



Hôtel du Parlement

1045, rue des Parlementaires
bureau 321
Québec (Québec) G1A 1A4

Bureau de circonscription

4599, boulevard Samson, bureau 201
Laval (Québec) H7W 2H2
Tél. 450 686-0166
Télé. 450 686-7153
Guy.Ouellette.CHOM@assnat.qc.ca



**Votre annonce ici
pour rejoindre
près de 400
résidents des
Philanthropes**

La pharmacie de la Résidence des Philanthropes



Francis Shefteshy
Pharmacien-propriétaire
450 902-0414



**Vous servir est un plaisir
Venez nous rendre visite!**

Nos prix sont compétitifs et comparables aux grandes chaînes.
C'est garanti!

NOS PRODUITS ET SERVICES

Pharmaciens toujours disponibles pour vous écouter,
vous renseigner et vous conseiller.

Vaste gamme de produits d'hygiène et de soins personnels
Produits naturels

Dosettes ou Preci-Pack disponibles sur demande et sans frais additionnels

Sur demande, tout produit peut être commandé
et reçu dans les 24 à 48 heures.

LIVRAISON GRATUITE

Service d'urgence

Pourquoi choisir la Coopérative funéraire du Grand Montréal ?

- 1 - Le respect de votre budget
- 2 - Des services de qualité
- 3 - Une entreprise québécoise qui s'approvisionne ici
- 4 - Des valeurs coopératives

2000, rue Cunard, Laval
450 934-9808
cfgrandmontreal.com

LAVAL
RIVE-SUD
MONTREAL

COOPÉRATIVE
FUNÉRAIRE
DU GRAND MONTRÉAL



Le Phil

Au fil des communications internes Comité Loisirs Résidence Philanthropes

Volume 9, numéro 7

Octobre 2019

Chers amis.

Ce préambule est tout à fait sincère puisque la plupart des gens que je rencontre sont des amis et quelques-uns, ils se reconnaissent, sont des anges de générosité et d'abandon de soi. Voilà **mon action de grâce**, mes remerciements, ma gratitude, mon espoir que la vie n'est pas si mauvaise.

Permettez que je reprenne une phrase déjà publiée dans ce journal, phrase que je considère particulièrement importante pour la fête de l'action de grâce. La voici :

« Acceptons nos souffrances en sachant qu'elles réduisent peut-être la douleur d'un mal terrible, incompréhensible, de quelqu'un, quelque part, tout près de nous, sans qu'on le comprenne pleinement et sans que celui-ci, soudainement libéré, ne conçoive pas ce qui le touche. »

Les gestes inoffensifs que nous posons se transforment quelquefois en miracle.

Jean-Luc Major

L'équipe du Phil

Jean-Luc Major, éditeur
(jeanlucmajor@gmail.com)

Monique Couturier, correctrice

Margot Voyer, correspondante à Paris

Yvan Mongrain, publicité

Pauline Rousseau, distribution

Micheline Gagné et Réal Dufort, distribution

Yvon Maurais, lien avec le Comité des loisirs
(2018clrp@gmail.com)

Date butoir pour le PHIL de novembre :
25 octobre 2019

Témoignages

La saison des pluies à Grand-Lahou (suite du numéro de septembre)

... Pour le moment, je préfère ne pas y penser. Nous arrivons finalement à destination, avec une voiture tellement sale qu'on penserait que nous sortons directement d'un safari. On nous accueille tout de même chaleureusement, mais puisqu'on ne nous attendait plus, on ne peut nous offrir à manger, la nourriture ayant déjà été bouffée par les autres invités. Ça ne fait rien, on trouve un maquis où l'on déguste un bon poulet braisé accompagné d'une bonne bière. Le soir même, nous faisons notre présentation comme prévue, mais dans le noir, le courant électrique ayant été coupé à cause de la pluie. Après la présentation, on est invité chez quelqu'un pour le dîner et nous partons ensuite vers l'hôtel pour la nuit.

