



Sona Lakhoyan Olivier
Députée de Chomedey

Sona.LakhoyanOlivier.CHQMS@parl.gc.ca
450 686-0166



Fayçal El-Khoury
Député Laval-Les Îles

Faycal.El-KhouryC1@parl.gc.ca

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

La Pharmacie des Philanthropes est fière de soutenir Le Phil

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

LUNDI au JEUDI
9h30 à 16h

VENDREDI
12h30 à 16h

ligne de garde disponible pour
urgences

450-902-0414

 **Pharmacie
Dorian Margineanu inc**

BE Bien-Être Coiffure
Philanthropes
Elle & Lui

Coiffure
Massothérapie
Esthétique et électrolyse
Soins de pieds
Manucure
Recouvrement d'ongles naturels


capilia
laval

Programmes de remplacement capillaire
Prévention et correction de la perte de cheveux
Prothèses capillaires prêtes à porter
Prothèses capillaires sur mesure

450 902-0411

Volume 14
numéro 6
Septembre 2024

Le Phil

Au fil des communications internes
Comité Loisirs Résidence Philanthropes

Le rythme des saisons influence nos humeurs et nos activités

Dans nos cœurs, septembre est synonyme d'automne, même si cette saison ne commence pas du tout au début du mois. Chez nous, septembre est célébré pour ses paysages pittoresques aux couleurs vibrantes et des touristes viennent de loin pour admirer nos feuillages enflammés.

Pour plusieurs, cette saison évoque aussi une certaine nostalgie. Cependant, cette perception romantique est de plus en plus perturbée par les effets extrêmes des changements climatiques.

Durant notre jeunesse, nous « lisions » la journée en examinant le ciel. Maintenant, des soubresauts météorologiques dérangent régulièrement notre quotidien. L'imprévisible règne : nos printemps restent frais et s'étirent, nos étés sont parsemés de soudaines canicules, nos automnes deviennent chauds, et nos hivers sont moins rigoureux... Ces anomalies ne sont pas que des désagréments mineurs ;

elles influencent profondément
l'environnement,
l'agriculture et notre santé.

Nous devons donc

reconsidérer
notre rapport
aux saisons,
apprécier leur
beauté,
tout en étant
conscients des défis
qui les transforment.

J-L Major

L'équipe du Phil

Éditeur **Jean-Luc Major**
jeanlucmajor@gmail.com

Révision **Monique Couturier**

Graphisme **Christine Mather**

Impression **Ginette Lavoie**

Pliage **Réjeanne St-Onge**

Distribution **Gisèle et Edmond Cormier**

Comité
des loisirs **Yvon Maurais**
2018clrp@gmail.com • comiteclrp.com

**Date butoir pour le PHIL d'octobre :
23 septembre 2024**

Bloc-notes

LES HORTICULTEURS BÉNÉVOLES PERDENT UN ATOUT IMPORTANT!

Helena Kramer Pichette nous quitte à la fin août, pour se réinstaller ailleurs. Cette bénévole enjouée et dévouée, qui a œuvré un peu partout aux Philanthropes, va nous manquer! Son absence donne lieu à un besoin pressant de remplaçants pour entretenir les terrasses et la façade du 4200. Il s'agit surtout d'enlever les mauvaises herbes et de couper les fleurs fanées, afin de maintenir le plaisir visuel de tous.

Engagez-vous, même pour 15 minutes par ici et par là, et vous aurez un impact positif sur la qualité de vie de notre collectivité.

Demandez aux bénévoles de vous montrer où sont les divers outils pratiques mis à notre disposition, et joignez-vous à nous!

Les équipes de bénévoles actuels **Jacques Laporte, Roger Loiselle, Gisèle et Maurice Mailloux, et Christine Mather** vous attendent à bras ouverts!



AVIS Si vous désirez obtenir un bouquet d'hydrangées avant la taille de nos arbustes, n'arrachez pas les branches, ce qui endommage la repousse. SVP, **demandez à Jacques Laporte** ou à un autre bénévole de vous couper un bouquet.

