



**GINETTE
LEGAULT BERNIER**
Votre conseillère municipale
de Laval
vous souhaite de belles
activités tout au long de
l'année.

1 Place du Souvenir
Laval, PQ H7V 1W7
Tél.: 450-681-9468
gibernier@yahoo.com




GUY OUELLETTE
Député de Chomedey

Adresse de circonscription 4599, boul Samson
Bureau 201
Laval (Québec) H7W 2H2
Téléphone : 450 686-0166
Télécopieur : 450 686-7153

Hôtel du Parlement
1045, rue des Parlementaires
Bureau 1.64
Québec (Québec) G1A 1A4
Téléphone : 418 644-4050
Télécopieur : 418 646-7385

Courriel gouellette-chom@assnat.qc.ca



POUR NOUVEAUX CLIENTS

➔ **MASSAGE DE VOTRE CHOIX = Rabais de 15 \$**

450-902-0411
www.beccoiffure.com

Pas de TPS ni de TVQ
les mardis, mercredis et jeudis

Ne peut être jumelé avec aucune autre offre.
Apportez votre coupon

**La pharmacie
de la Résidence des Philanthropes**

 **Francis Shefteshy
Pharmacien-propriétaire**
450 902-0414 Affilié à 

**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

Journal Le Phil

*Au fil des communications internes
Comité loisirs Résidence Philanthropes*

Volume 3, numéro 1

Tirage 260 exemplaires

Février 2013

LA SAINT-VALENTIN, FÊTE DE L'AMOUR!

À la Saint-Valentin, une partie de la planète vibre d'AMOUR! Hélas, en certains pays, est-il besoin de le souligner, on est très loin de célébrer la Saint-Valentin dans l'amour... Souhaitons à nos semblables qui sont dans la tourmente, le retour à une paix véritable un jour!

Pour certains, le 14 février n'est qu'une méga fête commerciale aux arômes de fleurs et de chocolat, ce qui peut tout de même être une façon d'exprimer ses sentiments. D'autres y voient l'occasion privilégiée de s'arrêter et de se dire tout haut, ces mots qu'on n'ose pas se dire assez souvent... «je t'aime»!

Que les «je t'aime» des époux, des amants, des fiancés, des enfants, des frères et soeurs, des parents, des grands-parents, des vrais amis résonnent comme une musique très douce à l'oreille de chacun de vous en ce 14 février!

Pour vous inspirer, voici ce petit bouquet d'amour signé Édith Piaf, cette grande amoureuse :

*«C'est fou ce que je peux t'aimer, ce que je peux t'aimer des fois
Des fois je voudrais crier car, je n'ai jamais aimé comme ça
Jamais aimé comme ça, ça je peux te le jurer!»*



HEUREUSE SAINT-VALENTIN À TOUS!

Rose-Marie Proulx

MOT DU PRÉSIDENT

Bonjour à tous,

Voilà le premier mois de 2013 qui est terminé. On entend souvent dire que janvier est un gros mois d’hiver et que quand il est terminé, déjà on commence à penser au printemps. Malgré la neige, le froid, ici ça bouge de plus en plus.

Notre journal commence sa troisième année de parution. Il est une source importante de renseignements et il est heureux que les vice-présidents et responsables pensent de plus en plus à publier toute nouveauté, tout changement et résultat dans Le Phil. Cet outil devient pour vous, en plus des babillards, un instrument de références par excellence durant tout le mois.

Par exemple, ce mois-ci des cours de billard, des rencontres de quilles, des récitals de piano comptent parmi les nouveautés et reflètent la variété des loisirs qui sont offerts.

L’année est encore assez jeune pour que nous prenions des résolutions. Lisez celles suggérées dans l’article qu’Hélène et André Thibodeau ont bien voulu nous transmettre. Qui n’a pas besoin de trucs pour rester positif? C’est ce qu’ils se sont dit en lisant ce texte et en nous le partageant.

La Saint-Valentin approche et vous ne voulez pas rater l’occasion de souligner cette fête? Nous vous enlevons le souci

d’organiser une sortie. Vous n’avez qu’à réserver votre place et descendre au basilaire, le 9 février, pour bien manger, écouter de la musique et socialiser.

Pour terminer, voici un avis qui peut avoir une grande importance.

Saviez-vous que les ambulanciers ont remarqué que très souvent, lors d’accidents, les blessés ont un téléphone portable sur eux. Toutefois, lors des interventions, on ne sait jamais qui contacter dans ces listes interminables de contacts!