Quelque chose comme vers trois heures du matin, j'entends la pluie qui crépite. Vous savez avec un toit de tôle, quand la pluie tombe, le bruit est assourdissant. Pas de doute donc, il pleut. Je pense aux conditions de la route. J'ai envie de partir tout de suite, mais conduire la nuit, à la pluie, sur une piste de chèvres, c'est flirter avec le danger : du suicide quoi ! Vers 5 h 30, je n'en peux plus, je me lève. Aucunement besoin de réveiller Adompo et Séka, ils étaient déjà debout à m'attendre, aussi inquiets que moi. On s'habille, nous quittons Grand-Lahou.

On retrouve bien les mêmes mares d'eau rencontrées à l'arrivée, sauf que maintenant, elles sont un peu plus profondes. Avec un peu de chance, nous réussissons à les franchir à tel point qu'on s'imagine presque en Jeep. L'euphorie fait place à l'inquiétude devant un trou d'eau particulier qui tient plus du lac que d'une mare. On s'arrête. On observe. Il faut y aller ou on passe la saison des pluies sur la route de Grand-Lahou. Cette dernière alternative n'aurait pas été appréciée de mon patron. On y va ! Ce n'est pas aussi mauvais qu'on aurait cru mais plus on avance, plus on descend. L'eau monte maintenant au niveau du radiateur...les roues avant patinent et je suis obligé de passer en première. Si je m'arrête, je suis foutu. Je fonce, tout en ayant des visions d'hommes debout avec de l'eau jusqu'aux genoux, les serpents aux chevilles, en essayant de pousser cette malheureuse Toyota essoufflée.

À suivre

Jean-Luc Major



MOT DE CLAIRE

Opérations pneus

Cette année encore, nous vous offrons d'effectuer votre changement de pneus sur place. Ce service est très apprécié des résidents depuis sa mise en place il y a quelques années. Les dates retenues sont : le **30 octobre**, pour la Tour A et le **6 novembre** pour la Tour B.

Vous pourrez vous inscrire à compter du 15 octobre auprès de **Marcel Désautels** pour le A, au 6 1068 ou au 450 902-3179 et auprès de **Andrée Vaudry** pour le B, au 6 1348 ou au 450 902-3186.

Les prix sont compétitifs. Tous les détails seront sur les babillards des P-3 sous peu.

Piscine intérieure

Les travaux de la piscine intérieure vont bon train.

Comme le règlement stipule qu'il est interdit de se baigner seul, certains résidents ne peuvent exercer cette activité. Nous faisons donc appel aux personnes qui seraient prêtes à s'engager une heure ou deux par semaine pour tenir compagnie (hors piscine) à ces baigneurs solitaires. Faites-moi signe et je ferai le suivi.

Claire Couturier

Présidente, comité des loisirs

Tous les vice-présidents et responsables des activités ont commenté de façon très positive la journée Porte ouverte du 29 août dernier.

Il y a eu affluence de 12 h 30 à 15 h. Plusieurs questions ont été posées et beaucoup d'inscriptions ont été remplies pour les diverses activités. On peut sûrement dire que c'est à répéter l'an prochain.

Soirée Années 50/60

Le 6 septembre avait lieu la soirée des Années 50/60. Deux cent dix-sept personnes ont répondu à l'invitation et sont venues s'amuser et se remémorer la musique de ces belles années. Les quiz étaient accompagnés de magnifiques photos présentées sur les écrans géants. Le choix judicieux en a fait rire plusieurs.

Un immense MERCI à **Réjean Pitre** qui a eu cette idée et mis une centaine d'heures au cours des six derniers mois pour la réaliser. Bien sûr, d'importants collaborateurs, que j'hésite à nommer de peur d'en oublier, l'ont assisté. On a quand même reconnu l'apport de **Jean-Luc Major**, de **Jacques Bibeau**, de **André Thibodeau** et je veux également mentionner la transcription à l'ordinateur de toute la logistique de la soirée par **Lucienne Voyer**. Plusieurs autres résidents ont été impliqués, comme les juges, etc. Des nouveautés comme celles-ci sont toujours les bienvenues pour varier nos soirées.



LE TECHNOPHILE

Circulaires en ligne

Dans cette chronique en avril 2017, je vous suggérais l'application **Reebee** pour consulter les circulaires à partir de votre tablette ou téléphone intelligent. Depuis, plusieurs sites



sont disponibles autant sur Internet pour un ordinateur, qu'en application sur les tablettes.

