



450 902-0411

Coiffure
Esthétique et électrolyse
Manucure
Recouvrement d'ongles naturels
Pose d'ongles
(résine et poudre ou gel)
Soins de pieds

MASSOTHÉRAPIE

par Mélodie

OFFRE EXCLUSIVE

Durant tout le mois d'octobre,
les résidents bénéficieront
d'une séance de **1 h 30**
au prix d'une séance de 1 h
lors de leur premier massage.

C'est une belle occasion de découvrir
les bienfaits d'un moment de détente.



Sona Lakhoyan Olivier
Députée de Chomedey

 Sona.LakhoyanOlivier.CHOM@assnat.qc.ca
 450 686-0166





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**



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

Volume 15
numéro 07
Octobre 2025



Au fil des communications internes
Comité Loisirs Résidence Philanthropes

Le Québec innovant

Saviez-vous que le système de construction abritée pour immeubles de grande hauteur *Upbrella* est québécois ? Cette méthode limite l'impact urbain et protège le chantier des éléments.

Accrochée au toit, la structure abritée va descendre peu à peu au rythme des travaux. Un transporteur haute capacité permet d'acheminer les ouvriers et matériaux sur le chantier et de retirer les rebuts par l'extérieur. Aucun accès de l'intérieur n'est requis pour les travaux de réfection de nos façades extérieures, sauf exception.

Ce système se prête bien à nos besoins spécifiques : le remplacement nécessaire complet des façades (Phases A et B) ; les propriétaires profitent de l'occasion pour rajeunir leur apparence.

Pour les travailleurs : protection contre les intempéries, ventilation, chauffage, station sanitaire, aire de repos ; tout ce qui augmente la rapidité des travaux.

Le système nous protège également (les résidents) car nous sommes séparés des travaux de réfection de façade.

Le déplacement régulier de machinerie lourde demande plus que jamais que nous soyons vigilants et que nous respectons les indications routières sur les panneaux et la redirection ponctuelle par les ouvriers. Il en va de notre sécurité à tous.



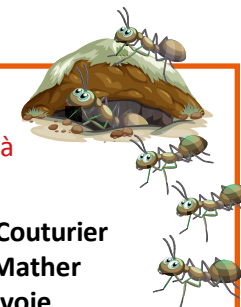
L'équipe du Phil

Faire parvenir vos textes à
txtphilclrp@gmail.com

Révision **Monique Couturier**
Graphisme **Christine Mather**
Impression **Ginette Lavoie**
Distribution **Gisèle et Edmond Cormier**

2018clrp@gmail.com • comiteclrp.com

Date butoir pour le PHIL de novembre :
15 octobre 2025



Lettre aux lecteurs



Les océans, ces dépotoirs nucléaires

Entre 1946 et 1993, plus de 200 000 fûts de déchets radioactifs ont été déversés dans l'Atlantique, le Pacifique et l'Arctique. Enfouis entre 3 000 et 5 000 mètres de profondeur, ces barils ont été largués dans les océans avec la bénédiction des scientifiques de l'époque, qui jugeaient l'immersion « sûre » et sans conséquence.

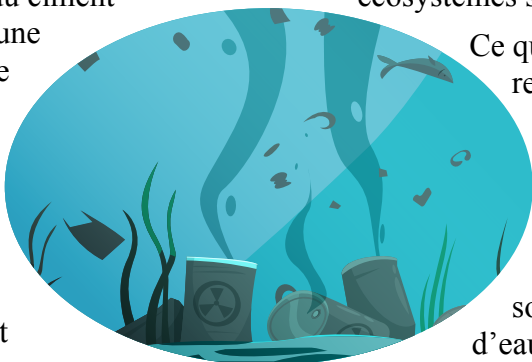
Aujourd'hui, cette certitude s'effrite. Les fûts, scellés dans du ciment ou du bitume, avaient une durée de vie estimée de vingt à vingt-cinq ans. La plupart ont depuis largement dépassé leur seuil de sécurité, menaçant de libérer leur contenu toxique dans un environnement marin déjà fragilisé.