Christine Mather

Le mot du

COMITÉ LOISIRS
RÉSIDENTE PHILANTHROPE



Le 14 août avait lieu l'Assemblée annuelle du Comité des loisirs.

Quelque 150 résidents y ont assisté. La période couverte par cette réunion était du 1^{er} juin 2023 au 31 mai 2024.

Le secrétaire, **Yvon Maurais**, a préparé les divers documents nécessaires pour la rencontre.

Chacun des vice-présidents a livré son rapport concernant les activités dont il est responsable :

- **Jacques Laporte** pour le côté social,
- **Robert Deslauriers** pour les activités sportives,
- **Gilles Côté** pour les soupers passés et à venir.
- **Colette Sarrazin** (absente) j'ai lu son rapport sur les activités culturelles.

Le bilan financier, préparé par la trésorière **Andrée Vaudry**, a été remis à toutes les personnes présentes.

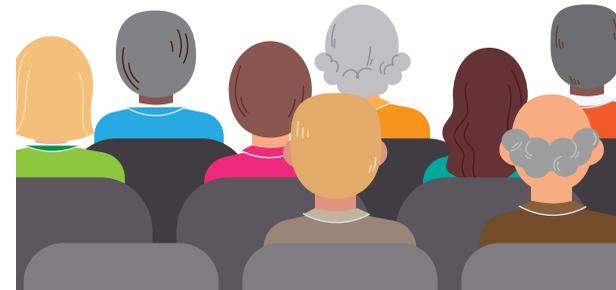
Dans mon compte rendu, j'ai omis de remercier **Huguette Favreau** ainsi que son conjoint **Claude Cardinal** pour l'aménagement de la chapelle au rez-de-chaussée du Centre Hugh Paton. Une trentaine de résidents assistent à la messe mensuelle. Je tiens à m'excuser auprès d'eux.

Merci!

Claire Couturier
présidente



J'aimerais remercier les résidents qui nous écrivent suite à un événement auquel ils ont assisté (souper ou autre) pour nous transmettre leurs commentaires qui sont en général très positifs. C'est très agréable de vous lire. Il est entendu que les membres du Comité n'agissent pas avec la pensée de recevoir des compliments, mais c'est un encouragement à poursuivre leur mission.



Lettres à l'éditeur



Monsieur l'Éditeur,

Les vacances sont finies, et une nouvelle année d'activités commence.

POLITIQUE : Nous avons connu un printemps et un été chargés en émotion.

Les campings pro palestiniens sur les campus ont occupé notre actualité pendant de longues semaines avant de disparaître.

L'échange ou la libération de prisonniers, dont un journaliste américain, détenu en Russie.

Le débat entre M. Trump et M. Biden a fait beaucoup jaser et pousser ce dernier hors de l'arène politique. L'annonce du président américain Biden de ne pas se présenter aux élections cet automne a projeté M^{me} Kamala Harris à l'avant de la scène. Les prochains débats en septembre entre M. Trump et M^{me} Harris promettent d'être sujets à discussion et divertissants. On sait que M. Trump n'est pas avare de quolibets et de fausses vérités.

LES JEUX OLYMPIQUES DE PARIS : Une ouverture grandiose sous un déluge non désiré avec des numéros d'artistes internationaux et en finale une Céline Dion resplendissante.



Le tableau représentant les LGBTQ+ a aussi fait couler beaucoup d'encre.

Est-ce qu'une ouverture des jeux en stade aurait été plus réussie?

L'équipe canadienne féminine de soccer qui perd six points avant même de commencer à jouer, est-ce que les joueuses devaient être pénalisées pour l'indélicatesse ou la tricherie des entraîneurs?

Les athlètes ukrainiens sont des modèles de courage et de détermination à s'entraîner sans relâche pendant l'invasion et les alertes.

