



Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
<p align="center">Légende</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Voyage en bus ■ Activité physique ■ Divert. musical/conférence ■ Vendeur AR Salle d'activité CH Chapelle EL Salon Elsie ER Salle d'exercice FL Salon Fireside LB Bibliothèque P Patio PL Piano Lounge POOL Piscine PDR Salle à manger privée RD Rendez-vous à la réception SU Inscription (appelez au 4400 ou en personne) 			<p align="center">1</p> <p>09h00 & 09h30 - Mise en forme (FL) 09h30 Nouvelles et opinions (FL) 13h30 Brico ~ Collage lune en boutons (SU/AR) 13h30 Divertissement avec Yvonne (FL) 15h00 Cocktails et piano avec Bob Petch (FL) 19h30 Film ~ 2001, A Space Odyssey (FL) 19h30 Crible (AR)</p>	<p align="center">2</p> <p>10h00 Service anglican (CH) 10h00 Zumba avec Debbie (FL) 11h15 Lunch au Bistro Duna European (SU/RD) 14h00 Présentation A.I.M. Fitness : Tout sur les hanches et genoux (FL) 14h00 Shopping à Bells Corners: Shoppers, Metro, LCBO & plus (SU/RD) 19h30 Film ~ Secretariat (FL)</p>	<p align="center">3</p> <p>09h00 Prévention des chutes (FL) 13h15 Club de bridge (AR) 13h30 Sortie au Musée canadien de l'aviation et de l'espace (SU/RD) 14,50 \$ pour les aînés 15h15 Danse latine sur chaise avec Michael Markov (FL) 19h45 Cocktails et divertissement avec Rick Leben (FL)</p>	<p align="center">4</p> <p>09h30 Smoothies matinaux (FL) 09h30 Brain Aerobics (FL) 10h15 Yoga avec Michael (FL) 14h00 Kentucky Derby Mint Julip & chapeau d'occasion (FL) 18h30 Derby du Kentucky. Heure approx. 18h45 (FL) 19h30 Documentaire : Seabiscuit America's Legendary Racehorse (FL)</p>
<p align="center">5 Cinco de Mayo</p> <p>10h00 Chant de cantiques (FL) 13h00 Sortie au Theatre Group The Cemetery Club' au Théâtre Osgoode *Jessica (poste 4400) pour info. 13h30 Virgin Margarita Cinco de Mayo dans le Fireside Lounge 14h45 Jeu Alien Knock Down - avec prix (FL) 19h30 Téléserie ~ Waiting For God (FL)</p>	<p align="center">6 Navette médicale : 8h30 - 16h30</p> <p>09h00 Aquaforme (SU/RD) 9h00 et 9h30 - Mise en forme (ER) 10 - 2 Sheila's Scarves & Jewelry (AR) 14h00 Spectacle de Side by Side (FL) 15h30 Marche extérieure (RD) 19h30 JACKPOT Bingo avec Gail & Theresa - 3 \$ pour jouer (FL)</p>	<p align="center">7</p> <p>Pas de shopping à Carlingwood en raison de l'inspection du bus 09h45 Rions avec Frank (FL) 11h30 BBQ sur le patio 13h15 Club de bridge (AR) 13h30 Club de tricot (FL) 13h30 Manucures dans le FL (SU) 15h00 Social Popcorn (FL) 19h30 Film ~ Life is Beautiful (FL)</p>	<p align="center">8</p> <p>09h00 & 09h30 - Mise en forme (FL) avec Andrew (ER) 09h30 Nouvelles et opinions (FL) 10 - 2 Vente Avon avec Dawn (AR) 14h00 Comité des résidents et de la direction (FL) 15h00 Cocktails et piano avec Bob Petch (FL) *FL fermé en pm pour lavage du tapis 19h30 Crible (AR)</p> 	<p align="center">9</p> <p>10h00 Zumba avec Debbie (FL) 14h00 Social thé des infirmières (AR) 14h00 Manchettes de nouvelles avec Professeure Cammy (FL) 19h30 Film ~ Gravity (FL)</p>	<p align="center">10</p> <p>09h00 Prévention des chutes (FL) 10h45 Lunch au Sapporo Sushi sur Carling (SU/RD) 13h15 Club de bridge (AR) 14h00 Visite panoramique au Festival des tulipes avec possibilité de sortir pour marcher (SU/RD) 19h45 Cocktails et divertissement avec the Polished Brass (FL)</p>	<p align="center">11</p> <p>09h30 Smoothies matinaux (FL) 09h30 Brain Aerobics (FL) 10h00 Tai Chi avec Hiromi (FL) 14h00 Mocktail citron en fleurs dans le Fireside Lounge 19h30 Film : Apollo 11 (FL)</p>
<p align="center">12 Fête des Mères</p> <p>10h00 Chant de cantiques (FL) 13h30 Anneaux pour serviettes avec fleurs artificielles (SU/FL) 15h00 Histoire et discussion sur la fête des Mères (FL) 19h30 Film - Because I Said So - (FL)</p>	<p align="center">13 Navette médicale : 8h30 - 16h30</p> <p>09h00 Aquaforme (SU/RD) 9h00 et 9h30 - Mise en forme (ER) 12h00 Lunch de poulet Costco pour le Men's Club. 10\$ pp. Réserver au poste 4400 avant le 10 mai 16h (AR) 14h00 Apprendre avec Katherine Addleman: Johann Sebastian Bach (FL) 15h30 Marche extérieure (RD) 19h30 JACKPOT Bingo avec Gail & Theresa - 3 \$ pour jouer (FL)</p>	<p align="center">14</p> <p>9h00, 9h30 et 10h00 Carlingwood Mall (SU/RD) 09h45 Rions avec Frank (FL) 11h30 BBQ sur le patio 13h15 Club de bridge (AR) 13h30 Club de tricot (FL) 13h30 Manucures dans le FL (SU) 15h00 Social Popcorn (FL) 19h30 Film ~ Contact (FL)</p>	<p align="center">15</p> <p>9h00 et 9h30 - Mise en forme (ER) 09h30 