

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!!!



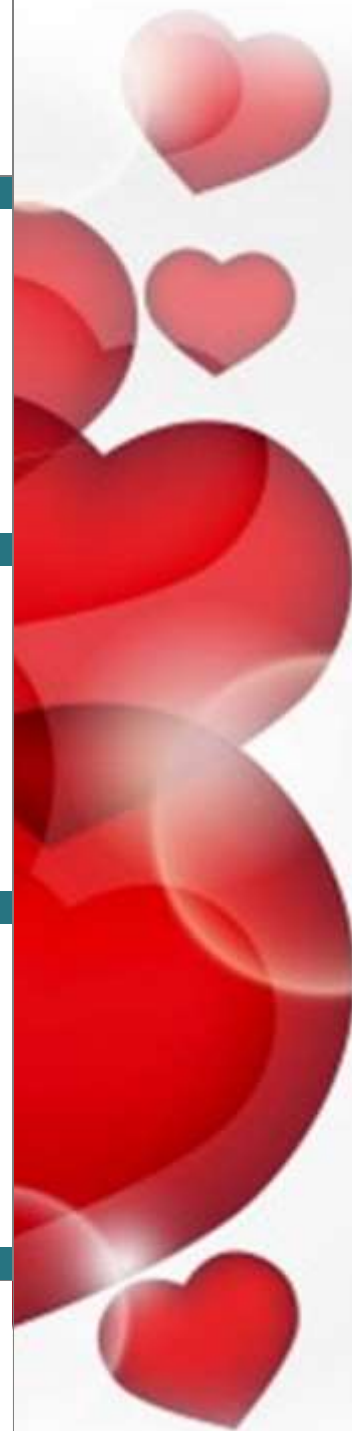
Calendrier d'activités – Février 2025

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>

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

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI 1
		
<p data-bbox="245 548 266 575">6</p> <p data-bbox="74 596 407 627">10h00 Histoire de vie</p> 	<p data-bbox="630 548 651 575">7</p> 	<p data-bbox="1019 548 1040 575">8</p> 
<p data-bbox="237 905 274 932">13</p> <p data-bbox="74 947 418 1016">10h00 Beauté mobile à la chambre</p> <p data-bbox="74 1035 423 1142">13h30 Film d'amour comme au cinéma avec pop-corn</p> <p data-bbox="74 1157 201 1188">Au 1043</p> 	<p data-bbox="618 905 656 932">14</p> <p data-bbox="509 936 769 1005">Distribution de bonheur en AM</p> <p data-bbox="464 1024 813 1167">13h45 On fête l'amour et les fêtes du mois avec Mario Gagnon 1043</p> 	<p data-bbox="1011 905 1049 932">15</p> 
<p data-bbox="237 1262 274 1289">20</p> <p data-bbox="74 1293 407 1362">13h45 Bingo avec Isa au 4A</p> 	<p data-bbox="618 1262 656 1289">21</p> <p data-bbox="464 1293 789 1362">13h45 Ti-bonhomme avec Juliette au 4B</p> 	<p data-bbox="1011 1262 1049 1289">22</p> 
<p data-bbox="237 1619 274 1646">27</p> <p data-bbox="74 1661 407 1751">10h00 Histoire de vie 13h45 Poches 4B</p> 	<p data-bbox="618 1619 656 1646">28</p> <p data-bbox="464 1646 789 1715">10h00 Loisir indi à la chambre</p> <p data-bbox="464 1734 789 1803">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