Le Journal

Vol.24 | No 6 Mars 2020

AU FIL DE L'EAU

MARS

4 Vente de billets pour le spectacle du 20 mars
Vente de billets pour la visite à l'Oratoire
10 Journée de la femme
11 Vente de billets pour la cabane à sucre intérieure
15 Bazar
16 Visite à l'Oratoire
18 Vente de billets pour la cabane extérieure
Casino
Pagnotta et Zeppole, salle Delorme après la messe de 16h00
20 Spectacle de Nicole Dumont
22 Portes ouvertes
25 Cabane à sucre intérieure
26 Dîner des anniversaires
Jeudis en musique
27 Soirée Jacques Gravel

Pour nous joindre

SUIVEZ-NOUS SUR

RÉCEPTION 514-327-4411
BUREAU DES LOISIRS 514-955-2190
BAZAR 514-323-4708
COURRIEL comitedesloisirs.montreal@gmail.com
SITE INTERNET www.aufildeleau.net

Service Wi-Fi dans les aires communes de la résidence.
Informez-vous à la réception pour obtenir les mots de passe.

Spectacle

DE JULIE MASSICOTTE

NE REGRETTE JAMAIS

D'AVOIR CONNU UNE PERSONNE DANS TA VIE !

Les bonnes personnes te donnent du bonheur.
Les mauvaises personnes te donnent de l'expérience
et les plus méchantes personnes te donnent une leçon.

Dans tous les cas, tu gagnes quelque chose.
Tu ne peux jamais être perdant
car dans la vie tant que tu apprends tu es gagnant...
L'important est de savoir connaître
qui sont les bonnes personnes
qui méritent de faire partie de ton univers !!!!

Le Journal
AU FIL DE L'EAU

RÉDACTION | RECHERCHES Louisette Desrochers • Jocelyne Desjardins
GRAPHISTE Rachel Raymond
RÉVISION | CORRECTION Lise Monette • Jo-Ann Bourque • Nicole Dumoulin • Francine Labelle
PHOTOGRAPHIES Yves McNeil • Guy Dubé

Mot du propriétaire

Chers résidents, chères résidentes,

Monsieur Salvatore Migliara et Madame Danièle Trépanier vous souhaitent une très belle fête de St-Joseph.

DANIÈLE TRÉPANIER ET SALVATORE MIGLIARA

BIENVENUE 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 :

Mme Geneviève Mathieu, M. Jacques Tougas, Mme Sandra Parent.

Crédit d'impôt

Les mercredis 4 - 11 - 18 - 25 mars
EN AVANT-MIDI SEULEMENT
DE 10H00 À 11H30

VOUS AVEZ BESOIN D'AIDE POUR VOTRE DEMANDE DE MAINTIEN À DOMICILE ?

Vous avez besoin d'aide pour votre demande de maintien à domicile? Mme Suzanne Jobin se fait un plaisir de vous recevoir. Présentez-vous à la réception afin de prendre un numéro sur le comptoir. Premiers arrivés, premiers servis.

Pour les nouveaux locataires: il faut ouvrir votre dossier auprès du gouvernement du Québec. Lors de votre rencontre, vous devrez fournir un spécimen de chèque pour faire une demande de dépôt direct du versement mensuel dans votre compte bancaire. Des frais de 13,80$ seront facturés pour cette demande.

Par la suite, à chaque reconduction de bail, il faut aussi faire une demande de renouvellement auprès du gouvernement du Québec. **Prière d'apporter le formulaire de reconduction de bail accompagné de la demande de versement anticipé.** Des frais de 11,50$ seront facturés pour cette demande.

Au plaisir de vous rencontrer, Suzanne Jobin.

MESSAGE IMPORTANT À TOUS LES LOCATAIRES

REVENU QUÉBEC — RELEVÉ 31

LE RELEVÉ 31 vous a été remis par le propriétaire.

À quoi sert - il ?

Il sert à déclarer les renseignements sur l'occupation d'un logement au 31 décembre de chaque année. Les renseignements fournis sur ce relevé seront utilisés par le locataire qui demande le crédit d'impôt pour solidarité dans sa déclaration de revenus.

Rappels de la direction

RÉSIDENCE
Au Fil de l'Eau

Livraisons

Vous devez aviser la réception 24 heures d'avance pour toute livraison de boîtes et/ou de meubles que vous attendez afin de l'inscrire au calendrier, sinon il y aura des risques de refus. Prière d'aviser vos fournisseurs de ne pas se présenter à la réception avec leur livraison, ils doivent passer par les garages intérieurs.

Demande de service ou réparation

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

Babillards

N'oubliez pas que les babillards sont une excellente source d'information, consultez-les!

Objets à vendre

Nous avons aussi un babillard dans le local de boîtes aux lettres qui affiche les objets à vendre, informez-vous à la réception si vous avez une affiche à mettre sur ce babillard.

Sécurité

En tout temps, ne donnez pas accès aux inconnus qui demandent de leur ouvrir la porte d'entrée principale.

