

# Mars 2020



## Mon milieu de vie EXPRESS

Centre d'hébergement St-Joseph  
3<sup>e</sup> étage

### Pensée du mois :

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

Bouddha

### Bienvenue aux nouveaux résidents


<b>Mercredi 4 mars</b>	<b>Film louis Cyr à l'auditorium</b>	<b>13 h 30</b>
<b>Mercredi 11 mars</b>	<b>Toutous poilus au 3e</b>	<b>13 h 30</b>
<b>Dimanche 15 mars</b>	<b>Brunch des sucres 3<sup>e</sup> et 5<sup>e</sup> à l'auditorium. Veuillez réserver vos places auprès de Josée au poste 40259 avant le mardi 10 mars midi.</b>	<b>11 h</b>
<b>Mercredi 25 mars</b>	<b>Tire sur la neige à l'auditorium. Produits en vente si désirés et coût pour la tire à prévoir de 5\$ pour tous</b>	<b>13 h 45</b>
<b>Lundi 30 mars</b>	<b>On fête votre fête avec le Garage Band au 3e</b>	<b>14 h</b>
<b>Dimanche 5 avril</b>	<b>Brunch du 3<sup>e</sup> et 5<sup>e</sup> à l'auditorium. Veuillez réserver vos places auprès de Josée au poste 40259 avant le mardi 31 mars midi.</b>	<b>11 h</b>

## Calendrier d'activités – Mars 2020

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
14 h : Boîte à chansons avec Pierre Bourassa, auditorium/♣	A.M. : Café, chambre/♥ 10 h : Quilles virtuelles au salon, 3e 13 h : Troubadour, salon/♣ P.M. : Bibliothèque, chambre	13 h 45 : Café branché, 3e  18 h 15 : Club avec Marcel et Chantal, auditorium/♣	A.M. : Troubadour, chambre/♥  14 h30 : Animation musicale, chambre 13 h 30 : Film Louis Cyr, auditorium
<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>
A.M. : Créativité, 3 <sup>e</sup>  13 h 45 : Boîte à chansons avec Ghyslaine Lehoux, auditorium/♣	A.M. : Café, chambre/♥ 13 h : Troubadour, salon/♣	9 h 30 : Sortie Tim Hortons 13 h 45 : Café branché, 3e 18 h 15 : Club avec Jacqueline et Denis, auditorium/♣	A.M. : Troubadour, chambre/♥  13 h 30 : Toutous poilus, salon 3 <sup>e</sup> /♣
<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>
11 h : Brunch des sucres 3 <sup>e</sup> et 5 <sup>e</sup> : auditorium  14 h : Boîte à chansons avec Linda, auditorium/♣	A.M. : Café, chambre/♥  13 h : Troubadour, salon/♣	13 h 45 : Sortie tire au chalet 13 h 45 : Café branché, 3e 18 h 15 : Club avec Daniel Plante, auditorium/♣	A.M. : Troubadour, chambre/♥  14 h30 : Animation musicale, chambre 13 h 45 : On bouge, 3e
<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>
14 h : Boîte à chansons avec Lise et Gilles, auditorium/♣	A.M. : Café, chambre/♥ 10 h : Quilles virtuelles au salon, 3e 13 h : Troubadour, salon/♣ P.M. : Bibliothèque, chambre		A.M. : Troubadour, chambre/♥  13 h 45 : Tire sur la neige, auditorium
<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>	
	A.M. : Café, chambre/♥ 13 h : Troubadour, salon/♣ 14 h : On fête votre fête, 3e/♣	13 h 45 : Café branché, 3e  18 h 15 : Club avec Johanne et Alain, auditorium/♣	

**Centre d'hébergement - St-Joseph 3<sup>e</sup> étage**

**Mars**

<b>JEUDI</b> <b>5</b>	<b>VENDREDI</b> <b>6</b>	<b>SAMEDI</b> <b>7</b>
A.M. : Stimulation sensorielle, chambre  14 h : Messe, chapelle	A.M. : Zoo-animation, chambre  13 h 45 : Bingo, auditorium	A.M. : Café, chambre  13 h 45 : Méli-Mélo, 5e
<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>
P.M. : Stimulation sensorielle, chambre  14 h : Messe, chapelle	A.M. : Zoo-animation, chambre  13 h 45 : Bingo, auditorium	A.M. : Café, chambre  13 h 45 : Quiz, 3e
<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>
A.M. : Zoo-animation, chambre  14 h : Messe, chapelle	13 h 45 : Bingo, auditorium	A.M. : Café, chambre  13 h 45 : Méli-Mélo, 5e
<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>
P.M. : Stimulation sensorielle, chambre  14 h : Messe, chapelle	A.M. : Zoo-animation, chambre  13 h 45 : Bingo, auditorium	
		



*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'éra-a-ble!

# 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, conseillère-cadre DQEPP*