Cet été, une équipe de chercheurs a mené une mission d'un mois pour trouver et cartographier ces sites d'immersion, évaluer l'état des fûts et mesurer les impacts sur la faune et les sédiments. Leur zone d'étude : une portion de 163 km² au large des côtes françaises, un échantillon minuscule.

Grâce à un sonar ultra haute résolution embarqué sur un sous-marin autonome conçu pour les grandes profondeurs, les

chercheurs ont réussi à localiser près de 3 350 fûts radioactifs tapissant le fond de l'Atlantique.

Ce travail de repérage a mis au jour une réalité inquiétante : de nombreux barils sont corrodés, fissurés, voire éventrés, laissant s'échapper des substances radioactives et chimiques. Ces fuites silencieuses pourraient avoir des conséquences durables sur les écosystèmes sous-marins.



Ce que les océans nous renvoient aujourd'hui, ce n'est pas seulement la corrosion de vieux barils, mais celle d'une époque où l'on croyait pouvoir tout enfouir sous des kilomètres d'eau. Les déchets

radioactifs largués dans les océans ne sont pas des vestiges du passé : ils sont une menace bien présente, silencieuse, et encore trop peu surveillée.

Alors que les océans subissent déjà les assauts du réchauffement climatique, de la surpêche et de la pollution plastique, cette contamination invisible rappelle une vérité brutale : ce que nous jetons finit toujours par nous revenir.

Ginette L.

J'achète local.
Je nous choisis,
je me choisis.

Le mot du

COMITÉ LOISIRS
RÉSIDENTS PHILANTHROPIES



Toujours plus pour vous

Des activités de toutes sortes ont pris leur envol au début septembre pour le plus grand plaisir de la majorité des résidents.

Nous avons plein d'idées pour toujours mieux vous divertir. Si certaines de ces idées se concrétisent, en octobre et en novembre, vous aurez des choix de plus : des conférences sur l'**Histoire du Québec** sous différentes époques, des renseignements sur le chocolat, particulièrement sur les propriétés curatives et stimulantes du **cacao**.



Côté musical, vous aurez le loisir d'entendre des **orchestres**, de même qu'un **spectacle solo**. Enfin, vous serez invités au **théâtre** pour voir et écouter un **monologue** interprété par une comédienne, sur la vie des femmes, comprenant quelques remarques *pointues* pour vous les messieurs.

Bon automne,

Claire Couturier
présidente



Éditeur demandé

Nous sommes à la recherche d'une personne habilitée à diriger le journal Le Phil.



Depuis presque un an, **Christine Mather** et **Monique Couturier** doivent écrire des textes afin de remplir les pages du journal en raison du manque d'articles. Christine est graphiste professionnelle et ne désire pas s'impliquer dans l'écriture. Pour sa part, Monique aime bien collaborer dans la révision des écrits, mais pas les créer.

Si ce poste vous intéresse, veuillez me contacter au 450 902-3723 ou au 6-1038.

Comme nous avons reçu trop peu de réponses à notre dernier appel d'aide (numéro novembre 2024 du Phil), le Phil passera de 12 à 8 pages dès le prochain numéro. En janvier 2026, si les résidents ne partagent pas de textes intéressants pour la collectivité, et ce, régulièrement, nous réduirons le journal à 4 pages, conservant ainsi l'essentiel à communiquer à notre communauté.

Folklore

Une légende du huard

Voici le résumé d'une légende amérindienne qui raconte d'où vient le collier particulier du huard, l'oiseau représenté sur notre dollar.

Une tribu vivait au bord d'un lac, leur chef Onas enseignait avec fierté à son fils Napiwa comment devenir un grand chasseur et un chef. Sa femme Niska passait ses journées à le regarder grandir et à lui broder des mocassins et des tuniques de peau. La vie était belle.

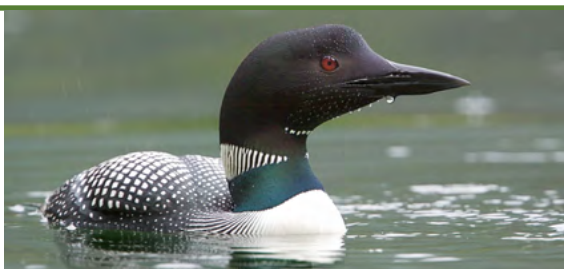
Pourtant, une croyance voulant que le dieu huard règne seul sur la nuit les effrayait tous. Quand on entendait son chant à la tombée du jour, personne ne devait plus sortir de sa loge.

