

Mars 2020



Mon milieu de vie EXPRESS

Centre d'hébergement Argyll
4^e étage

Pensée du mois :

Accepte ce qui est, laisse aller ce qui était, aie confiance en ce qui sera.

Bouddha

Bonjour à tous,

Enfin le mois de mars est arrivé ! Profitons-en pour apprécier les journées qui s'allongent et accueillir le printemps qui cogne à nos portes. C'est également le temps des sucres et de belles activités vous sont proposées tout au long du mois pour venir vous « sucrer le bec ». Vérifiez votre calendrier puisque certaines activités nécessitent de s'inscrire à l'avance. Pour toutes questions, veuillez m'appeler.

Je profite de cette couverture pour vous remercier de m'avoir si chaleureusement accueillie. Ce séjour court mais agréable fût grandement apprécié. Nous nous dirons au revoir lors de l'activité musicale avec Sœur Edna jeudi 19 mars en après-midi. Merci à tous les résidents ainsi qu'à leurs amis et membres de famille pour votre collaboration et votre implication au quotidien. Vous êtes extraordinaires!

Activités à retenir

Vendredi 6 mars : Toutous poilus.

Vendredi 20 mars : Partie de tire sur la neige avec Monsieur Lacasse, coût de 5\$/personne.

Sorties du mois de mars

Mercredi 4 mars : Chez McDonald's à Fleurimont, départ 9 h 30 (5\$).

Lundi 16 mars : Tire sur la neige au Chalet Bombardier, départ 13 h 15 (gratuit).

Du lundi au jeudi : Maude Pellerin, technicienne en éducation spécialisée, 819-780-2220, poste 46522.

Si je suis absente, vous pouvez rejoindre Véronique Dubreuil au poste 46348.


Calendrier d'activités – Mars 2020

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI
1	2	3	4
<p>EN TOUT TEMPS : Matériaux disponibles dans les armoires du salon côté A (face aux ascenseurs) et de la salle à manger côté B pour les familles et amis des résidents. Notamment, divers jeux au local 1702.</p>	<p>9h30 : Programme d'exercices, 1702♦</p> <p>10h00 : Activités individuelles à la chambre</p> <p>13h30 : Café-causerie, 4702</p>	<p>10h30 : La messe, 1702♦</p> <p>13h30 : Bingo, 1702♥</p>	<p>9h30 : Sortie au McDonald à Fleurimont♦ (5\$)</p> <p>9h30 : Programme d'exercices, 1702♦</p> <p>10h30 : Pokéno, 4702</p> <p>13h30 : Get together, 1702♥</p> <p>18h00 : Musicien troubadour avec Adriana♣</p>
8	9	10	11
<p>14h00 : Boîte à chansons avec les Inséparables, 1702♣</p>	<p>9h30 : Programme d'exercices, 1702♦</p>	<p>10h30 : La messe, 1702♦</p> <p>13h30 : Bingo, 1702♥</p>	<p>9h30 : Programme d'exercices, 1702♦</p> <p>10h30 : Pokéno, 4702</p> <p>13h30 : Get together, 1702♥</p> <p>18h00 : Musicien troubadour avec Adriana♣</p>
15	16	17	18
<p>11h30 : Brunch avec Maude, 1702♥</p> <p>14h00 : Boîte à chansons avec Marcel Goulet, 1702♣</p>	<p>9h30 : Programme d'exercices, 1702♦</p> <p>13h15 : Sortie au Chalet Bombardier, tire sur la neige♦ (gratuit)</p>	<p>10h30 : La messe, 1702♦</p> <p>13h30 : Bingo, 1702♥</p>	<p>9h30 : Programme d'exercices, 1702♦</p> <p>10h30 : Pokéno, 4702</p> <p>13h30 : Get together, 1702♥</p> <p>18h00 : Musicien troubadour avec Adriana♣</p>
22	23	24	25
<p>14h00 : Boîte à chansons avec Pierre Paul Bourassa, 1702♣</p>	<p>9h30 : Programme d'exercices, 1702♦</p> <p>13h30 : Tressage de rameaux avec Véronique, 3902</p>	<p>10h30 : La messe, 1702♦</p>	<p>9h30 : Programme d'exercices, 1702♦</p> <p>13h30 : Get together, 1702♥</p> <p>18h00 : Musicien troubadour avec Adriana♣</p>
29	30	31	
<p>14h00 : Boîte à chansons avec Sylvie Roy, 1702♣</p>	<p>9h30 : Programme d'exercices, 1702♦</p>	<p>10h30 : La messe, 1702♦</p> <p>13h30 : Bingo, 1702♥</p>	