Nouvelles et opinions (FL) 13h30 Brico ~ Attrape soleil avec perles fondues (SU/AR) 13h30 Messe catholique avec père Emeka (FL) 15h00 Cocktails et piano avec Bob Petch (FL) 19h30 Film ~ Ad Astra (FL) 19h30 Crible (AR)</p>	<p align="center">16</p> <p>10h00 Zumba avec Debbie (FL) 10h45 Visite chez Sue Prior avec les pompiers d'Ottawa (SU/RD) 14h00 Course spatiale (chasse aux trésors et activités sous le thème de l'espace (FL) 15h00 Shopping au Farmboy Kanata LCBO, Bulk Barn, TD Bank et plus (SU/RD) 15h30 Club de lecture (AR) 19h30 Film ~ A Man Called Otto (FL)</p>	<p align="center">17</p> <p>09h00 Prévention des chutes (FL) 10h00 Bibliothèque d'Ottawa (RD) 13h15 Club de bridge (AR) 13h30 Sortie mystère avec Jessica et Shannon (SU/RD) 15h15 Danse latine sur chaise (FL) 19h45 Cocktails et divertissement with Guy Lalonde (FL)</p>	<p align="center">18</p> <p>09h30 Smoothies matinaux (FL) 09h30 Brain Aerobics (FL) 10h15 Yoga avec Michael (FL) 14h00 Mocktail leur galactique avec des amis (FL) 19h30 Docusérie : Life From Above. Épisode 1: Moving Planet & Épisode 2: Colorful Planet (FL)</p>
<p align="center">19</p> <p>10h00 Chant de cantiques (FL) 13h30 Lancer des anneaux de Saturne avec prix (FL) 14h45 Quiz spatial (FL) 19h30 Téléserie ~ Waiting For God (FL)</p>	<p align="center">20 Fête de la Reine</p> <p>Pas de navette médicale ou d'aquaforme 09h30 Quiz fête de la Reine et discussion (FL) 14h00 Divertissement avec Spencer Scharff (FL) 15h30 Marche extérieure (RD) 19h30 JACKPOT Bingo avec Gail & Theresa - 3 \$ pour jouer (FL)</p>	<p align="center">21</p> <p>9h00, 9h30 et 10h00 Carlingwood Mall (SU/RD) 09h45 Rions avec Frank (FL) 11h30 BBQ sur le patio 13h15 Club de bridge (AR) 13h30 Club de tricot (FL) 13h30 Manucures dans le FL (SU) 15h00 Social Popcorn (FL) 19h30 Film ~ Star Wars Épisode 4: A New Hope (FL)</p>	<p align="center">22</p> <p>9h00 et 9h30 - Mise en forme (ER) 09h30 Nouvelles et opinions (FL) 13h30 Brico ~ Planète avec bougies électriques (SU/AR) 13h30 Musique et plaisir avec Yvonne (FL) 15h00 Cocktails avec Bob Petch (FL) 17h15 Bingo à la Légion (SU/RD) 19h30 Film ~ Star Wars Épisode 5: The Empire Strikes Back (FL) 19h30 Crible (AR)</p>	<p align="center">23 Jeudi écono</p> <p>09h30 Brunch au Ai's Diner (SU/RD) 10h00 Zumba avec Debbie (FL) 14h00 Histoire de l'Art avec Mary Major: The Washington National Gallery 1re partie (FL) 14h00 Shopping au Walmart sur Baseline (SU/RD) 19h30 Film ~ Star Wars Épisode 6: Return of the Jedi (FL)</p>	<p align="center">24</p> <p>09h00 Prévention des chutes (FL) 13h15 Club de bridge (AR) 11h20 Lunch au restaurant Brigadoon (SU/RD) 14h30 Club des voyageurs gourmets El Salvador (FL) 19h45 Cocktails et divertissement avec Concerts in Care (FL)</p>	<p align="center">25</p> <p>09h30 Smoothies matinaux (FL) 09h30 Brain Aerobics (FL) 10h00 Tai Chi avec Hiromi (FL) 14h00 Social Soda Yoda (FL) 19h30 Docusérie : Life From Above. Épisode 3: Patterned Planet & Épisode 4: Changing Planet (FL)</p>
<p align="center">26</p> <p>10h00 Chant de cantiques (FL) 13h30 Jeu de lancer de planètes - avec prix! (FL) 14h30 Jeu de cartes SPACEY 8 (FL) 19h30 Téléserie ~ Waiting For God (FL)</p>	<p align="center">27 Navette médicale : 8h30 - 16h30</p> <p>09h00 : Aquaforme (SU/RD) 09h00 & 09h30 - Mise en forme (FL) avec Andrew (ER) 14h00 Divertissement avec Duo Just Us (FL) 15h30 Marche extérieure (RD) 19h30 JACKPOT Bingo avec Gail & Theresa - 3 \$ pour jouer (FL)</p>	<p align="center">28</p> <p>9h00, 9h30 et 10h00 Carlingwood Mall (SU/RD) 09h45 Rions avec Frank (FL) 11h30 BBQ sur le patio 13h15 Club de bridge (AR) 13h30 Club de tricot (FL) 13h30 Manucures dans le FL (SU) 15h00 Social Popcorn (FL) 19h30 Cantiques Armée du Salut (FL)</p>	<p align="center">29</p> <p>09h00 & 09h30 - Mise en forme (FL) avec Andrew (ER) 09h30: Inscription aux activités de juin (FL) 13h30 Théâtre Redwoods (PDR) 15h00 Anniversaires du mois avec Bob Petch! (FL) 19h30 Film ~ Apollo 13 (FL) 19h30 Crible (AR)</p>	<p align="center">30</p> <p>10h00 Zumba avec Debbie (FL) 11h00 Lunch au Cheshire Cat Pub (SU/RD) 14h00 Art : Peinture de galaxie (SU/FL) 14h00 Shopping maraîcher au Parkdale Market (SU/RD) 19h30 Film ~ Priscilla (FL)</p>	<p align="center">31 Journée Jeans</p> <p>09h00 Prévention des chutes (FL) 11h00 Pique-nique Britannia Beach - Lunch fourni. (SU/RD) *Si température le permet 13h15 Club de bridge (AR) 15h15 Danse latine sur chaise (FL) 19h45 Cocktails et divertissement avec Jeff Stoddard (FL)</p>	

