



Guy Ouellette,
Député de Chomedey



ASSEMBLÉE NATIONALE
DU QUÉBEC

Hôtel du Parlement

1045, rue des Parlementaires
bureau 3.21
Québec (Québec) G1A 1A4
Tél. 418 644-4050



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



Fayçal El-Khoury
Député Laval-Les Îles



Faycal.el-khoury.c1@parl.gc.ca

Circonscription

674, place Publique, bureau 200
Laval (Québec) H7X 1G1
Tél. : 450 689-4594; Téléc. : 450 689-5092



PHARMACIE

Dorian Margineanu et Francis N. Shefteshy Inc

Nous sommes situés dans la
Tour A, Rez-de-chaussée, local RC-01

LUNDI au JEUDI
9h30 à 16h

fermé de 12h à 12h30

VENDREDI
12h30 à 16h

SAMEDI ET DIMANCHE
FERMÉ

Pour toute urgence en dehors de ces heures, veuillez téléphoner
au 450-902-0414 pour rejoindre le pharmacien de garde.

450-902-0414

LIVRAISON GRATUITE - SERVICE DE PILULIERS - TRANSFERT DE DOSSIER



Le Phil

Au fil des communications internes

Comité Loisirs Résidence Philanthropes

Volume 11, numéro 4

Mai 2021



En mai 2018, le flambeau du Phil passait de Monique Couturier à votre éditeur actuel. Le Phil de mai 2019 nous présente la rose dans le petit prince de Saint-Exupéry et ainsi nous illustre la beauté du printemps. En 2020, on se réjouit à entendre chanter les oiseaux et en conséquence ceux-ci nous offrent un peu d'espoir pendant la pandémie. Nous voici donc en mai 2021. Le printemps s'installe définitivement et les oiseaux poursuivent leurs chants. Nous espérons que la lumière du fameux tunnel de nos conversations nous éblouira enfin. Bref, on prétend que le soleil lui-même s'installera au bout de cette grotte de malheur.

L'équipe du Phil

Jean-Luc Major, éditeur (jeanlucmajor@gmail.com)
Monique Couturier, réviseure
Yvan Mongrain, publicité
Pauline Rousseau, distribution
Micheline Gagné et Réal Dufort, distribution
Yvon Maurais, représentant du Comité des loisirs



2018clrp@gmail.com



https://comiteclrp.com/

http://comiteclrp.com/

Jean-Luc Major

La date butoir du Phil de juin 2021

Le 25 mai 2021

La coopération
ne rend pas riche
individuellement

MAIS IMMENSÉMENT RICHE
COLLECTIVEMENT.

Faites un geste de solidarité
et faites comme nos 24 000 membres
DEVENEZ MEMBRE



COOPÉRATIVE
FUNÉRAIRE
DU GRAND MONTREAL

cfgrandmontreal.com
1 877 677-2230



Ça, c'est de la lumière ! Comme le chantait
Leonard Cohen dans Anthem :
« Il y a une fissure en toute chose, c'est
comme ça qu'entre la lumière ». Par cette
fissure, entre la lumière, notre vaccin.

Vous trouverez une vidéo illustrant cet
aspect ici : <https://vimeo.com/533260328>