Trois pays ont été bannis des Jeux : Russie, Biélorussie et Guatemala. Aux jeux de Paris, peut-on considérer être le meilleur athlète au monde lorsqu'il manque celui d'un pays qui excelle dans la plupart des disciplines?

MÉTÉO : Juste avant le retour de l'automne, la tempête tropicale *Debby* nous a frappés de plein fouet.

Par le passé, les restes des tempêtes nous épargnaient souvent; cet été ça n'a pas été le cas et on dit que ce n'est que le début.

Ginette L.

Divers



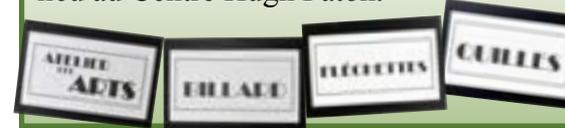
**2 septembre,
FÊTE DU TRAVAIL**

La chorale les Philanthropes débute bientôt et il est temps de nous dire si vous avez un intérêt à venir rejoindre la chorale. Les pratiques ont lieu le jeudi matin de 10h à 11h30. Les personnes de l'extérieur sont aussi les bienvenues!

André Thibodeau et Marie-Rose Robitaille
450-902-0373 ou 514-824-3588

MERCI à Daniel Fyen

pour son initiative. Il a réalisé des affichettes murales identifiant de manière uniforme la variété d'activités qui ont lieu au Centre Hugh Paton.



Le Phil s'enrichit d'une graphiste d'expérience
Christine Mather se joint à l'équipe pour renouveler la mise en page de notre journal. Nous l'accueillons avec plaisir!

Christine s'occupera aussi en partie de la publicité pour nos événements.



Gregoria Bacares et Michel Steben

Louise Barrette

Gilles Bigras et Ginette Charbonneau

Lydie Doret

Diane Laplante et Pierre Laplante

Carole Breton

Claude Brideau et Clairette Lévesque

Daniel Brunet et Sylvie Ducharme

Valérie Lafontaine et Armand Faubert

Jean-Louis St-Arnaud

Gabrielle Trudeau et Richard Goyette

La régie audiovisuelle au Centre Hugh Paton a besoin d'aide!

C'est au troisième étage du CHP que se réalise presque toute la magie qui agrémenté les événements.

Ça vous intéresserait d'apprendre et de collaborer?

Communiquez avec **Jean-Luc Major** au 6-1226, ou par courriel à: jeanlucmajor@gmail.com



Les activités

JOUR	ACTIVITÉ	ICÔNE	DÉBUT	FIN	LIEU	RESPONSABLE
lundi	viactive		9h30	10h30	CHP 2 ^e	R. Deslauriers
lundi	bibliothèque		10h	11h	Basilaire	L. Bigras.....F. Touchette
lundi	ping-pong femmes		10h	11h	CHP 2 ^e	N. Deslauriers
lundi	arts et artisanat		10h30	15h	CHP 3 ^e	N. PetelD. Hogue
lundi	pétanque		13h		ext. ou P1-A	R. Aubertin R. Doré
lundi	pickleball		13h	15h	CHP ss	C. Hogue
lundi	quilles		13h		CHP RC	A. VaudryD. Vaudry
lundi	snooker		13h30		CHP 2 ^e	J. De Launière
lundi	bingo		19h		CHP 2 ^e	Comité
mardi	aquaforme		9h	10h	CHP RC	C. Mather
mardi	badminton		10h	11h	CHP ss	J. Boileau
mardi	bibliothèque		10h	11h	Basilaire	L. VoyerY. Brunelle
mardi	méditation		10h		Basilaire	D. Gagné
mardi	aquaforme		10h15	11h15	CHP RC	C. Mather
mardi	quilles		13h		CHP RC	C. Couturier
mardi	crible		19h		CHP 3 ^e	P. Dicaire
mercredi	informatique		9h30	11h30	CHP 3 ^e	S. Marseille
mercredi	viactive		9h30	10h30	CHP 2 ^e	D. Lamoureux
mercredi	pickleball		10h	12h	CHP ss	Libre
mercredi	bibliothèque		13h	14h	Basilaire	M. GravelA. Tanguay
mercredi	pétanque		13h		ext. ou P1-A	R. Aubertin R. Doré
mercredi	sculpture		13h	15h	atelier P2-B	M. Samson
mercredi	quilles		13h30		CHP RC	M. CouturierD. Vaudry
mercredi	snooker		13h30		CHP 2 ^e	J. De Launière
mercredi	APÉRO MUSICAL*		16h	17h	CHP 2 ^e	G. Bélisle
mercredi	cinéma		19h30		Basilaire	G. Lavoie C. Dion

