Le Journal

Vol.28 | No 4
Décembre 2023 - Janvier 2024

AU FIL DE L'EAU

PHOTO : LOUISETTE DESROCHERS

RÉCEPTION 514-327-4411
BUREAU DES LOISIRS 514-955-2190
LE MAGASIN 514-323-4708

COURRIEL comitedesloisirs.montreal@gmail.com
SITE INTERNET www.aufildeleau.net

Service Wi-Fi dans les aires communes de la résidence avec COV.

SUIVEZ-NOUS SUR f

514-955-2190

2024

JOYEUX TEMPS DES FÊTES ET UNE NOUVELLE ANNÉE MERVEILLEUSE !

Nous sommes heureuses d'avoir partagé une autre année avec vous. Voici enfin arrivé le temps des rencontres et réjouissances avec cette belle famille qu'est le **Fil de l'Eau**. Merci à vous bénévoles pour votre travail et votre dévouement. Merci à tous nos membres pour votre belle participation.

Pour vous et vos proches, nos meilleurs vœux des fêtes. Que l'**année 2024** soit mémorable, remplie de petits et grands bonheurs et que la santé vous accompagne.

Jo-Ann Bourque et votre comité des loisirs.

RÉSIDENCE

Boules de Noël Au Fil de l'Eau

Vous pouvez acheter une ou plusieurs boules de Noël au coût de **25$** chacune entre **le 4 et le 20 décembre**. Votre nom sera inscrit dans un fichier et sur une boule placée dans l'arbre aux gouttes d'eau. Le tirage se fera **le 21 décembre à 11h00** dans l'entrée principale. Vous n'avez pas besoin d'être présent.

Nous avons aussi 2 boules spéciales au coût de **100$** chacune avec le privilège d'avoir 5 fois votre nom pour le tirage.

L'argent des revenus sera tiré parmi les participants et l'autre moitié ira à la Fondation de la Visite. Ce sont des personnes qui accompagnent les familles montréalaises par des visites à domicile pour des familles en situation de vulnérabilité avec un nouveau-né.

Tournoi de billard

Le tournoi de billard a eu lieu en novembre. Plusieurs personnes y ont participé. Les finalistes étaient Claude Shedleur et Denis Boulianne, Giovanni Bastone et Serge Verdon.

Voici l'heureux gagnant de ce tournoi : Serge Verdon. Félicitations !

Merci au responsable : **Normand Bergeron**

Le Journal

RÉDACTION | RECHERCHE.... Louisette Desrochers
GRAPHISME..... Rachel Raymond
CORRECTION ET RÉVISION... Claudette Thériault et les membres du comité
PHOTOGRAPHIE..... André Pélissier, Lucia Garonne, Robert Brisebois, Louisette Desrochers, Yvon Pagé.

Mot du propriétaire

En cette période des fêtes, nous pensons tout particulièrement à notre grande famille de la résidence Au Fil de l'Eau.

La Direction ainsi que tous les membres du personnel souhaitent que la magie de Noël apporte joie et gaieté dans vos foyers et qu'elle soit le prélude d'une nouvelle année de paix et de sérénité pour vous et ceux qui vous sont chers.

Nous profitons de cette occasion spéciale pour vous remercier de votre confiance et nous vous offrons nos vœux les plus sincères.

MESSAGE AUX NOUVEAUX LOCATAIRES

M. Salvatore Migliara, propriétaire de la résidence Au Fil de l'Eau souhaite au nom des résidents et résidentes une chaleureuse bienvenue aux nouveaux venus parmi nous :

Pierrette Tremblay, Jacynthe Gagné, Claude Hamel, Giovanna Marchesciano, Mario Ruggieri, Mario Filteau, Rina De Luca, Christina Pietrantonio, Louise Paradis, Yves Prévost, Gaétan Ouellet, Suzanne Lavallée.
Janvier 2024 : Rejent Auger, Francine Vermette, Luigi Dorico, Christine Babin.

Crédit d'impôt

REVENU QUÉBEC

Veuillez prendre note qu'il n'y a pas de rencontre en décembre car le gouvernement du Québec ne procède à aucune demande. Nous serons de retour en janvier 2024. Vous pouvez communiquer avec moi afin de prendre rendez-vous.

Au plaisir de vous rencontrer - Islande Sylvain.

Poinsettias

Chaque année, la direction achète des poinsettias afin d'agrémenter notre résidence pour le temps des fêtes. Ces pots doivent rester à la place où ils ont été déposés et ils ne vous appartiennent pas personnellement.

Soyez respectueux du travail des bénévoles à qui on dit un sincère merci.

Des poinsettias seront en vente lundi le 11 décembre près du bureau des loisirs (prix à déterminer). On vous annoncera quand les bouquets seront arrivés dans la résidence.

Vous ne pouvez n'en acheter qu'un seul par appartement*

Mimosa

Pour fêter l'arrivée de la Nouvelle Année, la direction et les membres du comité des loisirs vous invitent à venir prendre un mimosa **vendredi le 5 janvier 2024.**

Comme nous sommes proches de la fête des Rois, nous choisirons une reine et un roi pour l'espace d'un instant.