Les ambulanciers ont donc lancé l’idée que chacun d’entre nous rentre dans son répertoire, la personne à contacter en cas d’urgence, sous un même pseudonyme. Le pseudonyme internationalement connu est «ICE», ce qui veut dire «In Case of Emergency» (en cas d’urgence). C’est sous ce nom qu’il est suggéré d’entrer le numéro de la personne à contacter, utilisable par les ambulanciers, la police, les pompiers ou les premiers secours. Lorsque plusieurs personnes doivent être contactées, on peut utiliser ICE1, ICE2, ICE3 ...

Facile à faire, ne coûte rien et peut apporter beaucoup. On peut tous, un jour en avoir besoin...

Yvon Hamel

L’argent ou l’intelligence??

Un prof mange tout seul dans la cantine lorsqu’un étudiant s’assoit à sa table.

Le prof :
«Un oiseau et un cochon ne peuvent pas rester côte à côte»!
L’étudiant :
«D’accord, alors moi je m’envole».

Le prof irrité a décidé de lui donner 0/20 au prochain examen.
Le jour de l’examen, l’étudiant répond parfaitement à toutes les questions.

Le prof lui demande :
Imagine que t’es en train de marcher sur un chemin et tu trouves deux sacs : l’un est plein d’argent et l’autre plein d’intelligence. Lequel prendras-tu?

L’étudiant :
Le sac avec l’argent.

Le prof :
À ta place, j’aurais pris le sac avec l’intelligence.

L’étudiant :
Les gens prennent ce qu’ils n’ont pas!

Le prof encore plus enragé a pris la feuille d’examen de l’étudiant et y a écrit «*connard*».

L’étudiant regarde sa feuille et deux minutes plus tard, revient vers le prof et lui dit :
«Monsieur, vous avez juste mis votre signature mais vous n’avez pas mis de note.»

R
É
S
O
L
U
T
I
O
N
S

Je me mets au régime! J’évite maintenant :

pensées négatives
personnes destructrices
ce qui me retire mon sourire
ce qui m’empêche de dormir
ce qui fait que mon regard s’assombrit
ce qui me fait douter de moi et m’angoisse
ce qui me met des bâtons dans les roues

En un mois :

j’aurai perdu 3 kg de *MALADIE*
j’aurai gagné 3 kg de *QUALITÉ DE VIE*

2
0
1
3

Février, mois de l'Histoire des noirs

C'est en 1995 que le Parlement canadien a adopté une loi proclamant février, le mois de l'Histoire des Noirs. Ce mois coïncide aussi avec l'anniversaire de Martin Luther King qui, on le sait, a eu une grande influence sur la population afro-américaine.

La Ligue des Noirs du Québec et celle du Canada organisent, à cette occasion, des événements commémoratifs rappelant notamment le «chemin de fer souterrain». Ce chemin de fer clandestin était un réseau secret, construit par les esclaves noirs, aidés par des abolitionnistes et des blancs qui adhéraient à leur cause. Ce réseau s'étendait vers le sud en direction de la Floride et du Mexique. On nommait des chefs de train chargés de déplacer

les fugitifs de station en station. Les renseignements sur les itinéraires étaient gardés secrets et transmis de bouche à oreille. À son apogée, entre 1830 et 1860, cette voie clandestine a permis à 1 000 esclaves de s'échapper, chaque année.

C'est sous le thème «Mon histoire canadienne : je peux moi aussi être un héros» que se célèbrent cette année, les fêtes de l'Histoire des Noirs. Ces célébrations se veulent une invitation à imaginer un monde sans barrières, sans injustices et une société inclusive, dynamique et ouverte sur le respect de l'autre.

Rose-Marie Proulx

UN AJOUT À NOTRE CONNAISSANCE DES PARTICULARITÉS DE LA LANGUE FRANÇAISE

1. Le plus long palindrome de la langue française est «ressasser». On peut donc le dire dans les deux sens.
2. «Squelette» est le seul mot masculin qui se finit en «ette».
3. «Institutionnalisation» est le plus long lipogramme en «e». C'est-à-dire qu'il ne comporte aucun «e».
4. L'anagramme de «guérison» est «soigneur».
5. «Où» est le seul mot contenant un «u» avec un accent grave.
6. Le mot «simple» ne rime avec aucun autre mot. Tout comme triomphe, quatorze, quinze, pauvre, meurtre, monstre, belge, goinfre ou larve.
7. «Endolori» est l'anagramme de son antonyme «indolore», ce qui est paradoxal.
8. «Délice», «amour» et «orgue» ont la particularité d'être du genre masculin et deviennent féminin à la forme plurielle.
9. «Oiseaux» est, avec 7 lettres, le plus long mot dont on ne prononce aucune des lettres «O», «i», «S», «e», «a», «u», «x». «Oiseau» est aussi le plus petit mot de la langue française contenant toutes les voyelles. Eh oui!



