

Mars 2020



Mon milieu de vie EXPRESS

Centre d'hébergement St-Joseph
5^e étage

Pensée du mois :

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

Bouddha

Bienvenue aux nouveaux résidents

Date	Activité / Endroit	Heure
Mercredi 4 mars	Film de Louis Cyr à l'auditorium	13 h 30
Mercredi 11 mars	Toutous poilus au 4e	14 h 15
Dimanche 15 mars	Brunch des sucres 3 ^e et 5 ^e à l'auditorium. Veuillez réserver vos places auprès de Josée au poste 40259 avant le mardi 10 mars midi.	11 h
Mercredi 25 mars	Tire sur la neige à l'auditorium. Produits en vente si désirés et coût pour la tire à prévoir de 5\$ pour tous, Veuillez réserver vos places auprès de Josée au poste 40259 avant le mardi 17 mars midi.	13 h 45
Lundi 31 mars	On fête votre fête au 4e	13 h 45

Calendrier d'activités – Mars 2020

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI
1	2	3	4
14 h : Boîte à chansons avec Pierre Bourassa, auditorium/♣	A.M. : Stimulation Sensorielle, à la chambre 13 h 45 : Quilles virtuelles au salon, 5e 15 h 15: Troubadour, salon/♣	13h45 : Atelier Culinaire 5 ^e P.M. : Zoo-animation, chambre/♥ 18 h 15 : Club avec Marcel et Chantal, auditorium/♣	A.M. : Troubadour, chambre/♥ 13 h 30 : Film de Louis Cyr, auditorium
8	9	10	11
13 h 45 : Boîte à chansons avec Ghyslaine Lehoux, auditorium/♣	13 h 45 : Quilles virtuelles au salon, 5e 15 h 15: Troubadour, salon/♣	9 h 30 : Sortie Tim Hortons 13h45 : Atelier Culinaire 5 ^e P.M. : Zoo-animation, chambre/♥ 18 h 15 : Club avec Jacqueline et Denis, auditorium/♣	A.M. : Troubadour, chambre/♥ 14 h30 : Animation musicale, chambre 14 h 15 : Toutous poilus, salon 4 ^e /♣
15	16	17	18
11 h : Brunch des sucres 3 ^e et 5 ^e : auditorium 14 h : Boîte à chansons avec Linda, auditorium/♣	15 h 15: Troubadour, salon/♣	13 h 45 : Sortie tire au chalet P.M. : Zoo-animation, chambre/♥ 18 h 15 : Club avec Daniel Plante, auditorium/♣	A.M. : Troubadour, chambre/♥
22	23	24	25
14 h : Boîte à chansons avec Lise et Gilles, auditorium/♣	13 h 45 : Quilles virtuelles au salon, 5e 15 h 15: Troubadour, salon/♣	P.M. : Zoo-animation, chambre/♥	A.M. : Troubadour, chambre/♥ 14 h30 : Animation musicale, chambre 13 h 45 : Tire sur la neige, auditorium/♣
29	30	31	
	15 h 15: Troubadour, salon/♣	P.M. : Zoo-animation, chambre/♥ 13 h 45 : On fête votre fête, 4 ^e ♣ 18 h 15 : Club avec Johanne et Alain, auditorium/♣	

Centre d'hébergement - St-Joseph 5^e étage

Mars

JEUDI 5	VENDREDI 6	SAMEDI 7
<p>10 h : Café Causerie, 5^e</p> <p>14 h : Messe, chapelle/♦</p> <p>14 h 45 : Jeu de poches 4^e/B</p>	<p>13 h 45 : Bingo, auditorium</p>	<p>A.M. : Café, chambre</p> <p>13 h 45 : Quiz, 5e</p>
12	13	14
<p>14 h : Messe, chapelle/♦</p>	<p>A.M. : Stimulation Sensorielle, à la chambre</p> <p>13 h 45 : Bingo, auditorium</p> <p>P.M. : Bibliothèque-Mobile</p>	<p>A.M. : Café, chambre</p> <p>13 h 45 : Quiz, 3e</p>
19	20	21
<p>10 h : Café Causerie, 5^e</p> <p>14 h : Messe, chapelle/♦</p> <p>14 h 45 : Jeu de poches 4^e/B</p>	<p>A.M. : Stimulation Sensorielle, à la chambre</p> <p>13 h 45 : Bingo, auditorium</p>	<p>A.M. : Café, chambre</p> <p>13 h 45 : Quiz, 5e</p>
26	27	28
<p>10 h : Café Causerie, 5^e</p> <p>14 h : Messe, chapelle/♦</p> <p>14 h 45 : Jeu de poches 4^e/B</p>	<p>A.M. : Stimulation Sensorielle, à la chambre</p> <p>13 h 45 : Bingo, auditorium</p> <p>P.M. : Bibliothèque-Mobile</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'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

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...

Philippe Corriveau, technicien en loisirs
819 780-2220, poste 40210, local 113