Venez en grand nombre entre **10h00 et 11h30** à la salle Delorme.

Rappels de la direction

Décoration du temps des fêtes

Aucune décoration sur les murs et corridors, le seul endroit où il est permis de mettre des décorations personnelles est sur votre porte d'entrée à l'aide d'un support seulement. Il est interdit de faire des trous sur votre porte d'entrée.

Travaux mécaniques

Veuillez noter qu'il est interdit d'effectuer des travaux de mécanique sur votre véhicule dans votre espace de stationnement intérieur, par exemple : changement d'huile, changement de pneus, ceci pour votre sécurité et le bien-être de tous. Cette règle s'applique aussi pour les locataires qui ont un espace de stationnement extérieur.

Service étoile gratuit

Sur le clavier de votre téléphone voici les touches à composer :

*13 pour confirmer votre présence avant 9h30 AM
*21 pour rejoindre le restaurant La Rivièra directement
*24 si vous avez manqué le message général fait pas l'administration
*34 pour connaître le menu du Restaurant La Rivièra

Vents

Avec l'hiver et la saison des grands vents qui arrivent, pour des raisons de sécurité nous vous prions d'attacher solidement ce que vous laissez sur votre balcon, tables, chaises, balancelles, etc.

Demande de service ou réparation

Toute demande pour un service ou une réparation dans votre logement doit être adressée à la réception de la résidence Au Fil de l'Eau au 514-327-4411.

FRAUDE DE FAUX REPRÉSENTANTS

Le fraudeur communique avec vous par téléphone et prétend être un employé d'une institution financière ou un policier. Il vous informe qu'il y a fraude ou enquête sur votre compte et qu'il faut lui donner vos numéros de carte bancaire ou même de les envoyer.

Il vous demande de mettre vos cartes dans une enveloppe en écrivant votre numéro d'identification personnel (NIP). Il vous convainc qu'une personne de confiance passera récupérer l'enveloppe et les cartes et que de nouvelles cartes vous seront envoyées par la poste.

PRÉVENTION

- Ne vous fiez pas à ce qui est écrit sur l'afficheur de votre téléphone.
- Ne donnez jamais de renseignements personnels au téléphone.
- Aucune institution financière, service de police ou gouvernemental ne viendra chercher vos cartes ou vous demandera votre NIP.

AU MOINDRE DOUTE, RACCROCHEZ !

RÉSIDENCE

Au Fil de l'Eau

Horaire des commerces

Centre d'hébergement de la marée (CHSLD)	En cas d'urgence	24 / 24 heures	514-955-5229
Rendez-vous: prises de sang	Mercredi	**13h30 à 15h00**	près de la clinique
Comité des Loisirs Le Bel Âge	Lundi au vendredi	9h00 à 12h00	514-955-2190
** Dépanneur Le Bel Âge	Lundi au vendredi	9h00 à 17h00	514-322-1998
(nettoyage, cordonnerie, retouches)	Samedi et dimanche	9h00 à 17h00	
Sonia Boutin Pharmacie ****La pharmacie est fermée entre 12h00 et 12h30**	Lundi au vendredi	10h00 à 15h00	**514-328-2646** **fax: 514-328-2492**
	Pour urgences	**9h00 à 10h00** **15h00 à 17h00**	
	Samedi et dimanche **Urgences téléphoniques seulement**	**10h00 à 15h00**	
Salle à manger La Rivièra	7 jours	**9h00 à 19h00**	514-321-8528
	menu *34	réservation *21	
Salon de coiffure Au Fil de l'Eau	Mardi	9h00 à 16h00	514-323-3030
	Mercredi-jeudi-vendredi	8h00 à 16h00	
	Samedi	8h00 à 15h00	
Esthétique Annick	Mardi-jeudi-vendredi	9h30 à 14h00	514-581-0628

Clinique Médicale		**Horaire sujet à changement**	
* Docteur Anatole Nguegno (Généraliste)	Jeudi seulement	14h00 à 19h00	
Heures d'ouverture Roxanne Richard, infirmière auxiliaire	du lundi au vendredi	8h00 à 16h00	**514-955-2170**
	***** Prise de rendez-vous par téléphone seulement.**		
Soins podologiques, Alyson Richard	Sur rendez-vous		514-955-2170
Inf.soins de pieds, Margita Durinova	Sur rendez-vous à domicile		514-515-1728
Gymnastique et massage	Sur rendez-vous	Josianne	514-377-3761
Milot & Tremblay-audioprothésistes	Sur rendez-vous à domicile	Isabelle Lamothe	514-321-2823
Administration / Réception	Lundi au vendredi incl.	8h00 à 17h00	514-327-4411
	*Samedi *Dimanche	9h00 à 16h00	
S.T.M. (informations)			514-288-6287
COOP de l'Est Taxi			514-352-6000

***** Clinique fermée 25 et 26 décembre 2023 ainsi que les 1er et 2 janvier 2024**

Prises de sang: 13 décembre, 5 dernier rdv et reprise le 10 janvier 2024

Anniversaires - décembre 2023

À l'occasion de votre anniversaire, vous êtes conviés à **un dîner** offert par M. Migliara et Mme Trépanier qui aura lieu **jeudi le 14 décembre à 12h00** au restaurant La Rivièra.