Anniversaires de février 2013

Nous avons tous quelque chose à célébrer les uns après les autres..., année après année et c'est notre anniversaire !

- | | |
|----|---------------------------------------|
| 3 | M ^{me} Annie Gianchetti |
| 4 | M. Kenneth Patton |
| 5 | M ^{me} Nicole Thérberge |
| 6 | M. Clément Roy |
| 7 | M ^{me} Lise Décarie |
| 7 | M ^{me} Ginette Nantel |
| 8 | M ^{me} Reina Cloutier |
| 8 | M. Denis Duclos |
| 8 | M. Richard Jean |
| 8 | M ^{me} Micheline Lussier |
| 8 | M ^{me} Pauline Roy |
| 11 | M ^{me} Jeannette Gravel |
| 12 | M. Gaétan Dion |
| 16 | M. Jean Chevrete |
| 17 | M ^{me} Yolande Bastien |
| 21 | M. Yvon Demers |
| 22 | M. Roger Champagne |
| 24 | M ^{me} Jacqueline Bienvenue |
| 28 | M ^{me} Lise L'Écuyer Brisson |

INSIDE OUT

- ★ No matter how old I am on the outside,
I am twenty years younger inside.
- ★ My wrinkled skin covers a youthful one,
my grey hair recalls being red.
- ★ My heavier shape hides a lithe, slender body
my slower step remembers having a spring in it.
- ★ No matter how old I am on the outside,
there is a vibrant, young woman inside.

*Tiré du livre de Natasha Josefowitz, Ph.D.
«Too Wise to Want to Be Young Again»*

Messages de la direction

TÉLÉPHONE, COURRIEL ET INTERNET

Notre demande de novembre dernier à l'effet de reporter au lundi vos demandes concernant les sujets ci-dessus n'a pas obtenu la réponse espérée.

Vu l'absence de Sylvie Bélanger le vendredi, nous vous invitons à vous abstenir - sauf pour les cas urgents - de téléphoner ou de passer au bureau ce jour là pour toute question relative au téléphone, au courriel et à l'Internet.

Nous réitérons notre souhait de voir une amélioration dans les semaines à venir et ce, afin de permettre à Annie et à Brigitte d'accorder, le vendredi, le temps nécessaire aux autres demandes qui les concernent plus directement.

TOILETTES

L'accès aux salles de toilettes aux P-1, P-2 et P-3 est maintenant disponible aux résidents.

Nous croyons que celles-ci seront davantage utiles aux personnes qui fréquentent les diverses salles d'activités mais elles rendront également service à tous et chacun lors de vos déplacements à l'intérieur des immeubles.

INTERNET

À la mi-février, une inspection des branchements pour l'Internet sera faite dans la phase A.

Le spécialiste devra entrer dans chaque appartement et vérifier la connexion qui se trouve dans le panneau électrique dans le placard.

Assurez-vous donc de libérer l'accès au panneau de contrôle, pour éviter toute perte de temps et faciliter la tâche du responsable.

Merci de votre collaboration.

BAUX

Vous venez de recevoir le document relatif au renouvellement de votre bail.

Prenez note que depuis le 30 janvier, il est possible de passer au bureau - 008-B - pour la signature de votre bail.

Nous vous remercions de votre confiance et nous ne cessons de travailler pour le bien-être de tous les résidents.

SOUPER DE LA SAINT-VALENTIN **9 FÉVRIER 2013, À 17 H 30 AU BASILAIRE**

À ne pas manquer, le souper de la Saint-Valentin.

Vous avez acheté votre billet? Ce sera sans doute une autre belle soirée, comme Michelle Petel sait si bien nous les organiser.

Au menu
Canapés, polenta, prosciutto, ceriso, bocconcini
Soupe Minestrone
Escalope de veau parmesan et pâtes
Gâteau Tiramisu
Boissons chaudes

Vous apportez votre vin.

Un accordéoniste-chanteur italien fera les frais de la musique.

Belle soirée en perspective.