À 15 ans, le fils agacé dit ce qu'il pensait : *je ne crois pas ce que nous enseigne le sorcier à propos du grand huard !* Son père le réprimanda. Napiwa décida qu'il sortirait la nuit même voir la lune et les étoiles qu'il ne connaissait pas.

Au matin, on avertit le chef qu'il manquait un canot. Quand Onas constata l'absence de son fils, découragé et apeuré, il ordonna au sorcier de préparer la cérémonie des morts. Niska refusa d'accepter si vite la mort de son fils ; sa tendresse pour lui l'emportait sur la peur.

Rongée par l'inquiétude, Niska alla marcher sur la berge du lac, scrutant l'eau où le huard lançait son chant-signal. Elle ramassa sur la grève un caillou blanc, qu'elle tourna et retourna dans sa main. Elle le frotta longuement contre une pierre dure en scrutant le lac.

Quand des chasseurs partirent à la recherche de son fils, elle continua à polir le caillou blanc, qui devint lisse et brillant. Elle le perça et l'enfila sur une lanière de cuir qu'elle glissa à son cou. Le soir venu, les chasseurs revinrent



bredouilles et tous se dépêchèrent de rentrer avant la tombée de la nuit.

Pendant cinq jours, on chercha Napiwa. Chaque jour, Niska ramassait un caillou blanc sur la grève qu'elle frottait pour s'occuper. Le soir, elle le perçait et l'enfilait sur sa lanière.

Le sixième jour, bien avant le coucher du soleil, on avait retrouvé Napiwa vivant ! Il raconta : *le ciel était noir, des milliers d'étoiles brillaient. Mon canot a chaviré. Je ne voyais rien, je ne sentais rien. D'étranges remous m'ont emporté. J'ai crié puis... je ne sais plus. Quand j'ai ouvert les yeux, j'étais au sec dans un nid de branches et de feuilles. Le grand huard se tenait près de moi et m'a parlé doucement. Il m'a apporté du poisson et de l'eau. Mes forces sont revenues. Il n'était pas offensé. Je me sentais bien chez lui. Puis, j'ai vu les canots et je me suis souvenu...*

Niska, reconnaissante, prit un canot et pagaya jusqu'au milieu du lac. Le chant modulé du huard retentit tout à coup ; sans agiter la surface de l'eau, l'oiseau apparut devant le canot. Niska arrêta de pagayer, retira de son cou le collier de cailloux blancs qu'elle avait polis et repolis tout au long de sa douloureuse attente, se pencha vers le huard qui se tenait immobile sur l'eau sombre et lui glissa au cou le collier qu'elle avait façonné. *Merci*, murmura-t-elle.

On dit que c'est depuis ce jour que les huards ont autour du cou un magnifique collier de plumes blanches.

Calendrier

SEMAINE LAVALLOISE DES ÂÎNÉS 1^{er} au 7 octobre

ABAT/9
dimanche
12 octobre



ACTION DE
GRÂCE
lundi 13 octobre



**Piano
BAR** mercredi
15 octobre

PETIT-DÉJEUNER
communautaire
dimanche 19 octobre



KARAOKÉ
dimanche 19 octobre



FÊTE
D'HALLOWEEN
vendredi
24 octobre



Guy Labelle

Marielle Dulude



MERCI SOLANGES !

ViActive fait partie
de notre qualité de vie
grâce à ton implication !

Le Karaoké en blanc

Un vent de fraîcheur, ça fait toujours du bien au moral, n'est-ce pas ?

Vous avez des idées de chansons, des thèmes à proposer ? Contactez-nous !



Notre histoire

L'expédition du Nil

En septembre 1884, près de 400 volontaires (Métis, Ontariens, Québécois et Mohawks) sont engagés « aux frais de la princesse » en raison de leur **expertise spécifique et unique au monde** : celle de **piloter des bateaux sur des eaux dangereuses** ! Ces hommes, on les appellera *les voyageurs du Nil*.