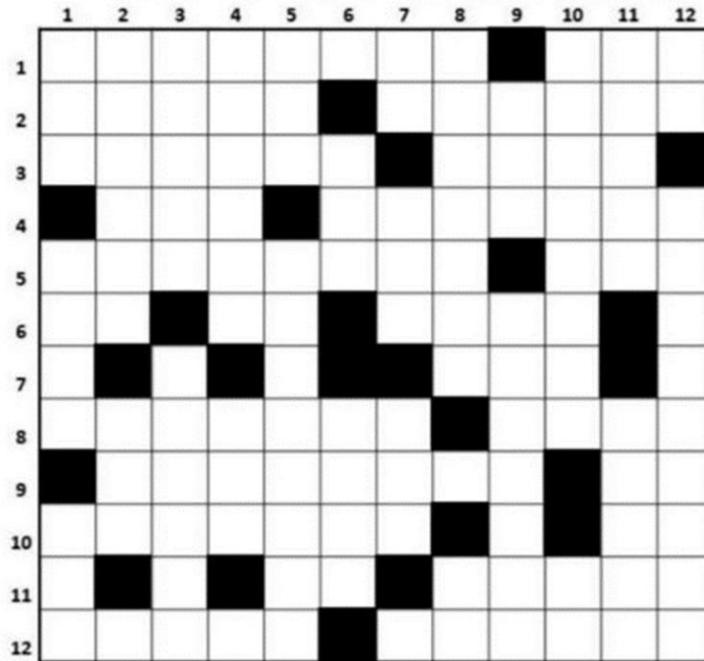


JEUX



MOT DE CLAIRE

Mots croisés par : Jean-François Vigneault



HORIZONTALEMENT

1. Activité très populaire à la résidence – Coup violent résultant d'un choc brutal
2. Qui a les couleurs de l'arc-en-ciel – Vie...
3. Fils – Prénom féminin
4. Début de goutte – Qui n'a pas d'activités
5. Sont inclinés – Colle, sans extrémités
6. Squelette – Voyelles – Trou du pain
7. Plus à l'est qu'au nord
8. On peut y faire quelques exercices – État américain
9. Excès de poids (pl) – Pronom personnel
10. 4100 ou 4200 pi des Cageux – Saint
11. Voyelles jumelles – Existait
12. A atteint une grande hauteur – Mèche de cheveux

VERTICALEMENT

1. Nez – Ping... - Bière anglaise
2. Élèves – Semi-consonne
3. Morceau de bois brûlé – De couleur jaune
4. Trouvaille – Venue au monde
5. Nouveau – Fatiguée à l'extrême
6. Rejette comme faux – Située
7. Union africaine – Plus au nord qu'à l'ouest – Arrivera le 21 juin
8. Explosée – Terminaison
9. Habitude inconsciente – Inhabituel
10. Arme – Carte à jouer
11. Fait de s'éveiller – Installé sur un siège
12. Pronom personnel – On la lance vers une cible

Quels projets seront réalisables à l'été 2021 ?

Les membres du Comité des loisirs ne se tiennent pas les bras croisés depuis un an et n'ont pas pesé sur le bouton « arrêt » en ce qui concerne la case « idées ».

Un de nos projets à mettre sur pied est sans contredit, d'ici la fin de juin, la tenue de l'assemblée générale. Nous devons sans doute nous résigner à la tenir de façon virtuelle, ce qui au départ, n'est pas un excellent choix pour moi, la technologie n'étant pas vraiment mon dada.

Cette assemblée est normalement suivie de peu par la tenue de notre « souper hot dogs ». Mais que pourrons-nous prévoir comme « normal » cet été ?

En juillet, pourrait-on profiter, autour de la piscine extérieure, de soirées musicales avec danse ?

Vers le 20 août, nous aimerions poursuivre la tradition de la « soirée blé d'Inde ». À ce moment, je pense que la très grande majorité des résidents, sinon tous, auront reçu la deuxième dose du vaccin. Les restrictions permettront-elles la tenue de l'événement ?

La journée « Porte ouverte » début septembre, aurait un impact considérable cette année puisque plusieurs résidents s'ajoutent aux Philanthropes depuis un peu plus d'un an et donc privés de renseignements importants sur l'ensemble des activités. Cette journée permet justement de répondre à leurs questions. Rappelons que tous les loisirs sont dirigés par un groupe de bénévoles dévoués qui se feront un plaisir d'expliquer, ce jour-là, le déroulement de leur activité respective.

Nous souhaitons ardemment que toutes les activités culturelles, sociales et sportives puissent reprendre vie en septembre.