Les fêtés seulement y participent et une section spéciale leur est réservée. Les conjoints seront invités lors de leurs mois d'anniversaire.

Un cadeau vous est offert par la direction. Si vous n'êtes pas présent, vous venez le chercher au bureau des loisirs dans les jours qui suivent.

Vous recevrez votre invitation personnelle, il est important de nous appeler pour nous informer si vous viendrez ou non : 514-955-2190

Écriture de l'invitation : Marielle Gauthier / Responsable de l'activité : Claudette Thériault

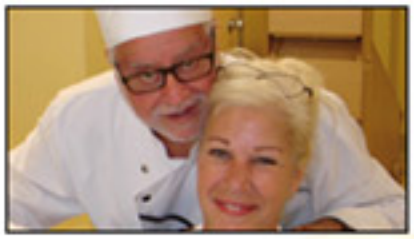
Décembre 2023

Françoise Houde..... 2
Pierrette Levac..... 2
Monique Bragdon..... 2
Nicole Gendreau..... 3
Raymond Gaudreau..... 4
Monique Carpentier..... 4
Laurette Drouin..... 5
Solange Pelletier..... 5
Raymond Landry..... 5
Bernard Mercier..... 6
Huguette Malo..... 6
Lucille Gélinas..... 6
Caroline Julien..... 7
Monique Lafond..... 7
Pierrette Légaré..... 8
Yvon Langlois..... 8
Françoise Mayer..... 9
Jocelyne Desjardins.....10
Enrico Galerio.....10
Robert Brisebois.....12
Gaétane Morrier..... 12
Françoise Lemay..... 12
Maria Cinelli 12
Monique Fortin..... 12
Robert Trudel..... 12
André Bernier..... 13
Francine Auger..... 13
Colette Dubord..... 13
Jacques Pelletier..... 13
Lizette Chandonnet..... 13
Rita Paiement..... 14
Lise Groulx..... 14
Noëlla McNeil..... 14
Jocelyn Gagnon..... 14
Thérèse Vincent..... 15
Robert M Brisebois..... 16
Rina De Luca 17
Gaétan Ouellet..... 17
Louise Dionne..... 17
Samuel Dupéré..... 17
André Phaneuf..... 18
Geneviève Mathieu..... 18
Jean Joly..... 19
Noëlla Simard..... 19
Lison Chambers..... 20
Yolande Harvey..... 20
Huguette Drapeau..... 21
Margot Galvez..... 22
Rose Galipeau..... 22
Kathleen Falle..... 22
Rodney Lafrance..... 23
Solange St-Martin..... 23
Suzanne Haman..... 23
Monique Désormeaux..... 23
Fernande Tétrault..... 23
Bernard Leroux..... 25
Odette Legendre..... 25
Rachel Lamoureux..... 25
Pierrette Brigandi..... 25
Liliane Rey..... 25
Georges Walker..... 26
Simone Foucault..... 27
Norbert Filion..... 27
Micheline Beaupré..... 28
France Latreille..... 30
Louise Beaudry..... 30

Anniversaires - janvier 2024

Le dîner des anniversaires aura lieu
mercredi le 31 janvier à 12h00 au restaurant La Rivièra.

Les fêtés seulement y participent et une section spéciale leur est réservée. Les conjoints seront invités lors de leurs mois d'anniversaire.



**** L'invitation est valable pour les fêtés du mois de janvier et février. Il est possible que le cadeau pour la nouvelle année ne soit pas encore disponible,attendez qu'on vous avertisse.

Vous recevrez votre invitation personnelle, il est important de nous appeler pour nous informer si vous viendrez ou non : 514-955-2190

Écriture de l'invitation : Marielle Gauthier / Responsable de l'activité : Claudette Thériault

Janvier 2024

Gisèle Phaneuf..... 1
Francine Barrette..... 1
Raymonde Caron..... 2
Giovanni Lodico..... 2
Huguette Lalonde..... 3
Robert Legendre..... 3
André Pilon..... 5
André Lefebvre..... 5
Emilia Di Filippo..... 5
Gisèle Aubé..... 5
Francine Nadeau..... 5
Denis Couture..... 6
Robert Stopponi..... 7
Claudette Greaves..... 7
Denise Bélisle..... 8
Gilles Doré..... 8
Diane Dugas..... 8
Louise Paquette..... 8
Lise David..... 10
Édith Georges..... 11
Monique Boutet..... 11
André Fournel..... 11
Laurette Leduc..... 12
Lise Champoux..... 12
Angela D'Angelo..... 13
Lise Poitras..... 13
Michel Patoto..... 15
Anne-Marie Chevrier..... 15
Huguette Mathieu..... 15
Doris Novak..... 15
Richard Courroyer..... 16
Louise Brisebois..... 16
Rollande Lapointe..... 16
Eleonora Salerno..... 16
Maria Mentone..... 16
Robert Chabot..... 19
Lorraine Moreau..... 20
Anna-Maria Bonofiglio..... 20
Claudette Laframboise-Lord... 21
Jetté Madeleine..... 22
Claire Archambault..... 23
André Gauvin..... 23
Rolland Caouette..... 24
Gisèle Marc-Aurèle 24
Jacqueline Benoit..... 25
Louise Beaudry..... 25
Pierre Séguin..... 25
Michèle Fortier..... 26
Christiane Labelle..... 26
Jacqueline Beaulieu..... 27
Agathe Leblanc..... 27
Gabrièle Tremblay..... 27
Salvatore Migliara..... 27
Guy Froment..... 28
Estelle Corbin..... 28
Ida Casale-Troilo..... 30
Lise Meunier..... 30
Jean-Guy Doston..... 30
Filomena Lamenta..... 30
Joseph Morello..... 31
Louise Demers..... 31
Nicole Roy 31