Aux nouveaux résidents

Nous sommes ravis de vous accueillir aux Philanthropes ! À votre arrivée, vous joignez une communauté dynamique.

Notre complexe pour gens retraités est fier d'offrir une variété impressionnante d'activités, conçues pour répondre à tous les goûts et intérêts. Que vous aimiez le sport, les arts,

la musique, ou simplement socialiser avec vos voisins, nous avons quelque chose pour vous.

Participer à nos activités, c'est une excellente occasion de rencontrer d'autres résidents, de faire de nouvelles connaissances et de vous divertir tout en enrichissant votre quotidien.

Le comité des loisirs

JOUR	ACTIVITÉ	ICÔNE	DÉBUT	FIN	LIEU	RESPONSABLE
jeudi	aquaforme		9h	10h	CHP RC	C. Mather
jeudi	chorale		10h	11h30	CHP 2 ^e	A. Thibodeau
jeudi	aquaforme		10h15	11h15	CHP RC	C. Mather
jeudi	arts et artisanat		10h30	15h	CHP 3 ^e	N. PetelD. Hogue
jeudi	baseball poches		13h		CHP 3 ^e	N. DeslauriersG. Nicol
jeudi	bibliothèque		13h	14h	Basilaire	D. BoucherY. Desmarais
jeudi	pickleball		13h		CHP ss	C. Hogue
jeudi	billard femmes		15h		CHP 2 ^e	F. Dubreuil
jeudi	cartes		19h		CHP 3 ^e	V. Campeau
jeudi	quilles		19h		CHP RC	A. VaudryD. Vaudry
jeudi	concert spectacle		19h30		Basilaire	C. Ouellette
vendredi	viactive		9h30	10h30	CHP 2 ^e	A. Thibodeau
vendredi	danse en ligne		13h	14h	CHP 2 ^e	J. Laporte
vendredi	fléchettes		13h		CHP 3 ^e	A. Cloutier
vendredi	snooker		13h30		CHP 2 ^e	J. De Launière
vendredi	danse en ligne		14h15	15h30	CHP 2 ^e	J. Laporte
vendredi	whist militaire		19h		CHP 3 ^e	N. Bilodeau R. Bilodeau
samedi	ping-pong hommes		10h		CHP 2 ^e	Libre
samedi	bridge		12h45		CHP 2 ^e	l'Équipe
samedi	QUILLES EN FAMILLE*		13h	16h	CHP RC	D. Vaudry
dimanche	PETIT-DÉJEUNER*		9h	10h30	CHP 2 ^e	R. Doré
dimanche	cartes		13h		CHP 3 ^e	D. Morin
dimanche	ABAT/9*		13h		CHP RC	G. Côté
dimanche	CINÉMA*		13h30		Basilaire	G. Lavoie C. Dion
dimanche	KARAOKÉ*		15h	17h	CHP 2 ^e	D. DeslauriersD. De Rossens

Activités mensuelles *

APÉRO MUSICAL 3 ^e mercredi	QUILLES EN FAMILLE 4 ^e samedi	ABAT/9 2 ^e dimanche	PETIT-DÉJEUNER 3 ^e dimanche	KARAOKÉ 3 ^e dimanche	CINÉMA 4 ^e dimanche
--	---	-----------------------------------	---	------------------------------------	-----------------------------------

SEULES LES PERSONNES AUTORISÉES

peuvent afficher sur les trois chevalets du basilaire ainsi qu'aux P3-A et B. Ces mêmes personnes (résidents) ont la responsabilité de retirer les affiches en temps voulu.

