de jeux Wii

Toujours disponible dans le salon communautaire. Venez pratiquer quilles, golf, etc.

Baseball poche

Le jeu est disponible pour ceux désirant y jouer.

Bingo

L'activité fait relâche pour la période estivale. Bon été!

Biblio

Un coin bibliothèque est aménagé dans la salle communautaire et vous pouvez y emprunter des livres et les ramener par la suite. De nouveaux volumes y sont ajoutés régulièrement.

Ordinateur

Un ordinateur branché à internet est disponible à la salle communautaire.

Chapelet

La récitation du chapelet se fait du lundi au vendredi à 11h à la salle communautaire.

Pétanque extérieure

Un terrain de pétanque extérieure avec deux allées est aménagé pour vous. Bienvenue aux amateurs!

On rappelle aux résidents qu'il est possible d'utiliser la salle communautaire pour des activités comme les jeux de cartes, casse-têtes, jeux de société, rencontre familiale, etc.

Activités régulières à la Résidence St-Louis

Billard

Une **table de billard** est à la disposition de tous les membres au **salon du 3^e étage**.
L'activité fait relâche pour la période estivale.

Vélo d'exercice

Un vélo d'exercice est à la disposition des résidents au **Salon Marius-Morin**.

Ordinateurs

Vous avez accès à des ordinateurs branchés à Internet **à la bibliothèque**. À noter que des jeux de type GYM pour les neurones y sont installés.

Jeux de Wii

La console Wii est fonctionnelle à la salle Roger-Lavoie pour les gens désireux de jouer aux quilles, golf, tennis, boxe, etc.

Chapelet

Le chapelet se récite tous les après-midis **à 16 h au salon du 3e, du lundi au vendredi inclusivement**.

Messe

Messe célébrée à la Salle Roger-Lavoie tous les **samedis à 16 h**.

Bibliothèque

Prêt de livres disponible **les jeudis matins de 10 h 30 à 11 h 30**. L'activité fait relâche pour la période estivale.

Cribbage

L'activité se tient au Salon Marius-Morin les **lundis à compter de 19 h**. L'activité fait relâche pour la période estivale.

Pétanque

L'activité se tient les **mardis à 19 h** à la salle Roger-Lavoie. L'activité fait relâche pour la période estivale.

Baseball-poche

L'activité se tient les **mercredis soirs à 19 h** à la salle Roger-Lavoie. L'activité fait relâche pour la période estivale.

Jeudi-Viactive

L'activité se tient les **jeudis à 13 h 45** à la salle Roger-Lavoie. L'activité fait relâche pour la période estivale.

Chorale Les Voix d'Or

La chorale tient ses répétitions les **jeudis à 19 h** à la salle Roger-Lavoie. Le comité responsable vous y attend assidûment. **L'activité fait relâche pour la période estivale.**

Vendredi-cartes

L'activité se tient tous les **vendredis à 13 h 30** à la salle Roger-Lavoie. **L'activité fait relâche pour la période estivale.**

Pétanque-Atout

L'activité se déroule tous les **vendredis soirs à compter de 19 h**. **L'activité fait relâche pour la période estivale.**

Toutes les activités à l'exception de celles de Karin le mercredi ont pris fin le 11 mai. Les jours de pluie, il y aura Viactive estivale et un club de marche sera mis sur pied. Vérifier le babillard de Karin pour la confirmation des jours où se tiendront les activités.

Pensée

Quand on ne peut revenir en arrière, on ne doit que se préoccuper de la meilleure manière d'aller de l'avant.

Paulo Coelho



Anniversaires de mariage



Nous désirons connaître, pour les résidents et membres toujours en couple, vos dates d'anniversaire de mariage ainsi que le nombre d'années que vous célébrez cette année. Si vous désirez que nous soulignons cet évènement, faites-nous le savoir, à Karin, de la Résidence Saint-Louis, et à Martine, au Pavillon L'Héritage.