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

Centre d'hébergement Argyll – 4^e étage

Mars

JEUDI 5	VENDREDI 6	SAMEDI 7
<p>10h00 : Activités individuelles à la chambre</p> <p>14h00 : Musique avec Sœur Edna et Bertrand, 4702♣</p> <p>18h45 : Le pub avec Paul et Gaétan, 1702♣</p>	<p>13h30 : Toutous poilus, 1702♣</p>	<p>13h30 : Musicien d'ambiance, 3702</p>
12	13	14
<p>18h45 : Le pub avec Daniel Plante, 1702♣</p>		<p>AM : Activités individuelles à la chambre</p> <p>13h30 : Méli-Mélo, 1702♥</p>
19	20	21
<p>10h00 : Activités individuelles à la chambre</p> <p>14h00 : Musique avec Sœur Edna et Bertrand, 4702♣</p> <p>18h45 : Le pub avec Ghyslaine Lehoux, 1702♣</p>	<p>13h30 : Tire sur la neige avec Monsieur Lacasse, 1702♣ (5\$/personne)</p>	
26	27	28
<p>18h45 : Le pub avec Lise Bibeau, 1702♣</p>	<p>13h30 : On fête votre fête, 1702♥</p> <p>13h30 : Musicien d'ambiance, 4902</p>	<p>EN TOUT TEMPS : Matériaux disponibles dans les armoires du salon côté A (face aux ascenseurs) et de la salle à manger côté B pour les familles et amis des résidents. Notamment, divers jeux au local 1702.</p>
		



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

INFO-LOISIRS

CAPSULE ÉDUCATION-LOISIRS : LES SUCRES

Autrefois les Amérindiens produisaient du sirop pour se régaler au printemps. L'eau bouillie servait aussi à lutter contre le scorbut après un dur hiver. Ce serait les écureuils qui auraient attirés l'attention sur la sève des érables puisqu'ils allaient lécher le liquide qui s'écoulait des branches cassées. Aujourd'hui, nous récoltons l'eau d'érable à l'aide d'un système ingénieux de tubulure. En tout cas, plus besoin de goudrelle (petit auge de cèdre) ou d'un joug pour transporter les seaux d'eau d'érable. De plus, les recherches nous apprennent que le sirop se compose d'antioxydant et que sa consommation limiterait la prolifération de cellules cancéreuse. Alors buvons, buvons du bon sirop d'érable!

Josée Doyon
Intervenante en loisirs

BÉNÉVOLAT

BÉNÉVOLES RECHERCHÉS!

L'équipe du Service des bénévoles est actuellement à la recherche de bénévoles afin d'aider les équipes du Service des loisirs. Une ou deux heures par semaine suffisent pour embellir l'existence d'une personne et faire toute la différence dans sa vie.

Passez le mot dans votre entourage, car quelqu'un (étudiant, voisin, un proche, etc.) pourrait être intéressé à partager ses intérêts et passions avec l'un de nos résidents, ou encore à les accompagner lors de diverses activités et sorties.

STATIONNEMENT

Prendre note qu'il n'y a pas de changements cette année au niveau des stationnements. Les bénévoles qui ont présentement un code BG, seront contactés afin de faire un changement de code. Pour ceux qui ont rempli le formulaire, celui-ci sera encore valide pour 2020-2021. N'oubliez pas de nous aviser si vous faites un changement de véhicule.

RECONNAISSANCE AUX BÉNÉVOLES

La semaine des bénévoles se déroulera du 19 au 25 avril 2020. Au début du mois d'avril, vous recevrez une invitation pour une activité spéciale en votre honneur afin de souligner l'importance que vous avez dans nos milieux.

Émilie Kahr, chef par intérim du Service aux bénévoles

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...

Maude Pellerin, technicienne en éducation spécialisée
819 780-2220, poste 46522, local 1915