Il est recommandé d'aviser vos visiteurs et/ ou livreurs de pharmacie, de restaurant… d'utiliser l'écran tactile et d'inscrire votre nom afin de se rendre à votre domicile.

Absences

À titre de prévention, il serait grandement apprécié lorsque vous avez connaissance de l'absence prolongée ou inhabituelle d'un voisin (e) ou d'un ami (e) de la résidence, d'en aviser la réception ou la direction sans tarder.

Vous devez aviser la réception lors de votre absence ainsi que votre retour pour un court et/ou long séjour et/ou pour une hospitalisation.

LA ROUE

Déplacez-vous sans tracas avec notre service de location de voitures **'La Roue'**. Grâce à ce service, vous conservez une autonomie dans vos déplacements tout en évitant les soucis liés à l'entretien d'un véhicule. De plus, vous économisez sur les frais d'immatriculation, de réparation et d'assurance automobile. Pour en savoir plus sur ce service de location de voitures 'La Roue', veuillez communiquer avec la réception au **514-327-4411**.

RR RESTAURANT LA RIVIERA

Restaurant la Rivièra

OUVERT DE 7H30 À 20H00

RÉSIDENCE Au Fil de l'Eau

BUFFET DÉJEUNER CANADIEN TOUS LES JOURS DÈS 7H30

15$ taxes et pourboires inclus, prévoir 5$ de plus pour les invités

Aussi disponible, déjeuner à la carte, voir les prix inscrits au menu.
Il n'y aura pas de buffet déjeuner lors d'un brunch le dimanche.

Méthodes de paiements acceptés:
cartes de crédit Visa et Mastercard,
carte de débit et carte prépayée du restaurant La Rivièra

BRUNCH TOUS LES DIMANCHES DE 12H00 À 15H00

25$ taxes et pourboires inclus pour les résidents
30$ taxes et pourboires inclus pour les non-résidents
Réservation obligatoire

* Les locataires avec un forfait-repas devront débourser 10$ lors de leur réservation.

DES SERVICES DE SOINS EN ACCOMPAGNEMENT SPIRITUEL

Grâce à la courtoisie de Monsieur Salvatore Migliaria la résidence Au Fil de l'Eau et le Centre d'hébergement de la Marée bénéficient de la collaboration de la Fondation Jeanne-Mance pour assurer des soins d'accompagnement spirituel.

La Fondation Jeanne-Mance offre aux personnes référées par l'équipe d'infirmières un accompagnement en soins spirituels pour les résidents en fin de vie et leurs proches aidants, les résidents qui vivent des situations difficiles liées à la maladie ou au deuil.

Nouvellement parmi nous, Monsieur Richard Gauthier est l'accompagnateur spirituel à votre disposition. Il est un professionnel qualifié pour vous guider dans vos réflexions, vos inquiétudes, vos peurs et vos questions liées è la fin de vie, à l'annonce d'un diagnostic de maladie incurable, dans le cas de maladie grave ou de deuil. C'est une personne de confiance dédiée à vous écouter, vous rassurer dans le respect de vos croyances et de votre réalité. C'est un intervenant disponible pour vous rencontrer en toute confidentialité à votre domicile au moment qui vous convient.

C'est un service offert gratuitement, la Fondation Jeanne-Mance assume les honoraires des accompagnateurs grâce à la générosité de ses donateurs.

Cœur en Action

DATES À RETENIR !

18 MARS À 15H00
Conférence *Bien s'alimenter au quotidien*
par la nutritionniste Catherine Pigeon
CONFÉRENCE GRATUITE
Inscription/réservation en téléphonant au **514-377-3761**.

EN AVRIL : DATE À VENIR
Conférence par Geneviève Henri, ergothérapeute.

Disponibilité Nutritionniste
4 mars, 18 mars,1er avril, 15 avril

Disponibilité Ergothérapeute
13 mars, 27 mars, 10 avril, 24 avril

Pour prendre rendez-vous avec une de nos professionnelles, appelez au **514-377-3761**.

Pour un abonnement à la salle d'exercice Cœur en Action, téléphonez au **514-377-3761** ou présentez-vous au gymnase selon l'horaire des disponibilités affiché sur la porte.

Chandails sport à vendre pour les membres de Cœur en Action **5$**, pour les non-membres **15$**.

Josianne Lapierre

Chapelle St-Joseph

Activités de mars 2020

VENDREDI LE 6 MARS

Premier vendredi du mois | 15h30 Adoration - 16h00 Eucharistie
Fête de Saint-Joseph, le Patron de notre résidence

LUNDI LE 16 MARS

Pèlerinage à l'oratoire St-Joseph
Vente de billets : mercredi le 4 mars de 9h30 à 12h00
Coût de l'autobus 10 $ | Départ de la phase IV à 10h30

Le repas du midi se prendra à la cafétéria de l'Oratoire.