Pour les tablettes, deux applications sont particulièrement intéressantes, soit **Reebee** et **Flipp**. Celles-ci sont gratuites sur App Store pour Apple et Play Store pour Android.



Chaque semaine, les nouvelles circulaires sont généralement ajoutées le mardi ou mercredi. En les « feuilletant », un clic sur un produit l'ajoutera dans votre liste d'achats et un crochet bleu (Reebee) ou un cercle jaune (Flipp) confirmera l'action. Vous pouvez consulter cette liste d'achats en cliquant sur l'icône appropriée en bas de l'écran.

En cliquant sur l'icône de recherche (loupe) vous pouvez taper le nom d'un article et on vous indiquera s'il est en spécial et dans quel commerce.

Cours sur tablette

Les cours d'apprentissage de tablette débuteront mardi le 1^{er} octobre pour Apple et mercredi le 2 pour Android (Samsung).

Prochains cours :

Facebook mardi 22 octobre

Messenger mardi 29 octobre

Google photos mardi 5 novembre

Si vous ne vous êtes pas inscrits lors de la journée Porte ouverte, vous devrez le faire en communiquant avec moi.

Pour commenter ou suggérer de nouveaux sujets, vous pouvez écrire un courriel à l'adresse mentionnée ci-après.

Jean-François Vigneault (6 1045)

Jfvigneault20@gmail.com

Ici et là



13 octobre, petit-déjeuner communautaire de 9 h à 11 h, suivi de l'Abat/9 à 13 h, au Centre Hugh-Paton.

17 octobre, 16 h, apéro musical : thème, les langues : mélodies en français, anglais, italien, espagnol et latin le tout accompagné de guitares, percussions et pianos.



Bureau de vote par anticipation au Centre Hugh-Paton

11, 12, 13 et 14 octobre
de 9 h à 21 h

Jour du vote Au Centre Hugh-Paton

Le 21 octobre
de 9 h 30 à 21 h 30



Jacques Bastien et Francine Roussel

Marie-Claire Gratton

Jean-Jules Cyr

Élisabeth Bire

Lorraine Pesant



À l'Institut de Neurologie de Montréal, le 29 août 2019, est décédé Doris Landry. Artiste accompli, non seulement Doris était-il membre de notre chorale mais il était actif au TALL (Théâtre d'Art Lyrique

de Laval) en plus d'enseigner l'art floral. Il sera regretté par plusieurs.



Vous voulez voter ?

*Si vous n'êtes pas sur la liste électorale, vous devez vous inscrire. Pour éviter les files d'attente le jour du scrutin, inscrivez-vous au **basilaire, le jeudi 3 octobre de 10 h à 12 h**. Pour vous inscrire, vous devez apporter une preuve suffisante d'identité et d'adresse. Pour plus d'informations contactez votre bureau local d'Élections Canada au 866 216-5117*

Un coup de cœur



(Suite et fin du numéro de septembre 2019)

Mon sens de l'humour légendaire cède malheureusement sa place à une certaine anxiété lorsqu'on m'amène au bloc opératoire. Je me réveille 11 heures plus tard aux soins intensifs, branché de partout avec, dans ma gorge, un tuyau de la grosseur de l'intérieur d'un rouleau de papier hygiénique. On me l'enlève. J'ai mal au cœur et je vomis en m'excusant.

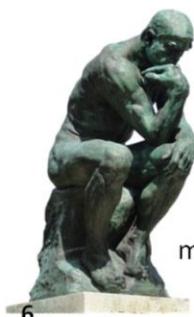


Le lendemain, je rejoins d'autres patients dans l'unité cardiaque. Les douleurs à la poitrine sont disparues, mais ma jambe gauche me fait souffrir. Alors que je ne pouvais rester en place avant la chirurgie, je résiste maintenant à l'idée de me lever et de marcher.

Je retourne chez moi trois semaines plus tard avec interdiction de conduire ma voiture. Pourtant, je me sens bien. Éventuellement, je retourne au travail. Aujourd'hui, heureusement, je suis encore de ce monde pour vous écrire ces lignes.

Jean-Luc Major

Pensées et citations partagées par Claude Ouellette



Quels sont les deux symptômes de la vieillesse ?
Le premier est la perte de mémoire ; le deuxième : je ne m'en souviens plus.