Anniversaires de mai



Helen Leonard - 1er mai
Jean-Guy Page - 1er mai
Beryl Rogan - 3 mai
Wilma Curd - 5 mai
Barbara Boyes - 5 mai
Colette Kehoe - 6 mai
Fab Bender - 7 mai
Lise Boisvert - 8 mai
Arlene Drolet - 11 mai
Jennifer Lawrence - 11 mai
May-Yu Chan - 14 mai
Rosamond Sturk - 16 mai
Moir Williams - 18 mai
Don Smith - 19 mai
Elfriede Ludchen - 20 mai
Margaret Hardy - 21 mai
Jeanette Pole - 22 mai
Marion Byrne - 24 mai
Joan Desjardins - 25 mai
Guy Cyrenne - 26 mai
Reta Gordon - 26 mai
Anne Perdue - 27 mai
Sally Cleary - 28 mai
May Williams - 31 mai



Gretchen Green O'Brien - 31 mai

Rejoignez-nous pour célébrer nos anniversaires du mois de mai avec un spectacle musical et un gâteau le 29 mai !



Tai Chi

À la demande d'un résident, ce mois-ci, nous allons essayer le tai-chi, un art martial chinois pratiqué pour l'autodéfense et la santé !

Nous avons réservé 2 cours d'essai pour le mois de mai. L'un le samedi 11 mai et l'autre le samedi 25 mai, tous deux à 10 heures dans le Fireside Lounge.

Si les réactions des participants sont positives, nous envisagerons d'en faire un cours régulier pour vous tous.

N'oubliez pas de nous faire savoir si vous souhaitez que nous poursuivions ces cours.