Au moment d'imprimer le journal la vente des billets n'avait pas eu lieu mais renseignez-vous auprès de Michelle Petel - 450-902-2021 - si vous pouvez toujours vous procurer un billet.



Cinéma

Depuis quelques mois, monsieur Claude Pepin est à la recherche de personnes pour les présentations de films les mercredis et samedis.

Vous ne pouvez assumer cette responsabilité totalement mais vous seriez disponible à l'occasion?

Nous songeons à constituer une liste de résidents qui alterneraient pour présenter les films et ainsi permettre la poursuite de cette activité. C'est une solution intéressante jusqu'à ce qu'un nouveau responsable se manifeste.

Donc, vous êtes disponible un soir ou deux durant le mois? Ajoutez votre nom à cette liste et ainsi vous rendrez un fier service aux résidents qui apprécient ce divertissement.

M. Pepin attend votre appel au 450-902-0406.

L'Équipe Le Phil

Huguette Fradet, lien avec le Comité des loisirs
André Thibodeau, support technique
Monique Couturier, responsable
Rose-Marie Proulx, rédaction
Micheline Archambault,
anniversaires et distribution
Normand Dondo, publicité
Alcide et Dolorès Champagne, distribution
Suzanne Laliberté, distribution

Dans le seul but d'alléger les textes, ce journal utilise le genre masculin.

BILLARD



Cours de billard

Ceux et celles qui désirent suivre des cours de billard sont priés de communiquer avec Jean-Pierre Dicaire au 902-3727. Ces cours seraient donnés le mardi, à 9 h 30.

Tournoi de billard

Jeu de la 9 - formule en simple

Ce tournoi sera disputé le mercredi 20 février, à compter de 9 h. S.V.P. vous inscrire en écrivant votre nom sur les feuilles affichées sur les babillards au P-3 A et B.

Le tournoi est limité à 16 joueurs, répartis en deux catégories, soit la classe A et la classe B.

Le coût est de 5 \$ par personne.

Pierre Beauvais
Vice-président - Activités sportives

«Vieillir, c'est embêtant, mais c'est la seule façon de vivre longtemps...»
disait Félix Leclerc.



RENCONTRES MUSICALES

Ne manquez pas les récitals de piano offerts par monsieur *Jean-Pierre Dicaire* les jeudis à 13 h 30 dans le basilare. Elles débiteront le **7 février 2013**.

QUILLES

Oyé! Oyé! tous les amateurs de quilles.

Venez vous amuser en jouant aux quilles les dimanches 10 février, 10 mars et 7 avril, à 13 h au Spot Bowling de Cartierville (rue Grenet).

Les personnes intéressées sont priées d'inscrire leur nom, le nombre de personnes et leur numéro de téléphone sur les feuilles affichées sur les babillards au P-3 A et B.

Le coût est de 9 \$ par personne pour trois parties et 1 \$ pour la location de souliers.

Cette idée est venue suite à l'invitation de M. Sauvé de participer au Quilles-O-Thon au bénéfice du Théâtre d'Art Lyrique de Laval.

Même si certains n'avaient pas joué depuis 30 ans, tous se sont bien amusés et souhaitent reprendre cette activité.

Pierre Beauvais
450-681-0541

Horaire des spectacles de février dans le Cinéma

Voici les présentations qui se tiendront dans notre cinéma, au basilare.

MARDI À 19 H 30 - DVD de voyages - *M. Marcel Laurence*

5 février : **Côte d'Azur et Alsace**
12 février : **Bruges, Bruxelles et Amsterdam**
19 février : **Saint-Barthélemy**
26 février : **Londres**

MERCREDI À 19 H 30 - *Mme Sylvie Charette*

6 février : **Nicholas Nickleby** avec Christopher Plummer et Jamie Bell (drame, romance)
13 février : **Les soeurs Madeleine** avec Anne-Marie Duff (histoire vraie)
20 février : **Libellule** avec Kevin Costner (drame fantastique, suspense)
27 février : **Maison de sable et de brume** avec Ben Kingsley et Jennifer Connelly (drame)

JEUDI À 19 H 30 - Spectacles et Humour - *M. Pierre Beauvais*

7 février : **Jean-Michel Anctil** (Tel quel - son dernier spectacle 2011-2012)
14 février : **Engelbert Humperdinck** (Totally Amazing) En reprise
21 février : **Opéra La fille du régiment de Donizetti**
28 février : **Marie-Élaine Thibert** (En spectacle au Centre Bell)