Auteur inconnu

La démocratie est le pire régime de gouvernement, mais il n'en n'existe pas de meilleur.

Winston Churchill

Des nouvelles de votre Association des Résidents du Philanthrope (ARP)

Les rencontres formelles (plus de 5) et informelles, avec le propriétaire Monsieur **Richard Gianchetti** et son fils **Rick** ainsi qu'avec l'administration, permettent à l'ARP de vous présenter aujourd'hui plusieurs informations qui répondent aux demandes, questionnements et préoccupations de toutes et tous.

Ainsi, nous pourrions voir avant la fin de 2019, des améliorations notables aux entrées et sorties vers la terrasse des édifices A et B ; nous avons appris que des balustrades seront érigées permettant d'éliminer les grillages et la ferraille.

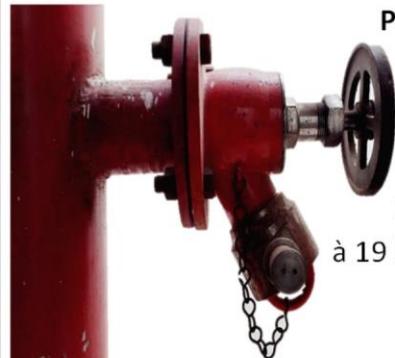
Le système de sécurité des bâtiments sera aussi amélioré avant la fin de 2019 ; les portes d'accès seront verrouillées et le fonctionnement des cartes à puce ajusté en conséquence.

L'entrée du 4100 deviendra fonctionnelle lorsque Hydro-Québec aura finalisé l'installation du filage requis pour l'entrée électrique à partir de la rue ; possiblement avant l'hiver !

Plusieurs autres sujets ont été abordés lors des rencontres : travaux sur les terrasses ; finitions au basilaire ; diverses améliorations au centre Hugh-Paton.

Vous pouvez consulter le texte synthèse de tous les travaux réalisés, en cours ou à venir, au tableau d'affichage de l'ARP au P-3.

Denise Brunette, présidente et Micheline Lafortune, secrétaire



Procédure de Sécurité Incendie (PSI). Une réunion importante est prévue en octobre avec les chefs d'étage pour une mise à jour du fonctionnement et des règlements du plan des sorties d'urgence. Lundi 21 octobre à 19 h pour le 4200 et le mardi 22 octobre à 19 h pour le 4100. (voir au P-3 pour le choix du local)

Denise Brunette, responsable du PSI



La France au quotidien

EXCURSION AU SENTIER JEAN RACINE (suite et fin)

Jean Racine : Célèbre poète français du XVII^e siècle, réputé pour ses pièces de théâtre dramatiques (Andromaque, Les Plaideurs, Britannicus) ; fit ses études à l'Abbaye Port-Royal des Champs (Vallée de la Chevreuse), dont il devint un disciple. Il se promenait dans la forêt toute proche, dont il s'inspirait.

... *Nous y allons ; personne !* Nous téléphonons à l'accompagnatrice. Elle nous réitère fermement que le rendez-vous est bien à la grille de l'Abbaye. Nous téléphonons ensuite au chauffeur qui dit nous attendre au parking des Granges (celui des cars), à 800 mètres de là, et qu'il faut faire vite ; il ne veut pas attendre. Après des négociations houleuses, il accepte d'amener le car sur la route départementale, à quatre cents mètres seulement. Il est contrarié qu'une partie du groupe manque à l'appel et menace de partir pour Paris, tel que convenu, à 19 heures.

Le car stoppé au bord des champs attire la curiosité des vaches, qui viennent nous examiner de près. Après plusieurs coups de fil dans tous les sens, les égarés exigent

qu'on les recueille, mais ignorent où ils se trouvent exactement ! Le chauffeur ulcéré, puis tempéré par nous, reprend la route dans la direction où les manquants pourraient se situer. Il s'écoule 10 minutes lorsque nous apercevons des auto-stoppeurs sur la route, qui s'avèrent être nos compères essoufflés, à demi-traumatisés.

S'ensuivirent la remontrance du chauffeur et la colère de l'accompagnatrice, qui refusait d'être blâmée de ne pas avoir trouvé une buvette dans la forêt, pour les naufragés malencontreusement immobilisés ! Bref, une finale dramatique bien peu racinienne !