Chapelle St-Joseph

Activités pour décembre 2023 et janvier 2024

514-955-2190

Fête de l'Immaculée conception.....	Vendredi le 8 décembre	16h00
	Samedi le 23 décembre	16h00
Veille de Noël	Dimanche le 24 décembre	20h00
Jour de Noël	Lundi le 25 décembre	10h30
	Samedi le 30 décembre	16h00
Veille du Jour de l'An	Dimanche le 31 décembre	10h30
Jour de l'An	Lundi le 1er janvier 2024	10h30

Pour les autres samedis et dimanches c'est l'horaire régulier :

HORAIRE DES MESSES : Samedi : 16h00 Dimanche : 10h30
CHAPELET : lundi, mardi et jeudi à 15h30

États financiers de la Chapelle St-Joseph

REVENUS	OCTOBRE 2023	TOTAL 2023 10 MOIS	TOTAL 2022 10 MOIS
QUÊTE / RÉSIDENCE	1 204,00 $	14 768,00 $	11 270,66 $
AUTRES REVENUS	451,00 $	5 416,00 $	4 755,00 $
TOTAL	1 655,00 $	20 184,00 $	16 025,66 $
DÉBOURSÉS	1 598,25 $	8 387,13 $	7 372,57 $
SURPLUS / DÉFICIT	56,75 $	11 796,87 $	8 653,09 $

ATTENTION

Si vous désirez recevoir un reçu pour fin d'impôt, vous devez faire votre offrande sous enveloppe numérotée adressée à la paroisse Ste-Marthe. Pour obtenir ces enveloppes, demandez à

Françoise Rousseau 514-323-5078

- Le comité de pastorale

La guignolée

La Société de Saint-Vincent de Paul

RÉSIDENCE Au Fil de l'Eau

Dimanche le 10 décembre 2023 Entre 11h15 et Midi

Nos bénévoles bien identifiés passeront à chacune de vos portes pour recueillir vos dons en argent pour les pauvres de chez nous. Il faut reconnaître votre grande générosité pour ceux et celles qui sont moins choyés. La vie économique est encore difficile et particulièrement pour les moins bien nantis.

Vous pouvez demander un reçu d'impôt pour un don de 20$ et plus. Il est toujours préférable de faire un chèque au nom de : Paroisse St-Marthe. Placez-le dans une enveloppe avec votre nom, adresse et numéro d'appartement.

En cas d'absence, laissez votre enveloppe à un voisin ou à l'accueil.

Eggnog

AVEC TRIFECTA NOËL

C'est un trio qui démontre les possibilités qu'offrent les guitares. Ils présentent un hommage aux chansons de **Noël** avec une belle complicité entre eux. Cette ambiance des fêtes vous réchauffera le cœur.

Versatilité, émotion et musicalité, voici **TRIFECTA NOËL!**

Le breuvage eggnog vous sera servi avec un morceau de pannetone.

Mercredi le 13 décembre à 13h30
à la salle Delorme

Remise des billets : lundi le 4 décembre entre 9h30 et 12h00 à la bibliothèque.

Gracieuseté de M. Migliara et Mme Trépanier

Soupers de Noël

514-955-2190

N'oubliez pas les soupers de Noël qui sont :

MERCREDI LE 6 DÉCEMBRE
JEUDI LE 7 DÉCEMBRE

Présentez votre billet à la porte de la salle Delorme.

Soirée de danse

JACQUES GRAVEL

Vendredi le 26 janvier 2024
à 19h30 à la salle Delorme

C'est une occasion de vous amuser au son de la musique animée par **Stéphane Beauchamp.**

Vous pouvez apporter votre vin. Une collation et des breuvages vous sont fournis.

GRATUIT pour les résidents. Présentez votre carte de membre.

10$ par personne qui est l'invitée d'un résident.

Venez nombreux, c'est toujours plus plaisant !

Conférence

OPTION AUX CONSOMMATEURS

GRATUIT

Jeudi le 25 janvier 2024
à 13h30, salle de cinéma

INFORMATIONS
Seront abordés, la gestion des finances personnelles et les précautions à prendre lors de certaines transactions financières faites par cartes de crédit ou encore via Internet.