SAMEDI À 19 H 30 - Cinéma - *Mme Sylvie Charette*

2 février : **À couteaux tirés** avec Anthony Hopkins et Alec Baldwin (thriller, suspense)
9 février : **L'idéaliste** avec Matt Damon et Claire Danes (drame, d'après le roman de John Grisham)
16 février : **Mansfield Park** avec Frances O'Connor (film d'époque, d'après le roman de Jane Austen)
23 février : **Limite extrême** avec Chris O'Donnell et Scott Glenn (thriller, suspense)

CALENDRIER DES ACTIVITÉS FÉVRIER 2013

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	
9 h 30 à 16 h ARTISANAT (tricot) <i>Réjeanne Hamel</i> Salle d'artisanat P-2-B	9 h CLUB DE MARCHE <i>Colette Langlois</i>	9 h 30 à 16 h ARTISANAT (bijoux) <i>Yolande Berthelette</i> Salle d'artisanat P-2-B	9 h CLUB DE MARCHE <i>Colette Langlois</i>	10 h à 12 h BIBLIOTHÈQUE <i>Jacqueline Pepin</i> Basilaire	10 h PING-PONG <i>Robert Sauvé</i> P-3-B	<u>BUREAU DES LOISIRS</u> Le bureau du Comité des loisirs est ouvert les lundis et mercredis de 10 h à 11 h. Pour laisser un message, composer le 450-902-0407 ou écrire à clrp@lesphilanthropes.org
	9 h 30 à 12 h ARTISANAT (bijoux) 9 h 30 COURS DE BILLARD	10 h COURS DE PEINTURE <i>Lise Bujold</i> Salle de peinture P-1-B	9 h 30 COURS DE PILATES <i>Christian Béland</i> Salle des loisirs P-1-A	13 h 30 à 15 h DANSE <i>Gillaine Provost</i> Salle des loisirs P-1-A		
12 h 30 CANASTA <i>Lise Lagacé</i> Salle des loisirs P-1-A	10 h PING-PONG <i>Robert Sauvé</i> P-3-B	13 h PÉTANQUE (intérieur) <i>Jean De Launière</i>	9 h 30 à 12 h ARTISANAT (tricot) <i>Réjeanne Hamel</i> Salle d'artisanat P-2-B	13 h 30 SCRABBLE duplicate <i>Claudette Bastien</i> 1004 - A		
13 h CLUB DE 500 <i>Lise Guilmette</i> Salle des loisirs P-1-A	10 h à 12 h BIBLIOTHÈQUE <i>Jacqueline Pepin</i> Basilaire	14 h 45 à 16 h 30 CHORALE <i>Robert Sauvé</i> Basilaire	13 h PING-PONG <i>Yvette Jean</i> P-3-B			<u>ACTIVITÉS LIBRES</u> BILLARD P-1-A CASSE-TÊTES P-2-A SALLE D'EXERCICES P-3-A PING-PONG P-3-B PÉTANQUE P-1-A
13 h PÉTANQUE (intérieur) <i>Jean De Launière</i> Garage P-1-A	13 h BASEBALL POCHE ET POCHE <i>Dolorès Champagne</i> Salle des loisirs, P-1-A		13 h 30 RÉCITAL DE PIANO <i>Jean-Pierre Dicaire</i> Basilaire			
19 h 30 BINGO <i>Lise Lagacé</i> Salle des loisirs P-1-A	19 h 30 CINÉMA - VOYAGES <i>Marcel Laurence</i> Cinéma	19 h 30 FILMS <i>Sylvie Charette</i> Cinéma	19 h 30 CINÉMA -SPECTACLES <i>Pierre Beauvais</i> Cinéma	19 h 30 WHIST MILITAIRE <i>Jeannine Brossard</i> Salle des loisirs P-1-A	19 h 30 CINÉMA <i>Sylvie Charette</i> Cinéma	



Desjardins
Caisse de Chomedey

Centre financier complet

Placement – Financement – International - Assurances

Siège social : 3075, boul. Cartier, Laval **450-688-0900** /Télec. : 450-688-1704
Centre de services Samson : 4595, boul. Samson, Laval **450-688-0900** /Télec. : 450-688-1713
 GUICHETS AUTOMATIQUES : ouvert 24/24, 7 jours semaine
ACCÈS D : 1-800-CAISSES - WWW.DESJARDINS.COM/CAISSE DE CHOMEDEY