MERCREDI LE 18 MARS À 16H00

Fête patronale de St-Joseph

Messe et bénédiction de la **PAGNOTTA** (pain béni) partagée à la salle Delorme après la messe. Selon la tradition, M. Salvatore Migliara et Mme Danièle Trépanier vous invitent à déguster des petits gâteaux St-Joseph '**Zeppole**' accompagnés de café. **Bienvenue à tous !**

MERCREDI LE 1ER AVRIL À 16H00

Sacrement du pardon

Le concert mi-sacré, mi-profane du vendredi saint le 10 avril à 19h30 sera présenté sous la direction de **M. Alexandre Bélair**.
Coût du billet : 15 $
Vente de billets : mercredi le 1er avril de 9h30 à 12h00

États financiers de la Chapelle St-Joseph

REVENUS	JANVIER 2020	TOTAL 2019 1 MOIS
QUÊTE / RÉSIDENCE	2 357,00	2 207,00
AUTRES REVENUS	577,00	604,00
TOTAL	2 934,00	2 811,00
DÉBOURSÉS	1 907,21	3 606,51
SURPLUS / DÉFICIT	1 026,79	-795,51

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

- André Grégoire et le comité de pastorale

BESOIN DE CHORISTES

Les répétitions ont lieu le mercredi de 9h45 à 11h00.
Il y a aussi une répétition à 9h45, le dimanche avant la messe de 10h30.

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
Comité des Loisirs Le Bel Âge	Lundi au vendredi	9h00 à 12h00	514-955-2190
Dépanneur Le Bel Âge (avec service de nettoyage, de cordonnerie et retouches de vêtements)	Lundi au vendredi Samedi Dimanche	8h30 à 18h00 9h00 à 17h00 9h00 à 17h00	514-322-1998
Pharmacie Sonia Boutin	Lundi au vendredi Samedi	9h00 à 16h00 10h00 à 16h00	tél:514-328-2646 fax:514-328-2492
La pharmacie ferme ses portes entre 12h00 et 12h30 chaque jour. Les jours de fête, la pharmacie est ouverte de 12h00 à 16h30 **URGENCE pour vos médicaments, appelez** du lundi au vendredi jusqu'à 20h00, samedi et dimanche, jusqu'à 18h00			
Salle à manger La Rivièra	7 jours	7h30 À 20h00	514-321-8528
	menu *34	réservation *21	
Salon de coiffure Au Fil de l'Eau	Mardi Mercredi-jeudi-vendredi Samedi	9h00 à 16h00 8h00 à 16h00 8h00 à 15h00	514-323-3030
Clinique Médicale		**Horaire sujet à changement**	
* Docteur Burelle, cardiologue	(1 fois par mois sur RDV)	Requête du médecin traitant requise	
* Docteur Anatole Nguegno (Généraliste)	Voir l'horaire sur la porte de la clinique.	8h00 à 11h30	514-955-2170
* Docteur Benslimane (Généraliste)		9h00 à 11h00	514-955-2170
Mme Carole Doucet, infirmière	Même horaire que les médecins	8h00 à 12h00	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. *Samedi *Dimanche	8h00 à 17h00 9h00 à 16h00	514-327-4411
S.T.M. (informations)			514-288-6287
COOP de l'Est Taxi			514-352-6000

*** Pour la visite chez le médecin, apportez votre carte d'assurance maladie**

Anniversaires du mois de mars 2020

Monsieur Salvatore Migliara et
Madame Danièle Trépanier
invitent les fêtés du mois
à un dîner spaghetti
au restaurant La Rivièra :

MERCREDI LE 26 MARS
À 12H00.

L'équipe du comité des loisirs vous servira avec plaisir.
Nous vous y attendons.

Vous recevrez une invitation personnelle. Vous appelez 514-955-2190 pour confirmer ou non votre présence. Les fêtés seulement y participent et une section spéciale du restaurant leur est réservée. Les conjoints seront invités lors de leur mois d'anniversaire.

Un cadeau vous est offert de la part de la direction lors de ce dîner.
Advenant votre absence, vous pouvez le réclamer au comité des loisirs.