INSCRIPTIONS
mercredi le 17 janvier 2024
près du bureau des loisirs entre 9h30 et 12h00.

Responsable : Julia Primeau

514-955-2190

CALENDRIER DES ÉVÉNEMENTS POUR DÉCEMBRE 2023

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
26	27	28	29	30	1 *** Casino de Montréal 30$**	2 Messe 16h00
3 *** SALON DES ARTISANS 10h00** Messe 10h30 Cinéma 14h00	4 Remise de billets pour le eggnog bibliothèque 9h30 - 12h00 - Boutique Option - Chaussures Relax	5 - Boutique Mobile	6 Souper de Noël 17h30 salle Delorme	7 Souper de Noël 17h30 salle Delorme	8 Messe 16h00 Immaculée conception	9 Messe 16h00
	Vente de boules de Noël 9h00 à 12h00 au bureau des loisirs du 4 au 20 décembre					
10 Messe 10h30 **La Guignolée** Cinéma 14h00	11 - Boutique DucAn - Créations S.B. **Poinsettias**	12 - Boutique Sheena - Nimo Beaubien - Jas Créations	13 Eggnog 13h30 salle Delorme	14 **Dîner des anniversaires 12h00**	15 Fin des ventes Moitié-moitié et gâteaux	16 Messe 16h00
	Vente de boules de Noël 9h00 à 12h00 au bureau des loisirs du 4 au 20 décembre					
17 Messe 10h30 Cinéma 14h00	18	19	20	21 11h00 Tirage boules de Noël **Bureau des loisirs ferme à 12h00 pour le temps des fêtes.**	22 **Magasinage Centre Rockland**	23 Messe 16h00
	Vente de boules de Noël					
24 Messe 20h00 Messe 10h30 31	25 Messe 10h30 	26 Bibliothèque fermée	27 *** Casino Kahnawake 40$**	28	29	30 Messe 16h00

Bibliothèque tous les mardis de 9h00 - 11h30 excepté le 26

514-955-2190

CALENDRIER DES ÉVÉNEMENTS POUR JANVIER 2024

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
31	1 Bonne Année Messe 10h30	2 Bibliothèque fermée	3	4	5 * Casino de Montréal 30$ Mimosa 10h00 salle Delorme	6 Messe 16h00
7 Messe 10h30	8 - Boutique Sheena	9 Bureau des loisirs ouvert Inscription aux cours 9h30 salle Delorme	10 * Vente billets pour le spectacle Joan Bluteau 15$ bibliothèque 9h30 - Boutique Option	11 * 1er bingo de la saison	12	13 Messe 16h00
14 Messe 10h30 Cinéma 14h00	15 Début vente moitié-moitié	16 Magasinage Angrignon	17 - Créations Vintage Inscription conférence près du bureau 9h30 - 12h00	18	19 Spectacle Joan Bluteau chante Dalida, salle Delorme 19h30	20 Messe 16h00
21 Messe 10h30 Cinéma 14h00	22 Début des cours et des activités	23	24 - Bijoux Fifth Avenue	25 Conférence au cinéma 13h30	26 Soirée de danse Jacques Gravel 19h30 salle Delorme	27 Messe 16h00
28 Messe 10h30 Cinéma 14h00	29 - Boutique Diane	30	31 * Casino Kahnawake 40$ Dîner des anniversaires janvier et février 12h00	1	2	3 Messe 16h00

Bingo: tous les jeudis 19h00, excepté le 4 janvier

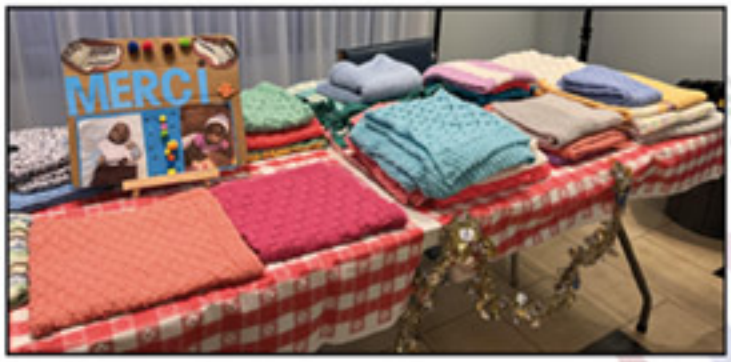
Bibliothèque tous les mardis de 9h00 - 11h30 excepté le 2 janvier

Les Mamies

514-955-2190

reçoivent les familles de la Fondation de la Visite.

Un goûter a été servi et quelques tricots ont été remis.



Spectacle

Claudette Dion et Richard Abel en spectacle Au Fil de l'Eau.

Cœur en Action

Préparez-vous à bien commencer l'année 2024 avec notre nouvelle programmation. Pour la prochaine session de cours, veuillez noter que toutes les inscriptions auront lieu le mardi 9 janvier 2024 à la salle Delorme. Les cours débuteront durant la semaine du 22 janvier 2024.