Claire Couturier, présidente

Comité des loisirs 3

À retenir



La page de Denise

***S.V.P. Ne pas composer le 6-1112
Pour joindre l'administration,
composez le 206 seulement**

Merci à tous les bénévoles qui ont contribué au succès de l'opération changements de pneus du printemps. Les deux journées se sont très bien déroulées dans une atmosphère dynamique. Si des personnes voulaient se joindre à l'équipe de bénévoles pour l'automne, n'hésitez pas à communiquer avec moi au 6-1348.

Andrée Vaudry



- Josée Chéron et Michel Deslandes
- Aurèle Pelletier et Léona Dubé
- Daniel Fyen et Nicole Benoit Fyen
- Huguette Filiatrault
- Normand Dallaire
- Pierre Spérano et Louise Archambault
- Jacques Courcy

"Il est grand temps de rallumer les étoiles."

Solution des mots croisés

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	P	E	T	A	N	Q	U	E		P	E	T
2	I	R	I	S	E		A	C	T	I	V	E
3	F	I	S	T	O	N		L	I	S	E	
4		G	O	U		I	N	A	C	T	I	F
5	P	E	N	C	H	E	N	T		O	L	L
6	O	S		E	A			O	E	I	L	E
7	N		A		R			E	N	E		C
8	G	Y	M	N	A	S	E		U	T	A	H
9		O	B	E	S	I	T	E	S			S
10	A	D	R	E	S	S	E		I		S	T
11	L		E		E	E		E	T	A	I	T
12	E	L	E	V	E			T	R	E	S	S

J'annonçais dans mon texte d'avril que les travaux pour l'entrée du 4100 débuteraient en avril... Mais, c'est la porte numéro 3 qui est installée.

J'aurais dû écrire : « En avril, on ne se découvre pas d'un fil », puis, y ajouter qu'en avril le nouveau projet, amélioré par l'architecte, reste sur la planche à dessin. Cela s'appelle l'**ATTENTE**...

En mai, la nature se réveillera davantage, les plantes et les fleurs commenceront à s'épanouir un peu plus pour embellir notre environnement. En mai, l'entrée du 4100 se réveillera-t-elle en même temps ? Progressera-t-elle au même rythme que la renaissance de la nature ? Cela s'appelle l'**ESPOIR**.

Pour nous, la première dose du vaccin contre la COVID-19 est maintenant chose faite. La deuxième dose sera possiblement pour juillet, ce qui nous apportera une meilleure protection. Cela s'appelle la **CONFIANCE**.

Dans le respect des mesures de la Santé publique, la poursuite de nos efforts et les vaccins nous rendront plus aptes à affronter les variants et la Covid. Cela s'appelle la **PERSÉVÉRANCE**.



J'espérais vous revenir dans le PHIL de mai avec des nouvelles intéressantes pour nous tous, au sujet du Philanthrope. Cela devra attendre avec l'espoir que la **CERTITUDE** soit au rendez-vous, sans trop tarder, afin que je puisse annoncer de vraies affaires dans un délai raisonnable.

Dans l'**ATTENTE** d'un retour à une vie plus normale, je garde l'**ESPOIR** que nos efforts à respecter les mesures de la Santé publique porteront leurs fruits. Que la **CONFIANCE** d'atteindre des résultats meilleurs nous aide à vivre le plus sainement possible dans de telles circonstances. Je suis convaincue que seule la **PERSÉVÉRANCE** nous amènera à vaincre ce fléau pour de bon et la **CERTITUDE** de jours meilleurs suivra.