Mars

Lise Lapierre	2
Louise Nadeau	2
Micheline Larose	3
Rolande Parent	4
Jean Lamoureux	5
Lucille Picard	5
Lucille Prud'homme	5
Gérald Longpré	5
Jean-Guy Legault	6
Alberte Melançon	6
Jacqueline Gatien	6
Pauline Laberge	6
Jacques Auger	6
Wilda Dubé	6
Colette Préville	8
Robert McLauchlan	8
Carmen Vandal	9
Mary Nahorniak	9
Fernand Tétreault	10
Harold Jordan	11
Marcelle Bélanger	12
Marie-Claude Roch	12
Lise Simoneau	12
Nicole Laflamme	12
Giulia Di Cesare	13
Marcel Hétu	13
Fern Boudreau	13
Marielle Gauthier	14
Huguette F- Blais	14
Suzanne Gougeon	14
Diane Groleau	15
Robert David	15
Huguette Cléroux	15
Claude Shedleur	15
Claudette Boisvert	16
Janine Viau	17
Jacqueline Ringrose	17
Thérèse Bernatchez	17
Monique Lavallée	19
Marguerite Prince	19
Solange Cloutier	19
Louise Pomminville	19
Marcel Blais	20
René Grégoire	20
Marie Pelletier	21
Pauline Mondor	21
Yves Bélanger	22
Jeanne Chaput	22
Marcel Paquette	23
Louise Émard	23
Harvey Smith	23
Lise Payette	23
Gérard Martineau	24
Thérèse Mayrand	24
Denise Caya	24
Denise Laurin	24
Barbara Ceh	24
Normand Groulx	25
Pauline André	26
Claire Doucet	26
Daniel Tremblay	26
Claudette St-Martin	26
Jocelyne Mercier	27
Filomena Di Filippo	28
Victorin Veilleux	28
Marie Maryse Martineau	28
Rosanne Marin	28
Julia Primeau	28
Christiane Cardinal	29
Lise Monette	29
Roger Foucault	29
Anita Difonte	29
Raymond Vézina	29
Domenico Selvaggio	29
Normand McLean	29
Maurice Désilets	30
Nicole Borduas	31
Lise Guglielminetti	31
Carmen Brisebois	31

PROGRAMME DE LA JOURNÉE DU MARDI LE 10 MARS 2020

- Pour le bon déroulement de la journée, vous aurez accès à la bibliothèque soit par l'escalier près de la réception ou par les ascenseurs des phases 1 et 2.
- Pour les personnes de la phase 3 descendez au rez-de-chaussée et prenez l'ascenseur de la phase 2.

9h00 Remise de bracelets et mimosa à la bibliothèque jusqu'à 10h15.

10h15 Ouverture des portes de la salle Delorme pour le défilé.

10h30

Défilé de la **Boutique DucAn** présenté par les mannequins 'Au Fil de l'Eau' avec la participation des danseurs de 'High Vibrations'.

Tirage de nombreux prix de présence.

12h00 Dîner au restaurant La Rivièra servi par les messieurs.

Au menu : pâtés sur salade de roquette avec pain et beurre, brochette de poulet sur lit de riz et légumes variés, pouding chômeur et crème glacée, vin maison, café, thé…

19h30 Spectacle avec Chantal Fleury, humoriste-ricaneuse et conférencière, jamais méchante, jamais vulgaire et drôlement énergisante, suivi d'un goûter.

Responsables : Louisette Desrochers et Jo-Ann Bourque

BIBLIOTHÈQUE FERMÉE MARDI LE 10 MARS 2020

En raison de la fermeture de la bibliothèque cette journée-là, prévoyez rapporter vos livres ou vous en procurer d'autres, quelques semaines avant le 10 mars.

Responsable : Noëlla McNeil

Spectacle, musique et danse

20 mars | Salle Delorme - 19h30

Nous recevrons la chanteuse country Madame Nicole Dumont. C'est à la demande de plusieurs résidents qui l'avaient vue avec un groupe lors du dernier spectacle country où elle assurait la dernière partie. Madame Dumont possède plusieurs années de métier, elle chante mais elle possède aussi la scène et elle fait rire le public avec son humour. Elle viendra en compagnie de 5 musiciens.

Coût : 15 $
Vente de billets : mercredi le 4 mars de 9h30 à 12h00 au foyer Delorme
Responsable : Jocelyne Desjardins

Jeudis en musique

26 mars | Salle de cinéma de 14h00 à 15h30

En mars, nous recevrons monsieur Mario Lento chanteur-claviériste. Il a travaillé plusieurs années à la radio et il chante un répertoire des années 50 à aujourd'hui. Il aime aussi répondre aux demandes spéciales des gens. Venez passer un bel après-midi musical.

Coût : Gratuit, offert par votre comité des loisirs
Responsable : Jocelyne Desjardins

Soirée Jacques Gravel

27 mars | Salle Delorme à 19h30

Venez danser au son de la musique animée par M. Stéphane Beauchamp. C'est la soirée de danse mensuelle qui a été nommée ainsi en mémoire de Jacques Gravel.

C'est **gratuit pour les résidents et 20 $ pour les invités.**
Aucun billet requis pour cette activité.

Responsable : Louisette Desrochers

Danse en ligne **PENDANT LA SAISON ESTIVALE**

Nous avons été désolés d'apprendre le décès de Madame Nicole Lortie. Elle s'occupait de l'activité de danse pendant l'été et plusieurs d'entre vous en avez profité.

Si jamais, une personne est intéressée à animer cette activité soit en enseignant des danses ou en faisant pratiquer celles déjà connues, faites-nous signe en donnant votre nom au comité des loisirs.
Merci à l'avance de votre participation !

Cabane à sucre intérieure

Mercredi le 25 mars 2020

Cabane Mobile
avec produits de l'érable à vendre.