Nous comptons sur votre collaboration.

Jeu de mots

Mots mêlés

R E L I O P S S U F N I N
 E P A R T T A I T O O H O
 E R U L L I U O M A I I I
 E I A F A Y C M F Œ T U S
 M T R T L R E O O G A R S
 A N I E I A D A N L L I E
 T N A L L O C P E F L B C
 R E I C A A B C O O I I C
 P T H F O C G E I I T N U
 P A R D R E O A S D N E S
 I E U O U I U L D A I T Q
 E J T U S E Z R D O C T E
 E I M I H C O R G A S E E

ACIER
 AGROCHIMIE
 ALTO
 ÂTRE
 ATTRAPE
 BESACE
 BINETTE
 CHAI
 COLLANT

CONFINS
 DOCTE
 DRAP
 FLACCIDITÉ
 FOIS
 FREE
 FŒTUS
 GALERIE
 GARS

GRUE
 INFUS
 JUDO
 LARD
 LOCALITÉ
 MOIS
 MOUILLURE
 NOMMÉ
 OUZO

POINTE
 RATIO
 RUSH
 RÔTI
 SCINTILLATION
 SILO
 SODA
 SPOILER
 SUCCESSION

Solution : THYMOANALEPTIQUE

Au jour le jour

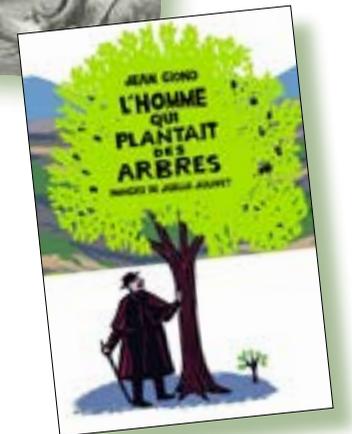
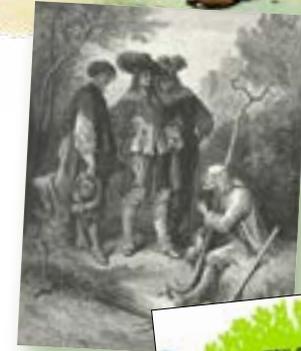
Dernièrement, je me demandais si je devais acheter une imprimante. Que de fois, me dis-je, dois-je emprunter les services d'autrui? Ceci me permettrait d'éviter de déranger mes voisins ou encore les valeureux bénévoles du comité des loisirs. Et puis bêtement, je réfléchis sur la vie qui me reste en concluant que l'utilisation de cet appareil pourrait être bien courte. Je perçois déjà la réaction de certains d'entre vous qui atteignez les 90 ans ou même plus, et qui me feriez remarquer que, vu mon âge, il pourrait bien me rester encore une dizaine d'années de vie.

Sagesse aidant, je me remémore une fable de Lafontaine à propos d'un homme de 80 ans qui plantait un arbre : trois jeunes hommes du voisinage se moquaient de lui, disant qu'il était trop vieux pour espérer voir les fruits de son travail. Le vieillard leur répondit que personne ne sait combien de temps il lui reste à vivre, et que même s'il ne profitait pas de l'arbre, ses descendants en bénéficieraient. Comme on s'en doute, les jouvenceaux mourront avant le vieillard. Voilà pour la fable et sa morale.

Dans le même ordre d'idée, je me souviens aussi du récit de Jean Giono, l'homme qui plantait des arbres. Au fil des années, cet homme transforme un paysage aride en une forêt luxuriante. Il redonne ainsi la vie et la prospérité à la région. J'ai d'ailleurs créé une vidéo que vous pouvez visionner sur Internet (<https://vimeo.com/211189361>).