Nous faisons tout notre possible pour vous proposer un large éventail de cours pour la prochaine session. Cependant, en raison de circonstances exceptionnelles, il se peut que l'horaire soit sujet à des modifications. Veuillez garder à l'esprit qu'il peut y avoir des ajustements entre ce qui est présenté ici et le jour des inscriptions. Si nous parvenons à obtenir de l'aide, nous pourrons ajouter davantage de cours à l'horaire. Restez à l'affût des mises à jour!

Cours dans la salle d'exercices : 6 semaines, membre du gym 42$, non-membre 54$
(chèque à l'ordre de Josianne Lapierre)

Équilibre	Lundi	11h30
		13h00
	Mardi	11h30
	Jeudi	13h00
Posture	Lundi	13h45
	Jeudi	11h30
		14h15
Pilates	Nous allons prendre les noms et si nous pouvons donner les cours, nous allons vous appeler.	
Maintien de l'autonomie		

**Avant l'inscription, si vous avez des questions concernant les cours, appelez-nous 514-377-3761.

En raison des conditions économiques actuelles et de l'évolution des services que nous proposons, nous avons dû ajuster nos tarifs pour les aligner avec ceux pratiqués à l'extérieur.

Voici notre liste de prix pour l'année 2024
concernant les cours et services offerts par Cœur en Action :

- Abonnement salle d'exercices Cœur en Action : **105 $**
- Rendez-vous de 60 minutes pour un traitement thérapeutique ou un entraînement privé : **90 $**
- Rendez-vous de 30 minutes pour un traitement ou un entraînement privé : **50 $**
- Programme d'entraînement personnalisé (comprend une première rencontre pour établir les objectifs et les besoins, la préparation et la remise du programme et un suivi) : **150 $**
- Cours de 30 minutes dans la salle d'exercices :
  - Membre de Cœur en Action : 42 $ pour une session de 6 semaines
  - Non-membre : 54 $ pour une session de 6 semaines

Tous les tarifs sont indiqués taxes incluses pour une lecture plus aisée. Nous vous remercions de votre compréhension et restons à votre disposition pour toute question ou information supplémentaire.

*** À NOTER :** Le téléphone pour nous joindre durant le congé de maternité de Josianne reste le même **514-377-3761**

Horaire des cours Hiver 2024

514-955-2190

Jour	Heure	Cours	Catégorie	Endroit	Responsables	Professeur
Lundi	10h00	danse	intermédiaire	salle Delorme	Francine Verdon	S. Beauchamp
	13h00	danse	avancé	salle Delorme	L. Desrochers	S. Beauchamp
Mardi	11h00	tai chi		salle Delorme	Claudette Lefebvre	Lucie Boudreau
	13h00	cond. physique		salle Delorme	Lucille Gélinas	Josianne
	14h15	cond. physique		salle Delorme		
	15h30	cond. physique	avancé	salle Delorme	Patricia Messier	
Mercredi	9h00	aquaforme	avancé	piscine	Josianne Lapierre	
	10h00	aquaforme	modéré	piscine	M. Edstrom	Josianne
	10h00	danse	débutant	salle Delorme	G. Tremblay	Maryse Gagnon
	11h00	aquaforme	léger	piscine	Josianne Lapierre	
	12h30	crochet		bibliothèque	Francine Lemieux	
	13h30	danse	pratique	salle Delorme	Betty McLeod	S. Beauchamp
Jeudi	10h15	aquaforme	modéré	piscine	Josianne Lapierre	
Vendredi	9h00	J'écris ma vie	aux 2 semaines	salle de cartes	Johanne Turcotte	

Inscription pour les cours **mardi le 9 janvier** à la salle Delorme entre 9h30 et 12h00

Merci aux responsables de nous aider à faire l'inscription.

Début des cours dans la semaine du 22 janvier 2024

Conditionnement physique avec Josianne **12 semaines** = **96$** (argent ou chèque à l'ordre du comité)

Conditionnement physique sur **chaise**	Mardi	14h15 max 40 personnes
Conditionnement physique **avancé**		15h30 max 20 personnes

Cours Aquaforme avec Josianne **12 semaines** = **96$** (argent ou chèque à l'ordre du comité)

Avancé	Mercredi	9h00
Intermédiaire		10h00
Léger		11h00
Intermédiaire	Jeudi	10h15

Crochet avec Francine Lemieux : chaque cours = **5$**

Danse avec Stéphane Beauchamp et Maryse Gagnon pour **15 semaines**

- Débutants, intermédiaires, avancés, comprenant la pratique = **90$**
- Pratique seulement = **20$**

Tai Chi (minimum de 15 participants) pour **12 semaines** : **96$**

* On demande aux responsables de venir chercher la feuille de présences la semaine précédente.

Notez bien que vous avez le 1er cours pour vous faire une idée si le cours vous convient, après ce temps, nous ne pouvons vous rembourser car l'argent est remis au professeur.