Olorie Legault (1857-1942), arrière-grand-père de mon conjoint, **Pierre Legault**, cageux sur la rivière des Outaouais à cette époque, est l'un de ces intrépides qui répond à l'appel.

OBJECTIF

Secourir un bataillon anglais assiégé à Khartoum (Soudan), accompagnant quelque 5 000 soldats anglais et leur approvisionnement.

COMMENT ?

En Égypte, depuis Le Caire, remonter le Nil à fort courant, parcourir 2 300 kilomètres dans environ 800 embarcations que les cageux dirigeront, un à l'avant, l'autre à l'arrière. À chaque rapide, les soldats doivent débarquer avec leur cargaison et faire du portage, alors que nos Canadiens bravent seuls les eaux périlleuses. À chaque cataracte (six grandes chutes d'eau), on doit



piloninternational.ca



cantley 1889.ca

hisser les chaloupes et les baleiniers avec des câbles et des poulies pour que les cageux dirigent les embarcations.

En janvier 1885, l'expiration de leur contrat de six mois approchant rapidement et nos *voyageurs* soupçonnant qu'ils n'atteindront pas leur objectif dans le temps qu'il reste, ces derniers demandent de rebrousser chemin afin de pouvoir remplir leurs obligations au Québec.

Toutefois, 89 d'entre eux décident de continuer l'opération de sauvetage avec les soldats anglais. Malheureusement, le général Gordon est tué par les rebelles fin janvier, deux jours avant l'arrivée des secouristes à Karthoum.

Même si la mission échoue, nos cageux sont accueillis en héros de retour au Caire, puis à Ottawa, et on leur offre en gratitude une médaille de bronze de la part du khédivé Tawfiq (vice-roi d'Égypte).