Inspiré par ces quelques réflexions, je reconsidère ma décision.

J-L Major



10 Films, concerts et culture



L'équipe Cinéma présente
le mercredi à 19 h 30

- 04 Dis-moi pourquoi ces choses sont si belles** (2023) QC • Drame
Alexandre Goyette, Mylène Mackay
- 11 Thelma** (2024) Suisse-É.-U. • Action
Comédie • June Squibb, Fred Hechinger
- 18 Le Cascadeur** (2024) É.-U. • Action
Comédie • Ryan Gosling, Emily Blunt

••• DIMANCHE à 13 h 30 •••

**22 P.-A. MÉTHOT : P-A 2000 -
LE PARTY DU MILLÉNAIRE** • Humour

25 Mon Meilleur Ennemi (2017) É.-U. • Action
Ryan Reynolds, Samuel L. Jackson

Bon cinéma
Colette, Claudette et Ginette



Rallye pédestre du mercredi 21 août

Pensé par **Réjean Pitre**, assisté de plusieurs résidents dont, entre autres, **Danielle De Rossens**, **Gilles Côté** et **Jean-Luc Major**, ce rallye a vu 34 équipes de deux personnes sillonner le basilaire, le stationnement, le dépanneur et divers autres endroits.

Au souper qui a suivi, de nombreux prix ont été remis, entre autres ceux qui soulignaient les meilleurs résultats obtenus. Questions et réponses aux énigmes ont été projetées sur grand écran ainsi que



Claude Ouellette présente
le jeudi à 19 h 30

- 05 THE OPERA GALA...**
Live from Baden-Baden
- 12 ANDRÉ RIEU**
Happy Days are here again
- 19 LES 3 TÉNORS**
en concert, 1994
- 26 DIANE DUFRESNE :**
en liberté conditionnelle

Claude Ouellette
imprésario



des séquences vidéo des divers jeux à être accomplis ; ces dernières ont suscité bien des rires. Bref, ce fut un franc succès.

Claire Couturier

Anniversaires-septembre

Ginny Martineau	4	Denise Jodoin	13
Diane Mireault	4	Jocelyne Belle Isle.....	15
Ginette Dion.....	5	Denise Hogue	16
Monique Pelletier.....	5	Ginette Laporte	16
André Usereau.....	6	Éric Jubinville	18
Monique Morin.....	7	Lisette Stevenson	19
Antonio Sforza	7	Solanges Thibault	20
Suzanne Boileau	9	Geneviève Cloutier.....	21
Gaëtane Durand.....	9	Louise Ouellet	22
Fernand Poitras.....	12	Jean-Guy Lalonde.....	24
Michèle Bastien.....	13	André Cloutier.....	25
Suzanne Bernier	13	Lise Charette	27



Pour les gens qui ne baignent pas dans la technologie, les avancées sont époustouflantes. Par exemple, saviez-vous que pour générer une image dans un logiciel d'intelligence artificielle (IA ou AI), il faut rédiger une description ? Et nos premières suggestions ne correspondent pas bien souvent à ce que nous avons en tête. Ceux qui peinent lors d'une recherche Google me comprendront !

Pour obtenir un résultat précis, il faut raffiner



Bien avant l'avènement de l'intelligence artificielle, le poète, écrivain et critique Nicolas Boileau conseillait : « Hâtez-vous lentement ; et, sans perdre courage, Vingt fois sur le métier remettez votre ouvrage : Polissez-le sans cesse et le repolissez ; Ajoutez quelquefois, et souvent effacez. »

la description selon des étapes : définir les éléments clés ; employer des adjectifs précis ; ajouter des détails contextuels ; réviser et ajuster ; être persévérant ! Sachez que ce processus de raffinement peut aussi être appliqué à l'écriture de textes et récits.

Essayez-vous et proposez-nous un texte à publier dans le Phil !

J-L Major