Endroit
Salle Delorme à 12h00

Coût
20,50 $

Musique
Stéphane Beauchamp

Vente de billets
mercredi le 11 mars
de 9h30 à 12h00, foyer Delorme

Cabane à sucre extérieure

Mercredi le 8 avril 2020

Coût 25$
incluant le transport en autobus. Une grande partie du transport est offert par le comité des loisirs.

Départ
10h30 à la phase 4
Retour : vers 16h00

Vente de billets
mercredi le 18 mars
de 9h30 à 12h00, foyer Delorme

Repas traditionnel du temps des sucres et danse avec un animateur sur place.

Permis SAQ sur place.

** Cette cabane est celle de notre fournisseur de la cabane mobile intérieure.

Ateliers dégustation de vin

25 mars, 15 avril, 20 mai, 10 juin 2020

Inscription pour le printemps, au bureau des loisirs dans la semaine du 9 mars de 9h00 à 12h00

COÛT : 35$ PAR ATELIER OÙ : SALLE GRÉGOIRE À 13H30

1- La dégustation en sommellerie : techniques, ce qu'est un vin Bio, dégustation, jeux ludiques en lien avec le vin

2- À la découverte de la France : provenance : France, cépages qu'on y trouve, dégustation, valpolicella

3- L'Italie a du goût : L'Italie, grandes bouteilles, le liège et ses propriétés, dégustation

4- La viticulture en Espagne : l'Espagne, histoire, jugement de Paris 1976, achats recommandés, dégustation

5- Les États-Unis et ses régions de la côte ouest : les États-Unis, techniques de conservation, bulles, vocabulaire

6- Le Canada, ce n'est pas juste du sirop d'érable : le Canada, cartes d'ici, arômes, accord

Un souper de la St-Valentin

pour fêter l'amour et l'amitié.

L'amitié c'est la chaleur du cœur contre les intempéries de la vie.

Là où on s'aime il ne fait jamais nuit.

Nous avons des couples qui ont encore la chance d'être ensemble.

Se joignent à eux, des personnes qui chérissent leurs souvenirs de jours heureux.

Félicitations et un sincère MERCI à tous les participants des photos de mariage.

Une sérieuse observation a été nécessaire pour vous reconnaître.

Malheureusement, une photo n'a pas été exposée, la voici: celle de **Mme Rolande Parent et M. Paul Gélinas.**

Toutes nos excuses pour cet inconvénient.

Comité des loisirs
514-955-2190
de la section du Fil de l'eau

Horaire des activités
HIVER 2020

Carte de membre obligatoire en tout temps

Jour	Heure	Activités	Endroit	Personnes responsables
Lundi	13h00	Bridge	bibliothèque	P. Plante / C. Provencher
	13h00	OKO	salle de cartes	L.Edstrom / Y.Dionne / L.Demers
	14h30	Pétanque-atout	salle Delorme	Gemma Dubé / ÉlisabethDavid
	19h00	Mini-golf	mini-golf	J. Pépin /J. Gatien / C. Deslongchamps
	20h00	Golf virtuel	salle Delorme	André Desjardins
Mardi	9h30	Club de marche	entrée principale	Claudette Thériault
	13h00	Dominos	salle de cartes	Y. Dionne/ M. Tremblay
	18h30	Cribble	bibliothèque	C.Saumur/C. & G.Provencher/G. Séguin
	18h30	Billard	salle de billard	Gisèle Phaneuf
	19h00	Pay-me	salle de cartes	Danielle Goulet / Denise Beaulieu
	19h00	Golf virtuel	salle Delorme	André Desjardins
Mercredi	13h00	Cartes 500	bibliothèque	Huguette Lauzon / Denise Dugas
	13h00	Échecs	salle de cartes	Fausto Dorta
	18h45	Canasta	bibliothèque	Micheline Tremblay / Cécile Saumur
	19h00	Quilles sur écran	salle Delorme	Mary Ouellet / Bella Lacourse
Jeudi	9h30	Quilles sur écran	salle Delorme	Monique Séguin / Guy Séguin
	13h00	Palet	salle Delorme	Imelda Maillé / P.-Émile Proulx
	13h15	Scrabble	salle de cartes	L.Desrochers / T. Dubé / D.Patenaude
	13h30	Baseball-poches	salle Delorme	Ida Legault / Aline Lajoie
Vendredi	13h00	Mamies tricoteuses	bibliothèque	A. Leclerc/L.T.Brisebois/C. Lavoie/ C. Thériault
	13h30	Sacs de sable	salle Delorme	Ida Legault / Aline Lajoie
	19h00	Cartes 500	bibliothèque	J.-Guy Doston / P.-Émile Proulx