Carte de membre obligatoire en tout temps

Horaire des activités Hiver 2024

514-955-2190

Jour	Heure	Activités	Endroit	Personnes responsables
Lundi	13h00	bridge	bibliothèque	Pierrette Bouchard
	13h30	OKO	salle de cartes	Lise Edstrom
	14h30	pétanque-atout	salle Delorme	Élizabeth David / Micheline David
	19h00	mini-golf	mini-golf	Clémence Lepage
Mardi	9h30	club de marche	entrée principale	Claudette Thériault
	13h00	dominos	bibliothèque	Cécile Saumur
	13h30	OKO	salle de cartes	Lise Edstrom
	18h30	crible	bibliothèque	Cécile Saumur / Guy Séguin
	19h00	billard	salle de billard	Gisèle Phaneuf
	19h00	pay-me	salle de cartes	Denise Beaulieu
Mercredi	13h00	whist militaire	bibliothèque	Laurette Tremblay
	18h30	canasta	bibliothèque	M. Tremblay / L. Tremblay
	18h30	quilles sur écran	salle Delorme	Lise Chevrette
Jeudi	9h30	quilles sur écran	salle Delorme	Monique Séguin/Guy Séguin
	13h00	cartes 500	bibliothèque	Jeannine Landry
	13h00	palet	salle Delorme	Imelda Maillé / Paul-Émile Proulx
	13h00	scrabble	salle de cartes	Thérèse Dubé/Denise Patenaude
	13h30	baseball-poches	salle Delorme	Aline Lajoie
Vendredi	13h00	mamies tricoteuses	bibliothèque	Louise T. Brisebois
	13h30	sacs de sable	salle Delorme	Aline Lajoie

Les activités reprennent **dans la semaine du 22 janvier 2024**

À la fin de la session d'automne, vous donnez votre nom à la responsable de votre activité, si vous voulez la reprendre ou non. Si vous désirez une nouvelle activité, vous venez nous en avertir au bureau des loisirs entre 9h00 et 12h00 du lundi au vendredi.

HORAIRE DE LA BIBLIOTHÈQUE POUR LE TEMPS DES FÊTES

L'équipe des bénévoles de la bibliothèque vous souhaite, à toutes et à tous, un excellent temps des fêtes. Profitez de cette occasion pour lire, c'est un bon divertissement. Bonne lecture! Cette année la bibliothèque **sera fermée les mardis 26 décembre et le 2 janvier.** Nous nous reverrons le **9 janvier** avec grand plaisir.

Regardez le site web de la bibliothèque sur le site de la résidence. Vous y retrouverez tous les livres qui sont disponibles à la bibliothèque par nom d'auteur (**site web :** www.aufildeleau.net). Des mises à jour sont faites régulièrement.

UN GRAND MERCI au comité des loisirs de la résidence Au Fil de l'Eau d'accorder une subvention pour l'achat de nouveaux livres. Chaque année la bibliothèque profite de cette généreuse contribution.

Les bénévoles de la bibliothèque : Louisette Desrochers, Louise Couillard, Huguette Dussault, Monique Légaré, Thérèse Mathieu, Yves McNeil et Francine Verdon

Responsable : Noëlla McNeil

Carte de membre obligatoire en tout temps

Cinéma DÉCEMBRE 2023 ET JANVIER 2024

514-955-2190

CORDIALE BIENVENUE **ENTRÉE LIBRE**

Ouverture des portes **15 MINUTES** avant les projections.

Joyeux temps des fêtes!

BON CINÉMA!

FILMS DE DÉCEMBRE 2023 DIMANCHE 14h00

3 décembre : L'homme qui sauva la Fête de Noël (histoire vraie)
10 décembre : ANDRÉ RIEU (concert pour Noël)
17 décembre : Concert du Nouvel An, Vienne 1987
(le dernier concert dirigé par Herbert Von Karajan)

FILMS DE JANVIER 2024 DIMANCHE 14h00

14 janvier : LIBERACE (and the London Philharmonic Orchestra,1968)
21 janvier : Cavalleria Rusticana «Chevalerie campagnarde»
(1982 de Zeffirelli, avec Placido Domingo)
28 janvier : Le testament (film de Denis Arcan, si disponible en DVD)

DÉTAILS ET SYNOPSIS

Pour détails et synopsis, veuillez consulter l'affiche à la porte du cinéma.
Dans l'impossibilité de présenter le film annoncé, un autre choix sera proposé.

Responsable : Clémence Lepage

Salon des artisans

Invitation dimanche le 3 décembre de 10h00 à 15h00 à la salle Delorme

Les créateurs exposeront leurs œuvres et vous découvrirez leur habileté ainsi que les notions de leur art, les aptitudes artistiques de voisins et d'amis. Ce projet permet une rencontre amicale entre les résidents. Les artistes peuvent vendre leurs travaux en plus de les exposer.
Vous pouvez profiter de cette occasion pour faire quelques achats pour vos cadeaux de Noël, Invitez vos amis et votre famille à participer à cette activité.

Responsable : Francine Verdon

Le Magasin

Situé à la phase 4 au rez-de-chaussée, la dernière porte à droite passé le gymnase.

Heures d'ouverture : lundi, mardi et mercredi de 12h00 à 15h30
On vend maintenant des bijoux au même endroit et aux mêmes heures d'ouverture. C'est ouvert au public, vous pouvez donc avertir vos parents et amis.