Violette Dumont

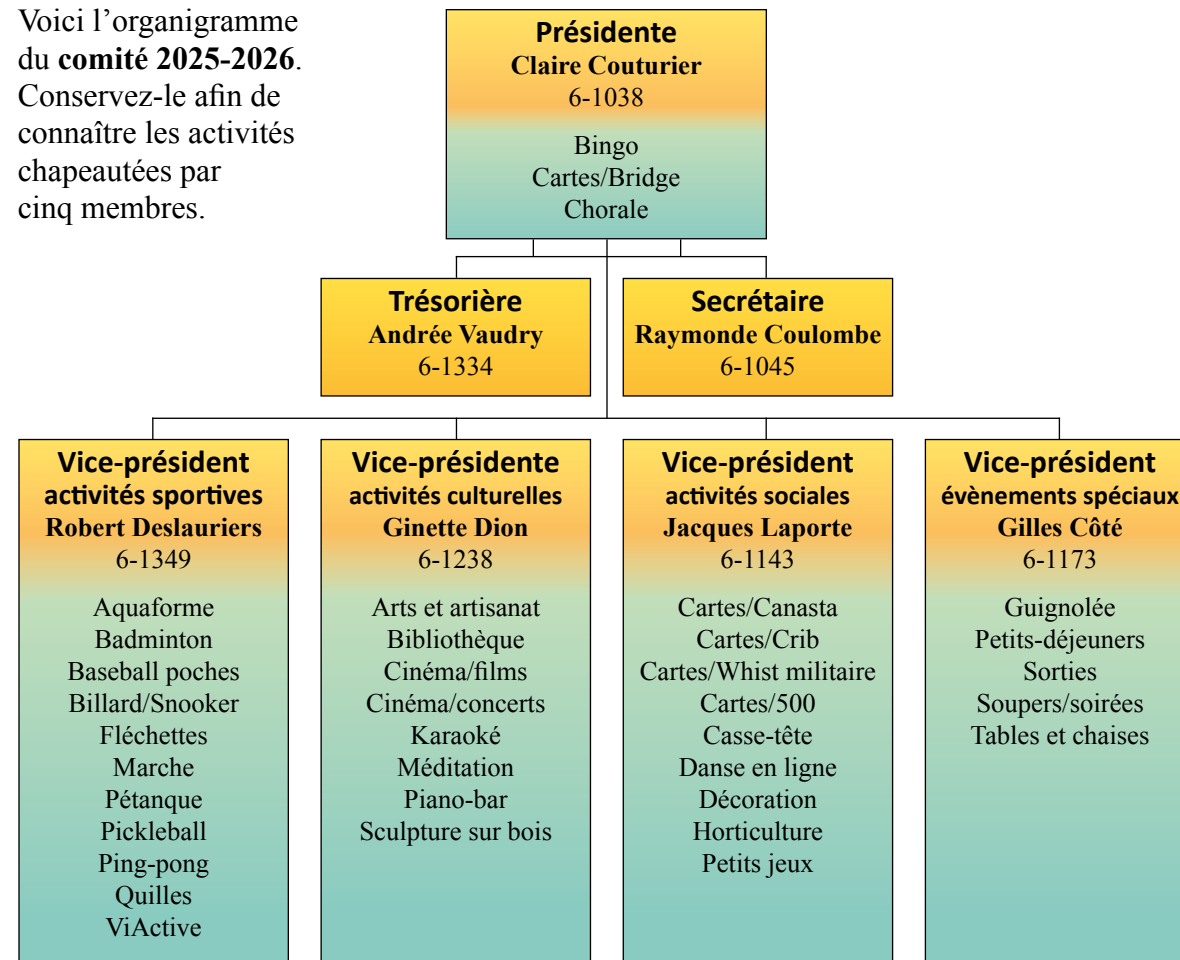


Qui fait quoi

COMITÉ LOISIRS
RÉSIDENTE PHILANTHROPES



Voici l'organigramme du **comité 2025-2026**. Conservez-le afin de connaître les activités chapeautées par cinq membres.



Responsabilités connexes au comité des loisirs :

Journal Le Phil
Monique Couturier
Christine Mather

Photographie
Michel Lanoix
Christine Mather

Son et lumière
Jean-Luc Major

Soutien technique
Alain Labossière
Richard Ouellette

Aide informatique
Serge Marseille

BUREAU DU COMITÉ

450 902-0407 • 2018clrp@gmail.com • comiteclrp.com

Jeu de mots

Mots mêlés

T S A C D O P I X E L I O T E
M E M O T I C O N E T C H A T
O B A N D E A U T S M I L E Y
A O P N U M M O C O C T E T C
R N S E R E T S A M B E W A E
N U T X R L E E H A C K E R R
A S E I K O O C N O P A C I T
Q U Q O V G S U U A O V R P I
U U A N R I U R R R R A A L F
E F P E D C R E E O T T N U I
L O R R S I F U E B A A N G C
G R E A E E E C S A B R H I A
O U S L U L R A D S L E R N T
O M S M O D E M C E E M A I L
G V E I L L E R B I F I W H E

- | | | | | |
|------------|-----------|-----------|----------|-----------|
| ADSL | CONNEXION | FRAUDE | PIRATE | SURFER |
| ANTIVIRUS | COOKIE | GOOGLE | PIXEL | TCHAT |
| ARNAQUE | COURRIEL | HACKER | PLUGIN | VEILLE |
| AROBASE | ÉCRAN | INTRANET | PODCAST | WEBMASTER |
| AVATAR | EMAIL | LOGICIEL | PORTABLE | WIFI |
| BANDEAU | EMOTICONE | MODEM | PRESSE | |
| BONUS | ÉTOILE | NUMÉRIQUE | RÉSEAU | |
| CERTIFICAT | FIBRE | OCTET | SMILEY | |
| COMMUN | FORUM | PAREFEU | SPAM | |

Solution : moteur de recherche

Observation



Théâtrale, la bernache !

La **Bernache du Canada** (*Canada Goose*) est un oiseau aquatique facile à identifier : corps allongé brun au ventre plus clair, long cou noir avec une tache blanche qui s’étend des joues jusque sous la gorge, pattes noires palmées et bec denté aplati.

Avec une voix de théâtre, elle avise ses comparses de toute menace et annonce ses déplacements. Elle signale aussi le changement de saison alors qu’elle part hiverner ou qu’elle revient au bercail depuis des décennies.

Herbivore, elle se nourrit dans les champs agricoles et sur les pelouses à peu près 12 heures par jour (feuilles de graminées, fleurs, tiges, racines, graines et baies).