Horaire des cours HIVER 2020

Lundi	10h00	Danse en ligne/**int.**	salle Delorme	Gabrielle Tremblay	S. Beauchamp
	13h00	Danse en ligne/**av.**	salle Delorme	Gabrielle Tremblay	
Mardi	10h00	Yoga	salle Delorme	Nicole Gendreau	Carole Morency
	13h00	Cond. Physique	salle Delorme	Pauline Latour	Josianne Lapierre
	14h15	Cond. Physique	salle Delorme	Claudette Thériault	Josianne Lapierre
	15h30	Cond. Physique/ **av.**	salle Delorme	Claudette Lefebvre	Josianne Lapierre
Mercredi	9h00	Aquaforme	piscine	Liliane Pleau	Josianne Lapierre
	10h00	Aquaforme	piscine	Madeleine Edstrom	
	10h00	Danse en ligne/ **déb.**	salle Delorme	Gabrielle Tremblay	Maryse Gagnon
	11h00	Aquaforme	piscine	Aline Beaudoin	Josianne Lapierre
	13h30	Pratique de danse	salle Delorme	Gabrielle Tremblay	S. Beauchamp
	13h30	Cours de crochet	bibliothèque	Francine Lemieux	Francine Lemieux
Jeudi	11h00	Aquaforme	piscine	Clémence Lepage	Audrey Clément-Gauvin

S'ouvrir aux autres pour être heureux

L'un des plus grands cadeaux que vous puissiez faire aux autres consiste à vous ouvrir à leur amour.

L'idée que nous nous faisons du bonheur est souvent plus ou moins liée à des possessions : argent, maison, voiture… ou au succès social : métier reconnu, accomplissement notoire, bonne réputation professionnelle … Tant qu'on ne peut atteindre ces objectifs, nous pensons ne pas pouvoir être pleinement heureux. Bon nombre de gens passent leur vie à rechercher une illusion, car le vrai bonheur n'est pas associé à cela. Le véritable bonheur est plutôt un état de conscience.

Comment y accéder?

Il suffit de s'ouvrir aux autres et de devenir un donneur et non pas un demandeur d'amour. L'égoïste ne peut pas être heureux, car il ferme son cœur aux autres. Pour être heureux, il faut s'ouvrir au monde entier. Celui qui a beaucoup d'amour se dilate et il a l'impression que tout s'ouvre à lui.

Débarrassez-vous de l'habitude de constamment prendre et faites l'expérience de la générosité sincère. Si vous hésitez à donner des biens matériels, alors faites des dons non tangibles simplement par votre attitude envers les autres.

ESSAYEZ UN OU PLUSIEURS DE CES EXEMPLES :

- Écoutez les autres avec bonté
- Encouragez les gens qui vous entourent
- Saluez avec sincérité les personnes
- Intéressez-vous sincèrement à la vie des autres
- Souriez le plus possible
- Faites des compliments sincères
- Remerciez ceux qui vous rendent service
- Évitez les conflits inutiles
- Soyez serviable
- Démontrez du respect envers tous
- Ne cherchez pas à avoir toujours raison
- Réalisez une bonne action chaque jour
- Orientez la conversation vers les autres
- Pardonnez

Vous devez saisir les différentes occasions d'être ouvert aux autres.
Cette attitude vous enrichit, car ainsi vous recevrez plus que vous donnerez.

Faites-en l'expérience pour le vérifier. En donnant de votre temps aux autres, vous devenez plus inspiré intérieurement, et cette nouvelle richesse intérieure vous prépare à donner davantage.

« **Aidez les autres, et c'est vous le premier qui vous sentirez mieux.** »
Omraam Mikhaël Aïvanhov

Cinéma en mars 2020

ENTRÉE LIBRE

CORDIALE BIENVENUE À TOUS !

DIAPORAMA À L'OUVERTURE DES PORTES 30 MINUTES AVANT LES REPRÉSENTATIONS
S.V.P. ÉTEINDRE VOS CELLULAIRES PENDANT LA PRÉSENTATION.

FILMS DU SAMEDI 19h30

7 mars : BIENVENUE AU MARYGOLD HÔTEL ... LA SUITE (comédie satirique)
14 mars : RAY CHARLES (biopic, drame, music)
21 mars : PASSIONS TOURMENTÉES (comédie, drame)
28 mars : FORREST GUMP (comédie dramatique)

VARIÉTÉS DU DIMANCHE 14h00

1 mars : JOHAN STRAUSS (concert à Vienne 1999)
8 mars : YVES MONTAND INTERNATIONAL (concert 1987)
15 mars : PRODIGES 2019 (La grande finale France 2)
22 mars : SALVATORE ADAMO (concert à l'Olympia 2001)
29 mars : NOTRE-DAME DE PARIS (Le grand concert 2019)

POUR DÉTAILS ET SYNOPSIS
Consultez les affiches à la porte du cinéma ainsi qu'à l'entrée du local postal.
Dans l'impossibilité de présenter le film annoncé, un autre choix sera proposé.
Responsables : Clémence et Anne-Marie

Sorties et voyages

AU FIL DE L'EAU

13 au 20 mai Semaine santé
17 et 18 mai Festival canadien des tulipes à Ottawa
15 juillet Combiné croisière et train
31 juillet Elvis Expérience
17 août Croisière-spectacle Jukebox
4 octobre Brunch au sommet de la chute Montmorency
15 novembre Un Noël chantant et Illumi