Denise Brunette, présidente de l'ARP

RÉFLEXION FAITE

Dormir c'est fatigant

Il est 22 h 45, j'ai sommeil. Je me dirige vers la salle de bains pour les ablutions d'usage. Ensuite, je m'installe au lit. Quelque temps plus tard, je m'éveille. Déjà me dis-je ? Mes nuits sont mouvementées et habituellement inconfortables. J'ai toujours hâte d'en finir. J'espère qu'il s'est écoulé au moins deux heures depuis mon coucher. Je consulte ma montre. Il est minuit, à peine. Vraiment ! Si je pense me lever à 6 h 30 il me reste encore plus de 6 heures à rester étendu sur mon lit. J'ai la bouche sèche. Je prends une gorgée d'eau à même le verre laissé à mon chevet un peu plus tôt. Devrais-je retourner aux toilettes ? Tant qu'à y être ! De retour au lit, j'entreprends une autre séance de sommeil. Cette fois, j'anticipe encore 2 heures sans histoire. Quelque temps plus tard, j'ouvre les yeux. La question habituelle me hante et avant de consulter ma montre, j'ose deviner. Il devrait être 2 h selon mon estimation précédente. Je vérifie avec espoir. Il est 1 h 15 environ. Non, mais quand même, je ne vais pas me réveiller bêtement à toutes les heures ! Ajoutez à cela le morceau de musique qui me suit partout ; ce refrain répétitif qui accompagne chaque pensée ou conversation intérieure et qui s'agglutine sur mon cerveau.

J'ai un lit articulé qui s'ajuste à la tête et au pied. Le médecin m'avait recommandé de me soulever les pieds plus haut que l'élévation du cœur pour faciliter la circulation. On penserait que je dors la tête en bas, mais non. Cependant, le dos, lui, peut souffrir du degré des inclinaisons que je dois ajuster périodiquement. Fort heureusement, ceci devient possible et essentiel quelquefois pendant la nuit. Comme vous l'avez deviné, mes réveils nocturnes s'adaptent parfaitement à la réalisation de cette tâche. Non sans inquiétude, je poursuis ma nuit de siestes partielles. Rien ne peut vous empoisonner une nuit de sommeil comme l'angoisse de ne pas pouvoir en jouir. Les interruptions se poursuivent ainsi jusqu'à 3 h 30 environ. Là, écœuré de ces voltiges brumeuses, je me lève, je passe au salon, j'allume la télé au poste des nouvelles que j'ai déjà embrassé la veille à 18 h et qui revient avec les mêmes éléments aux demi-heures. Je parade d'une chaîne à l'autre pour finalement atterrir sur les péripéties d'un vétérinaire de campagne quelque part aux É.-U. Éventuellement, je retourne au matelas pour terminer cette aventure ténébreuse.



Jean-Luc Maja



Anniversaires



Mai

Thérèse Fournier (Théorêt)	2
Guy Godmer	2
Gisèle Cormier	6
Robert Juneau	8
Louise Spérano Archambault	8
Denise Brunette	12
Marguerite Caron (Bougie)	14
Jacqueline Côté	14
Danielle Gagné	14
Lorraine Boucher	17
Jacqueline Corluka	20
Carmin D'Ermo	22
Yvon Maurais	23
Normand Champoux	24
Jacques Laporte	24
Michel Larocque	25
Robert Stevenson	26
Claudette Savaria	27
Dominique Marin	29
Léona Dubé	31

Un oiseau

T'as déjà vu un oiseau
Lorsqu'il sort de sa coquille ?
Encore mouillé et tout chaud,
Tout petit et si fragile.

Il avance tout tremblant,
Il cherche, il n'y voit rien.
Son corps s'approche éperdument
À sa mère qui vient.

Puis, c'est sa première envolée,
Sa première chanson.
Un éveil qui vient activer
Ses ailes encore en éclosion.

Il chante le jour qui apparaît au ciel.
Il salue les fleurs qui se réveillent.
Il s'enivre de la vue du soleil.
Il est heureux devant ces merveilles.

L'amour, un cœur.
La nature, une fleur.
Petit oiseau,
C'est ta chanson d'un jour nouveau.

Ninon Brais



<https://vimeo.com/537335967>