Pour les objets à donner, appelez au 514-323-4708 ou 514-321-7006

Fermé pour le temps des fêtes : du 13 décembre 2023 avec le retour le 22 janvier 2024

Responsable : Nicole Dumoulin

Moitié-moitié

514-955-2190

Vous pouvez acheter des billets du lundi au vendredi de 9h00 à 12h00 près du bureau des loisirs et au salon de la phase 3. Deux personnes ont la possibilité de se partager la moitié du montant récolté. Vous avez 4 semaines pour réclamer votre prix. Bonne Chance!

Nous faisons relâche pour le temps des fêtes du 15 décembre au 15 janvier 2024.

Responsable : Louise T. Brisebois

Mini-Golf

Les trous d'un coup du mini-golf pour le mois de janvier 2024

22 janvier = 9 27 janvier = 13

Responsable : Clémence Lepage

Magasinage

- **Au Centre Rockland vendredi le 22 décembre**
- **À Angrignon vendredi le 16 janvier 2024**

L'autobus vous emmènera au centre d'achats. Vous devez réserver votre place à la réception dans la semaine précédant la sortie.

Départ : 9h30 à la phase 4. Retour à partir du centre d'achat : 14h30

Coût : **15,00$** payable à l'avance et non remboursable.

Minimum de 20 personnes, sinon annulé. Réservé aux résidents seulement.

Responsable : Louise Brisebois

sorties Casino

*** Avec un autobus Voyageur pour les deux sorties.

Inscription à la réception dans la semaine précédant la sortie.

CASINO DE MONTRÉAL

vendredi le 1er décembre 2023
vendredi le 5 janvier 2024

Départ de la phase 4 : 12h15
Retour : 19h30
Coût : 30$

PLAYGROUND À KAHNAWAKE

mercredi le 27 décembre 2023
mercredi le 31 janvier 2024

Départ de la phase 4 : 11h15
Retour : 18h30
Coût : 40$
Crédit de jeu : 10$
Coupon-repas : 10$

Responsable : Huguette Lauzon

Spectacle

avec Joan Bluteau qui chante Dalida

Vendredi le 19 janvier 2024 à 19h30 à la salle Delorme

Joan Bluteau vous invite à un spectacle unique. À la fois séduisante et touchante, elle présente le répertoire des grandes chansons qui ont marqué la carrière de Dalida. Accompagnée de musiciens, elle nous offre un véritable voyage où charme, plaisir et émotions se marient spontanément pour le plus grand plaisir des spectateurs.

Pour ceux qui habitent la résidence depuis quelques années, vous allez vous souvenir de l'avoir déjà vue en spectacle chez nous.

VENTE DE BILLETS :
mercredi le 10 janvier 2024
à la bibliothèque entre 9h30 et 12h00

COÛT : 15$

BANQUE NATIONALE

Pour rencontrer les experts, vous devez prendre rendez-vous au **514-327-1611** et faire le **4** pour parler avec un conseiller.
Les heures de bureau à la résidence sont les mercredis **de 10h00 à 12h00** sur rendez-vous seulement.

METRO plus

SUPER MARCHÉ ANJOU
7172 BOMBARDIER, ANJOU ► 514-352-5447, POSTE 0

Pour les commandes téléphoniques, vous devez appeler au **514-352-5447 poste 0,** le **vendredi** et le **lundi avant-midi** en laissant vos coordonnées. Une personne vous rappellera afin de prendre votre commande. Prévoyez un coût de 4,00$ pour la livraison et 4,00$ de plus si votre commande est moins de 50$. Le pourboire n'est plus automatique.

L'AUTOBUS METRO passe le **JEUDI** seulement à 9h30 pour un retour à 11h30.

IGA extra

L'AUTOBUS IGA passe :
mercredi : **départ** 9h00 et 11h00 ..... **retour** 10h50 et 12h45
vendredi : **départ** 9h00, 10h00 et 11h30 ..... **retour** 10h50, 11h45 et 13h30

********* **IGA en ligne devient 'VOILÀ' :**
épicerie en ligne et livraison directement de l'entrepôt.

L'Halloween fêtée en grand

Les prix sont la gracieuseté de M. Migliara, Mme Trépanier et le comité des loisirs.

LES GAGNANTS DU CONCOURS

1er Françoise Rousseau
2e Rita Bouchard
3e Serge Verdon
4e André Desjardins
5e Denis Cunningham
6e France Boucher
7e Denise Desjardins
8e Betty Mc Leod

Un groupe de religieuses accompagné de l'évêque ont distribué des sacs de bonbons le jour de l'Halloween.

Journée de l'homme 2023

Une journée bien spéciale pour hommes seulement avec **la taverne à Toto** suivie d'un excellent repas à **la salle Rivièra**. Tout cela offert par M. Migliara et Mme Trépanier. Un groupe céleste a fait le service.

UN SUPER MERCI À NOS COMMANDITAIRES

M. Migliara, Mme Trépanier, le comité des loisirs, salon de coiffure Au Fil de l'Eau, Esthétique Annick, Restaurant Le Chalutier, Pharmacie Sonia Boutin, Claude et Monique Lavallée.