Venez nous rencontrer tous les jeudis
de 9h00 à 11h00 près du bureau du comité des loisirs.
Responsables : France Vincent et Louise Lavigne

Société Historique de Rivière-des-Prairies
9140, boul. Perras, Montréal, QC, H1C 1B5 Tél. (438) 385-1429
Site web : http://societe-historique-rdp.org/
Société historique de Rivière-des-Prairies

Conférences 2020
Maison Pierre-Chartrand, 8000 Boul. Gouin est à 13h30 : GRATUIT

18 mars Hommes-des-bois bûcherons de chantiers par Simon Rodrigue
15 avril Rivière-des-Prairies, un passé à découvrir par Jean-Marc St-Jean et Fernand Ouellet

Rivière-des-Prairies
Pointe-aux-Trembles
Montréal

Avec la collaboration de
la Maison de la Culture de RDP/PAT

La vie sur les fermes de Rivière-des-Prairies | La rivière en arrière de l'île : la Skawanoti

Moitié-moitié

Au profit des loisirs, les billets sont en vente près du bureau des loisirs et au salon de la phase 3, du lundi au vendredi de 9h00 à 12h00. Vous avez 4 semaines pour réclamer votre prix.

Responsable : **Louise T. Brisebois**

Bingo

Tous les jeudis à 19h00 à la salle Delorme.

De nombreux prix sont à gagner.

Responsables :
Marielle Gauthier et Françoise Rousseau

Quilles

Salle de quilles Fleury,
1763 rue Fleury est, sur la promenade Fleury

Vous vous présentez tous les vendredis.

De nouveaux joueurs sont les bienvenus. Inscrivez-vous auprès de Madame Gariépy.
L'heure d'embarquement pour l'autobus est **8h30** à la phase 4.

Responsables : **Diane Gariépy 514-327-4054 et Françoise Rousseau**

Mini-Golf

Responsables :
Jeannine Pépin
Jacqueline Gatien
Claire Deslongchamps

Les lundis à 19h00

Le défi du trou d'un coup :

2 mars = **18**
9 mars = **3**
16 mars = **8**
23 mars = **13**
30 mars = **2**

Bazar 514-323-4708

Bénévoles: Pour travailler au bazar, vous devez vous inscrire au local du bazar.

Nous recueillons vos objets au bureau du sous-sol :
LUNDI : 9h00 à 12h00 - 13h00 à 15h00
MERCREDI : 13h00 à 15h00

Responsable : **Nicole Dumoulin**

Venez au bazar dimanche le 15 mars 2020 de 9h30 à 14h30.
N'oubliez pas d'apporter vos sacs !

SUPER MARCHÉ ANJOU

7172 Bombardier, Anjou
514-352-5447

Monsieur Sylvain Lecavalier
Directeur du Métro Plus

HORAIRE DES AUTOBUS

LE LUNDI
Départ de la résidence Au Fil de L'Eau vers **9H30**
Retour du Marché Métro vers **11H00**

LE JEUDI
Départ de la résidence à **9H30** | Retour vers **11H00**
*** IL N'Y A PAS DE TRANSPORT EN APRÈS-MIDI.**

** Le chauffeur prend les gens soit dans le rond-point de la phase IV ou sur le boul. Gouin, devant la phase IV, cela dépend du chauffeur.

GAGNANTE
JANVIER 2020
Mme Thérèse Dubuc
APP.1004

Pour toutes commandes téléphoniques, composez le **514-352-5447**, **les lundis et mardis** entre 8h00 et 14h00, en laissant vos coordonnées et nous vous rappellerons afin de prendre votre commande. Prévoyez un coût de 3,50$ pour la livraison et 3,50$ de plus si votre commande est moins de 50$.

- Les commandes que nous prendrons **le lundi vous seront livrées le mardi.**
- Les commandes que nous prendrons **le mardi vous seront livrées le mercredi.**

Pour le tirage mensuel (sortie du jeudi) la gestion se fait à la réception de la résidence comme toujours. Un certificat cadeau de 25$ est tiré excluant les achats sur l'alcool, la loterie et le tabac.

Pour le coupon-rabais consenti de 2$ ou 5$ pour la navette du lundi, les nouveaux coupons seront remis par la réception de la résidence et le tirage se fera au magasin le lundi. Les personnes ne sont pas obligées d'être présentes, le Marché Métro communiquera avec le ou la gagnante qui pourra récupérer son prix : un bon d'achat de 20 $ le lundi suivant. SVP détruire les anciens coupons que vous avez en votre possession.

Magasinage

pour le mois de mars 2020

Vendredi, le 13 mars - Centre Laval
Mardi, le 24 mars - Promenades St-Bruno
Responsable : **France Vincent**

DÉPART : **10h00** à l'entrée de la phase 4
RETOUR : **16h00**

Il est obligatoire de vous inscrire à la réception le dimanche précédent.