Il y a peu de hasards dans la nature : quand les œufs

éclosent, les plantes sont à leur valeur nutritionnelle la plus élevée ; les petits (*oisons*) s’en nourrissent immédiatement. Les familles se déplacent pour se nourrir afin d’accumuler des réserves de gras en vue de l’hiver et de la migration. À la fin de l’été, la bernache de deux mois est prête à voler, en même

temps que l’adulte se remet d’une mue qui l’aura empêché de voler pendant quatre à six semaines.

Comme plusieurs oiseaux migrateurs, les Bernaches du Canada volent en formation « V », ce qui leur permet de conserver leur énergie et qui aide les chefs de file à mieux communiquer et coordonner les mouvements de la bande.

C. Mather

Bernache ou Outarde

Les premiers colons européens appellent la bernache *outarde*, trouvant qu’elle ressemble à l’*outarde canepetière mâle*, oiseau terrestre à pattes non palmées et bec pointu qui habite les zones ouvertes et les champs d’Europe, d’Afrique et d’Australie.

Kekun avait besoin de lunettes !



10 Films, concerts et culture



L'équipe Cinéma présente
le mercredi à 19 h 30

- 01 **LE COMPTABLE** (2015) É.-U.
Suspense • Ben Affleck
- 08 **LA CORDONNIÈRE** (2023) QC
Drame • Rose-Marie Perreault
- 15 **LE JARDINIER** (2025) FR
Action • Jean-Claude Van Damme
- 22 **JAMAIS SANS MON PSY** (2024) FR
Comédie • Christian Clavier
- 29 **FRONTIÈRES** (2023) QC
Suspense • Pascale Bussières

Bon cinéma
Claudette, Réjean et Ginette



Claude Ouellette présente
le jeudi à 19 h 30

- 02 **ANDREA BOCELLI**
Concerto *One Night in Central Park*
- 09 **BEE GEES**
One Night Only
- 16 **SWING ERA**
Benny Goodman
- 23 **FILM : SUR LA ROUTE DE MADISON**
Clint Eastwood, Meryl Streep
- 30 **FILM : LES CHORISTES**

Claude Ouellette
imprésario

Galerie d'art aux Philanthropes

Depuis quelques années, la section
«Art» se développe aux Philanthropes.

  mes débuts, j'étais seul et,
aujourd'hui, une dizaine de peintres
et aquarellistes occupent la section
qui leur est réservée dans l'atelier
au 3  étage du CHP.

La direction a accepté avec plaisir
que nous transformions la mezzanine
de cet étage en **Galerie des Arts**,
afin de permettre à nos artistes
d'afficher leurs  uvres.

Avec le temps, nous
prévoyons également

exposer
les réalisations
de la section
«Artisanat».

C'est un projet qui me
tient à cœur et je remercie
l'administration et les artistes
de l'atelier, art et artisanat,
pour leur soutien.

Vous pourrez admirer
peintures et aquarelles
dès le 3 octobre.

Daniel Fyen
Responsable, section Art

Anniversaires-octobre

Florea Iordache.....	1	Michel Dehoux.....	13
Jeanne-d'Arc Therrien.....	3	Gaston Debien.....	18
Gisèle Aubertin.....	4	Jean-Claude Beaudoin.....	19
Marielle Dulude.....	5	Denise Grenier.....	21
Normand Dallaire.....	8	Rachel Auger.....	24
Irinula Iordache.....	8	Louise Bigras.....	24
Jean-Guy Taillon.....	10	Sylvie Ducharme.....	25
Diane Aubry.....	11	Claudette Giguère.....	27
Huguette Mercier.....	12	Micheline Lafortune.....	28
Robert Charbonneau.....	13	Michel Steben.....	30



Les estacades à l'ouest du pont Lachapelle

Chaque année, Hydro-Québec installe à
l'automne et démantèle au printemps des
estacades qui permettent de prévenir les
accumulations de glace, réduisant ainsi
certains dangers (embâcles et inondations
sur la rivière des Prairies) pour les
infrastructures de la société d' tat.

La crue printanière dicte le temps du retrait,
car, on doit attendre la baisse du débit
d'eau et la fonte des glaces. Les estacades
disparaissent donc aussi tôt qu'à la mi-avril
au plaisir des sportifs nautiques, ou à la fin
mai, à leur grand dam.

C. Mather