

**Mars 2020**



## **Mon milieu de vie EXPRESS**

**Centre d'hébergement D'Youville  
2<sup>e</sup> étage**

### **Pensée du mois :**

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

Bouddha

Youpi!, le mois de mars est arrivé! Profitons-en pour mettre derrière nous les grands froids de l'hiver et accueillir le printemps qui frappera bientôt à nos portes. C'est également le temps des sucres et de belles activités vous sont proposées tout au long du mois pour vous « sucrer le bec!!! ». Au plaisir de vous rencontrer à nos activités!

Partie de tire le vendredi 13 mars à 13 h 30. Le prix est de 5 \$ par personne. N'oubliez pas de vous inscrire en me contactant avant le 6 Mars 2019.

**Retrouvez votre Info-Loisirs sur la page web du CSSS-IUGS à l'adresse [WWW.CSSS-IUGS.CA/HEBERGEMENT](http://WWW.CSSS-IUGS.CA/HEBERGEMENT), ENSUITE CLIQUEZ SUR L'ONGLET « INFO-LOISIRS ».**

LINE GENDRON, TECHNICIENNE EN LOISIRS  
819 780-2220, POSTE 45224, LOCAL 1101

**Bienvenue aux nouveaux résidents et leur famille!**

Québec 

## Calendrier d'activités – Mars 2020

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
<p>10h30 : Brunch pour le groupe de Line, bistro JAB</p> <p>13h30 : Boîte à chansons : « Jacques Bolduc », JAB♣</p>	<p>13h : Animation musicale, à la chambre♣</p>	<p>10h : Zoo-Animation, à la chambre</p> <p>13h : Musicien Troubadour, salle à manger 21-22♣</p> <p>13h30 : Intervention loisirs, à la chambre</p> <p>14h : La messe, JAB♦</p>	<p>13h30 : Bingo, JAB</p>
<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>
<p>10h30 : Brunch des sucres pour le groupe de Sabrina, bistro JAB</p> <p>13h30 : Boîte à chansons : « Clément Gaudette », JAB♣</p>	<p>10h : Intervention loisirs, à la chambre</p> <p>13h : Animation musicale, à la chambre♣</p> <p>13h30 : Jeux variés, salon unité 25</p>	<p>10h : Zoo-Animation, à la chambre</p> <p>13h : Musicien Troubadour, salle à manger 21-22♣</p> <p>13h30 : Tire à la chambre</p> <p>14h : La messe, JAB♦</p>	<p>13h30 : Spectacle de musique avec Chantal et ses amies, JAB♣</p>
<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>
	<p>13h : Animation musicale, à la chambre♣</p> <p>13h30 : Jeux variés, salon unité 25</p>	<p>10h : Zoo-Animation, à la chambre</p> <p>13h : Musicien Troubadour, salle à manger 21-22♣</p> <p>13h30 : Intervention loisirs, à la chambre</p> <p>14h : La messe, JAB♦</p>	<p>13h30 : Bingo, JAB</p>
<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>
<p>10h30 : Brunch des sucres pour le groupe de Line, bistro JAB</p> <p>13h30 : Boîte à chansons : « Linda Murchie », JAB♣</p>	<p>13h : Animation musicale, à la chambre♣</p>	<p>10h : Zoo-Animation, à la chambre</p> <p>13h : Musicien Troubadour, salle à manger 21-22♣</p> <p>13h30 : Intervention loisirs, à la chambre</p> <p>14h : La messe, JAB♦</p>	<p>13h30 : Bingo de la Fondation, JAB</p>
<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>	
	<p>On fait les décors de Pâques</p> <p>13h : Animation musicale, à la chambre♣</p>	<p>10h : Zoo-Animation, à la chambre</p> <p>13h : Musicien Troubadour, salle à manger 21-22♣</p> <p>13h30 : Intervention loisirs, à la chambre</p> <p>14h : La messe, JAB♦</p>	

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

**Centre d'hébergement – D'Youville 2<sup>e</sup> étage**

**Mars**

<b>JEUDI 5</b>	<b>VENDREDI 6</b>	<b>SAMEDI 7</b>
<p>13h30 : Jeux avec Yolaine, salon unité 25♥</p> <p>15h : Crible, A. Hamel</p> <p>18h45 : Le club avec « Daniel Plante», JAB♣</p>	<p>10h : Quiz des sucres, salon unité 25</p> <p>14h: Musique avec Florence, salle à manger 21-22 ♥</p>	<p>13h30 : Activités personnalisées, à la chambre</p>
<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>
<p>10h15 : Atelier culinaire « cornet de tire », cuisine unité 26</p> <p>13h30 : Créativité, salon unité 25</p> <p>15h : Crible, A. Hamel</p>	<p>10h : Jeux variés, salon unité 25</p> <p>13h30 : Tire sur la neige avec « René Lacasse, traiteur » 5\$/personne inscrite</p>	
<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>
<p>13h30 : Créativité, salon unité 25</p> <p>15h : Crible, A. Hamel</p> <p>18h45 : Le club avec « Lise Bibeau », JAB♣</p>	<p>13h30 : Fête du mois avec « Jacques Bolduc »♣, JAB</p>	<p>10h : Douceur à la chambre</p> <p>13h30 : Spectacle de musique du « Cœur du CEGEP », JAB♣</p>
<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>
<p>10h15 : Atelier culinaire « cornet de tire », cuisine unité 21-22</p> <p>13h30 : Créativité, salon unité 25</p> <p>15h : Crible, A. Hamel</p>	<p>10h : Intervention loisirs, à la chambre</p> <p>13h30 : Toutous Poilus avec Anne-Caroline Coutu, JAB♣</p> <p>13h30 : Tire à la chambre</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  
Technicienne 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, conseillère-cadre DQEP  
qui répond pour l'ensemble du CIUSSSE  
en l'absence de Isabelle Genest.

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...

Line Gendron, technicienne en loisirs  
819 780-2220, poste 45224, local 1101