Coût pour l'autobus : résidents 5,00$
invités 20,00$

IL FAUT ABSOLUMENT 20 PERSONNES, sinon le **magasinage sera annulé.**
Dans ce cas, vous serez remboursés.

Soirée

au Casino de Montréal
Mercredi le 18 mars

DÉPART de l'autobus : **16h45** à la phase 4
RETOUR : vers **23h00**

Condition :
IL FAUT ABSOLUMENT 20 PERSONNES, sinon **l'activité sera annulée.**

S'inscrire à la réception, au plus tard avant 16h00 le vendredi précédant la sortie.

Coût pour l'autobus aller-retour :
résidents 5,00$ | invités 20,00$

Amusez-vous!

Mot de 13 lettres à trouver: _____

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

CENTAURE
CERBERE
CHIMERE
CYCLOPE
DJINN
DRACULA
DRAGON
ELFE
FANTOME
FARFADET
GARGANTUA
GARGOUILLE
GEANT
GOBELIN
GOLEM
GORGONE
GOULE
GRIFFON
HOBBIT
HYDRE
KORRIGAN
LICORNE
LOUP
MELUSINE
MINOTAURE
MONSTRE
NAGA
NAIN
NIXE
NYMPHE
OGRE
ONDINE
PEGASE
PSYCHE
SATAN
SIRENE
SORCIERE
SPHINX
TROLL
VAMPIRE
VOUIVRE
YETI
ZOMBIE

Solution du mois dernier: 1. la lettre n 2. énigme 3. tableau. 4. elle n'est pas ouverte 5. l'horizon 6. épi de mais 7. chauve 8. une décapotable 9. introuvables ou dystrophique

1. Je suis le premier à la ligne d'arrivée mais je ne suis pas le vainqueur. Qui suis-je ?
_____

2. Un homme marche sur la plage. Quand il se retourne, il ne voit pas ses traces de pas. Pourquoi ?
_____

3. Je ne pose pas de questions mais j'attends une réponse. Qui suis-je ? _____

4. Le lac St-Jean est le plus grand lac naturel du Québec. Vrai ou Faux

5. Qu'est-ce qui est devant mais qu'on ne voit jamais? _____

6. On me prend sans me toucher. Qui suis-je ? _____

7. Si tu me perds, tu tombes. Qui suis-je? _____

8. Combien de mois dans l'année comportent 28 jours ? _____

9. Quelle quantité de liquide un adulte devrait-il minimalement absorber chaque jour afin de compenser la quantité perdue par son corps? a) 500 ml b) de 1,5 à 2 litres c) de 3 à 4 litres

10. La vichyssoise est un potage composé traditionnellement de pommes de terre et de :

Louisette

Comité des loisirs
514-955-2190
de la résidence au Fil de l'eau

CALENDRIER DES ÉVÉNEMENTS POUR MARS 2020

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
1 Messe 10h30	2 - Collection Normandin	3 - Boutique L. Mode	4 Vente billets pour spectacle de - Nicole Dumont - visite à l'Oratoire 9h30-12h00 foyer	5	6	7 Messe 16h00
8 On avance l'heure Messe 10h30	9 - Boutique 4 Saisons - Créations Vintage	10 Journée de la femme	11 Vente billets pour cabane intérieure 9h30-12h00 foyer - CN CHaussures Reiker - Créations Fifth Avenue	12	13	14 Messe 16h00
15 Messe 10h30 * Bazar	16 - Boutique Intimoda Visite à l'Oratoire 	17 - Créations Vintage	18 - Créations S.B. - Boutique Le Chiffon - Chaussures Relax Vente billets pour cabane extérieure 9h30-12h00 foyer * Casino	19	20 Spectacle de Nicole Dumont	21 Messe 16h00
22 Messe 10h30 * Portes ouvertes	23 - Boutique Option - Les Délices de Marie	24 - Chaussures Jean-Marc - Boutique Sheena	25 - Cabane à sucre **intérieure** salle Delorme 12h00	26 Dîner des anniversaires 12h00 - Jeudis en musique	27 Soirée Jacques Gravel	28 Messe 16h00
29 Messe 10h30	30	31 - Boutique Bloc Nimo				

Messe 16h00 les mercredis et les vendredis

Cinéma: dimanche 14h00 et samedi 19h30

Bibliothèque tous les mardis de 9h30 - 11h30

Bingo: tous les jeudis 19h00

Quilles extérieures: tous les vendredis 8h30

Fête de la fidélité

À tous ces couples, félicitations!

Marcel & Lisette Hétu

Serge & Monique Cinq-Mars

Normand & Lisette McLean

Jacques & Dolorès Daigle

Paul & Rolande Gélinas

Réal & Gaétane Morrier

Denis & Lise Payette

Guy & Monique Séguin

Claude & Monique Shedleur

Jacques & Jacqueline Croteau

Charles & Gisèle Provencher