Un couple de la Résidence Saint-Louis célèbre son anniversaire de mariage en juillet :

26 juillet : Monsieur **Salomon St-Laurent** et madame **Gabrielle Plourde, 66 ans**

Au Pavillon L'Héritage. Trois (3) couples célèbrent leurs anniversaires de mariage :

20 juillet : Monsieur **Bertrand Lévesque** et madame **Aurise Castonguay, 61 ans**

25 juillet : Monsieur **Fernand Picard** et madame **Denise Bélanger, 59 ans**

30 juillet : Monsieur **Rodrigue Rioux** et madame **Francine Côté, 52 ans**

Que cette journée bien spéciale vienne couronner une autre année d'une vie conjugale où l'amour ne cesse manifestement de fleurir, répandant la joie et l'optimisme dans les cœurs. **Le plus merveilleux des anniversaires!**

*Joyeux
Anniversaire*

Anniversaires de juillet

Nous souhaitons une très belle journée d'anniversaire à :

3 juillet: Cora Bouchard

4 juillet: Marcelle Viel

5 juillet: Angéline Gendron

8 juillet : Lise Ouellet

9 juillet : Réginald Desjardins/ Francine Fortin/ Simone Gagné/ Rodrigue Roy

11 juillet : Rolland Laflamme

12 juillet: Micheline Bérubé

13 juillet : Jeannine Verreault

14 juillet: Claude Robitaille

15 juillet : Honorius Rioux

16 juillet : Raymonde Albert

17 juillet : Germain Carreau

18 juillet : Thérèse Michaud

25 juillet : Cyrus Fozi/ Jean-Guy Gagné

26 juillet : Claire Gagné



JOYEUX ANNIVERSAIRE!

L'œil dans tous ses états

D'aucuns considèrent la vue comme le sens le plus important et l'œil, comme la composante la plus intrigante du corps humain. Mais mis à part les spécialistes de la vision, les gens sont loin de se douter de la complexité de cet organe, chez l'humain et dans le règne animal, comme en témoignent ces faits amusants, susceptibles de vous faire écarquiller les yeux!

- Saviez-vous que le clignement moyen dure 1/3 de seconde?
- La vision est si importante qu'elle mobilise plus de la moitié de la fonctionnalité du cerveau.
- Les nouveau-nés ne versent pas de larmes, bien qu'ils sachent pleurer.
- On cligne des yeux de 15 à 20 fois par minute.
- Les muscles les plus actifs du corps se trouvent dans les yeux.
- Les yeux attrapent aussi des coups de soleil.
- Les gens aux yeux bleus tolèrent plus l'alcool et moins le soleil.
- Si l'œil était un appareil photo numérique, il compterait 576 mégapixels.
- Lorsque nous sommes éveillés, nos yeux sont fermés environ 10% du temps.
- L'œil de l'autruche est plus gros que son cerveau.
- Le caméléon peut bouger les yeux dans deux directions à la fois.
- Un simple pétoncle peut posséder plus d'une centaine d'yeux.
- Nos yeux contiennent environ 107 millions de cellules photosensibles.
- Les dauphins peuvent dormir avec un œil ouvert.
- Les oiseaux, les chats et les chiens ont trois paupières.
- Oui, vous pouvez éternuer les yeux ouverts et non, vos yeux ne tomberont pas!
- L'ommatophobie est la peur d'être regardé.
- L'œil humain voit plus de tons de vert que de toute autre couleur.
- La couleur des yeux la plus répandue dans le monde est le brun.
- Les chiens ne peuvent distinguer le rouge du vert.
- La durée de vie d'un cil moyen est de cinq mois; le reste de votre pilosité durera de deux à quatre ans.
- L'œil compte plus de 2 millions de pièces mobiles.
- Vos yeux contiennent 7 millions de cônes, qui vous aident à distinguer les couleurs et les détails, ainsi que 100 millions de cellules appelées «bâtonnets», qui vous permettent de mieux voir dans le noir.

Source : Association canadienne des optométristes