Margot Voyer

Les philanthropes sportifs

Pétanque : le lundi 16 septembre, sous une température idéale, quarante joueurs se sont présentés au tournoi de pétanque de fin de saison. Les équipes, formées lors d'une pige au hasard, ont disputé trois parties.

Vous pouvez consulter les résultats affichés aux babillards des P-3.

Deux équipes ont remporté les trois parties et ont été déclarées vainqueurs, selon les points alloués à l'adversaire. Voici les équipes gagnantes :

Première position



André Tourangeau, Lucienne Voyer, Geneviève Cloutier et Rolland Aubertin

Deuxième position



Jean-Paul Turcotte, Carmine D'Ermo, Ginette Lavoie et Michel Labbé

Troisième position



Yvette Brunelle, Yves Benoît, Lisette Stevenson et Madeleine Bouchard

Pickleball : une activité *énergisante*

En effet, chaque semaine les lundis et mercredis de 13 h à 15 h au sous-sol du centre communautaire Hugh-Paton, des résidents (femmes et hommes) se rencontrent.

Ils s'amuse en compétitionnant entre eux. Il faut bien être actif et rire avec cœur... C'est bon pour le moral.

Une nouveauté : les vendredis matin de 10 h 30 à 11 h 30 pour dames seulement.

Il y a encore de la place pour de nouveaux adeptes.

Renseignez-vous auprès du responsable **Camille Hogue**, au 6 1195 ou rendez-vous au local aux heures précitées.

André Cloutier, v.-p. aux activités sportives

— Octobre 2019 —

Mercredi à 19 h 30

Responsable : Lucette Pelland

2 octobre : « L'intrus », suspense, avec Michael Ealy, Mergan Good, Dennis Quaid.

9 octobre : « Sous un autre jour », comédie dramatique, avec Nicole Kidman, Bryan Cranston, Kevin Hart.

16 octobre : « Greta », suspense psychologique, avec Isabelle Huppert, Choe Grâce Moretz, Maïka Monroe.

Jeudi à 19 h 30

Responsable : Claude Ouellette

3 octobre : « André Rieu, Live in Vienna. »

10 octobre : « Dame Kiri Te Kanawa and Friends. The Gala Concert. »

17 octobre : « Bee Gees, One for All Tour Live in Australia 1989. »

24 octobre : ballet « le lac des cygnes » de Tchaïkovski.

Appel à tous les amateurs de musique

Pour plus de variétés aux concerts du jeudi soir, le prêt de DVD de divers spectacles musicaux serait apprécié.

10

 Claude Ouellette 6 1321.

Octobre		
1	Lise	Boileau
3	Jeanne-d'Arc	Therrien
4	Gisèle	Aubertin
5	Alain	Bigras
13	Robert	Charbonneau
13	André	St-Denis
19	Jean-Claude	Beaudoin
22	Jacques	Dorval
24	Rachel	Auger
25	Marcel	LeSiège
28	Lise	Bujold
28	Micheline	Demers
28	Marcel	Désautels

Lise Bujold
Artiste peintre
Présente sa nouvelle
Collection 2019



Le vernissage se tiendra
Le vendredi 18 octobre à 18 h 30

EXPOSITION
Le samedi 19 octobre de 13 h à 18 h
Le dimanche 20 octobre de 13 h à 17 h

Centre Hugh-Paton

2020

Croisière en plein cœur de l'Alaska
En compagnie de Mariette et Gilles Robin
À bord du magnifique « Serenade of the Seas »
Exceptionnellement au départ de Vancouver
Du 30 mai au 7 juin 2020 - 9 jours/21 repas -
Nuitée du 30 à Vancouver, Hôtel de Luxe
Vols sans escale sur Air Canada
Prix par personne en occupation double
INT: 3 299 \$ VUE MER : 3 549 \$ BALCON : 4 099 \$
RABAIS « réservez tôt » 100 \$ par personne
Si réservé avec dépôt avant le 1^{er} novembre 2019
Itinéraire détaillé et conditions sur demande

Renseignements et réservations :

Gilles Robin

514 952-9633

permis du Québec