

Février 2025



Mon milieu de vie EXPRESS

Centre d'hébergement St-Vincent
4^e étage

Février, le mois de l'amour...

Février est sans contredit le mois de l'amour et en ce mois si froid à l'extérieur, il est bon de faire tout en notre possible pour que ce soit chaud à l'intérieur et le remède parfait pour cela, ce sont les câlins. Saviez-vous qu'il nous faut 4 câlins par jour pour fonctionner et 12 par jour pour croître. Les câlins sont excellents pour la santé. Ils aident le système immunitaire, guérissent la dépression, réduisent le stress et améliorent le sommeil. Ils revigorent, rajeunissent et ne s'accompagnent d'aucun effet secondaire... Bref les câlins sont un remède miracle. Profitez-en aussi pour dire à ceux qui vous entourent combien vous les appréciez ou les aimez... Quant à le dire à cette occasion, conservez cette habitude à l'année longue.

Ce sont ces petites «habitudes» qui rendent la vie tellement plus agréable.

Le 14 février, le jour même de la St-Valentin il y aura une activité musicale, on fête l'amour avec Mario Gagnon au 1043.

Bienvenue à tous!

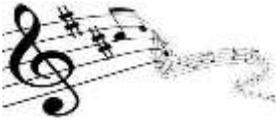
Joyeuses St-Valentin à tous!!!

Nous vous souhaitons beaucoup d'amour et de plaisir.

Prendre note que je serai en vacances du 18 au 25 février!!!



Calendrier d'activités – Février 2025

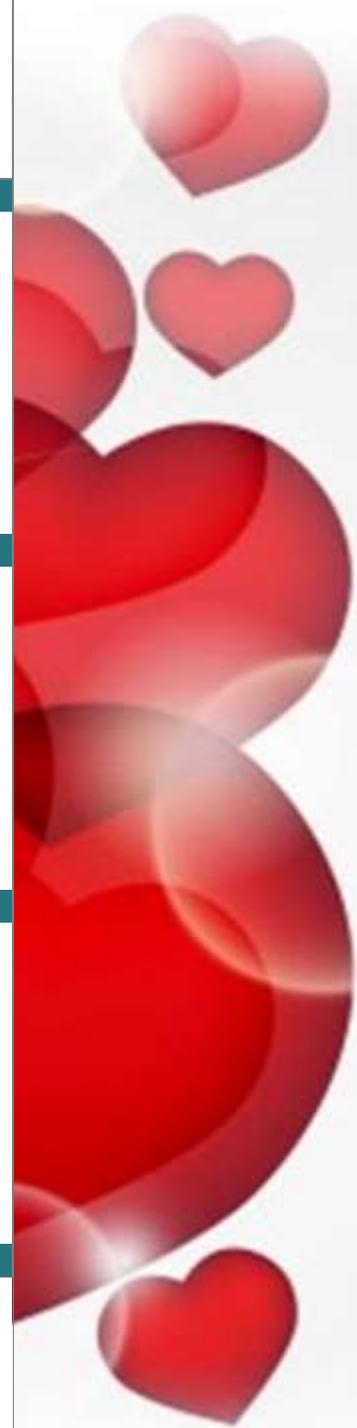
DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI
<p style="color: red;">Vous pouvez maintenant accéder au calendrier d'activités, du mois, avec votre téléphone intelligent via le code QR. Ensuite ouvrir l'onglet de l'établissement souhaité.</p> <div style="text-align: center;">  </div>			
2 Nathalie	3	4	5
<p>10h Act. Sensorielle à la chambre</p> <p>13h45 Boîte à chansons avec Marcel Goulet au 1043</p> <div style="text-align: center;">  </div>	<p>13h45 Pokéno 4B</p> <div style="text-align: center;">  </div>	<p>10h00 Loisir indi à la chambre</p> <p>13h45 Quilles 4B</p> <div style="text-align: center;">  </div>	<p>10h00 Table magique 4B</p> <p>13h30 Visite de Collin et Hélène à la chamb.</p> <p>13h45 Bingo 4A</p> <div style="text-align: center;">  </div>
9 Juliette	10	11	12
<p>13h45 Boîte à chansons avec Garage Band au 1043</p> <div style="text-align: center;">  </div>	<p>13h45 Activité de danse Tango au 4B</p> <div style="text-align: center;">  </div>	<p>10h00 Loisir indi à la chambre</p> <p>13h45 Quilles 4A</p> <div style="text-align: center;">  </div>	<p>10h00 Table magique 4B</p> <p>13h30 Visite de Collin et Hélène à la chamb.</p> <p>13h45 Bingo au 4A</p> <div style="text-align: center;">  </div>
16 Isa et Nath	17	18	19
<p>11h30 Brunch au 1043</p> <p>13h45 Boîte à chansons avec Éric Bolduc au 1043</p> <div style="text-align: center;">  </div>	<p>11h30 Repas de la St-Valentin « Filet de porc » au 1043 5\$</p> <div style="text-align: center;">  </div>		<p>13h30 Visite de Collin et Hélène à la chamb.</p> <div style="text-align: center;">  </div>
23 Isabelle	24	25	26
<p>13h45 Boîte à chansons avec Stéphane Plante au 1043</p> <div style="text-align: center;">  </div>		<p>14h00 Messe au 1043</p> <div style="text-align: center;">  </div>	<p>13h30 Visite de Collin et Hélène à la chamb.</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p>13h45 Bingo au 1043</p> <div style="text-align: center;">  </div>

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

Centre d'hébergement St-Vincent – 4^e étage

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI 1
		
<p data-bbox="243 546 267 577">6</p> <p data-bbox="73 598 406 630">10h00 Histoire de vie</p> 	<p data-bbox="625 546 649 577">7</p> 	<p data-bbox="1015 546 1039 577">8</p> 
<p data-bbox="235 903 276 934">13</p> <p data-bbox="73 945 422 1018">10h00 Beauté mobile à la chambre</p> <p data-bbox="73 1039 422 1144">13h30 Film d'amour comme au cinéma avec pop-corn</p> <p data-bbox="73 1155 203 1186">Au 1043</p> 	<p data-bbox="617 903 657 934">14</p> <p data-bbox="511 934 771 1008">Distribution de bonheur en AM</p> <p data-bbox="462 1018 812 1165">13h45 On fête l'amour et les fêtes du mois avec Mario Gagnon 1043</p> 	<p data-bbox="1006 903 1047 934">15</p> 
<p data-bbox="235 1260 276 1291">20</p> <p data-bbox="73 1291 414 1365">13h45 Bingo avec Isa au 4A</p> 	<p data-bbox="617 1260 657 1291">21</p> <p data-bbox="462 1291 795 1365">13h45 Ti-bonhomme avec Juliette au 4B</p> 	<p data-bbox="1006 1260 1047 1291">22</p> 
<p data-bbox="235 1617 276 1648">27</p> <p data-bbox="73 1659 406 1753">10h00 Histoire de vie 13h45 Poches 4B</p> 	<p data-bbox="617 1617 657 1648">28</p> <p data-bbox="462 1648 795 1722">10h00 Loisir indi à la chambre</p> <p data-bbox="462 1732 795 1806">11h00 Sortie dîner au McDonald 30\$</p> 	

Février



sujet à changement, selon les ressources disponibles.

Cet horaire peut être

JEU DES 7 DIFFÉRENCES



Tête à modeler

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...

Nathalie Lafrenière, technicienne en loisirs
819 780-2220, poste 41608, local 1621