Club des gourmets

Ce mois-ci, nous voyagerons au El Salvador pour notre Club des voyageurs gourmets!



Bienvenue!

Nous vous souhaitons la bienvenue dans la famille Redwoods :

Danielle Sundaram
Pierrette Foster Williams
Jean-Guy Page & Jean Buell
Frank & Jeanette Pole
Nancy Dalby



Excursions de mai

Lunch au Duna European Bistro \$
Jeudi 2 mai à 11h15

Shopping à Bells Corners \$
Jeudi 2 mai à 14h

Visite du Musée canadien de l'aviation et de l'espace
14,50 \$ pour 60 ans et +
Vendredi 3 mai à 13h30

Sortie au théâtre 'The Cemetery Club' 20\$ *Appeler
Jessica au poste 4400 pour info
Dimanche 5 mai à 13h

Lunch au Sapporo Sushi \$
Vendredi 10 mai à 10h45

Visite panoramique au Festival des tulipes
Vendredi 10 mai à 14h

Navette pour Carlingwood Mall \$
Mardi 14 mai à 9h, 9h30 et 10h

Visite chez Sue Prior avec les pompiers d'Ottawa
Jeudi 16 mai à 10h45

Shopping au Farmboy Kanata \$
Jeudi 16 mai à 15h

Sortie mystère avec Jessica et Shannon \$
Vendredi 17 mai à 13h30

Navette pour Carlingwood Mall \$
Mardi 21 mai à 9h, 9h30 et 10h

Bingo à la Légion de Westboro \$
Mercredi 22 mai à 17h15

Brunch chez Al's Diner \$
Jeudi 23 mai à 9h30

Shopping au Walmart sur Baseline \$
Jeudi 23 mai à 14h

Lunch au Brigadoon Restaurant \$
Vendredi 24 mai à 11h20

Navette pour le Carlingwood Mall \$
Mardi 28 mai à 9h, 9h30 et 10h

Lunch au Cheshire Cat Pub \$
Jeudi 30 mai à 11h

Shopping maraîcher au Marché Parkdale \$
Jeudi 30 mai à 14h

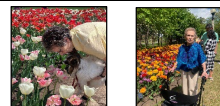
Pique-nique à Britannia Beach - Lunch fourni
Vendredi 31 mai à 11h

Veillez vous inscrire par le biais des activités le 24 avril dans le FL (ou par téléphone par la suite). Veuillez noter que le bus ne peut pas prendre plus de 8 marcheurs par sortie. De plus, nous ne pouvons prendre qu'un seul fauteuil roulant par sortie. Les sacs à provisions sur roulettes sont considérés comme des déambulateurs.



Que la force soit avec vous

Notre thème du mois de mai est l'espace ! Nous vous emmènerons faire un tour dans la galaxie avec une tonne de films sur l'espace, des bricolages, des jeux et même une visite au Musée de l'aviation et de l'espace ! Nous espérons que vous pourrez trouver du temps dans votre journée pour venir participer à l'une de nos activités hors du commun !



Festival des tulipes!

Le festival des tulipes approche et nous sommes impatients d'y participer !

C'est l'une de nos excursions annuelles préférées et les plus populaires, et nous espérons que cette année ne fera pas exception ! Pour ceux d'entre vous qui n'ont jamais participé à cette sortie, nous vous offrons la possibilité de rester dans le bus et de passer devant le festival, ou de descendre du bus pour vous promener. Si vous souhaitez descendre du bus pour vous promener, veuillez en informer le personnel avant de monter dans le bus. Si vous descendez du bus, vous serez assis à l'avant du bus pour faciliter la descente.

S'il fait chaud (comme ces dernières années) et que nous avons assez de temps après le

Visite chez Sue Prior avec les pompiers d'Ottawa

Merci à Sue Prior, l'une des anciennes membres de notre famille, de nous ouvrir à nouveau sa belle maison patrimoniale de Carp pour une visite ! Cette fois-ci, quelques pompiers d'Ottawa se joindront à nous pour agrémente cette sortie unique ! Nous partirons à 10 h 45 le 16 mai pour nous rendre à Carp pour un délicieux déjeuner et un moment de convivialité. Sue a toujours une tonne d'amis pour l'aider et offre habituellement une visite historique de sa maison à ceux qui sont intéressés. Elle a également quelques déambulateurs à disposition, s'il n'y a pas de place pour votre déambulateur dans le bus.



Semaine des infirmières

Bonne semaine à toutes nos infirmières résidentes et à celles du personnel ! Cette année, elle se tient du 6 au 12 mai. En l'honneur de cette semaine, nous organiserons un thé, le 9 mai à 14h dans la salle d'activités. Si vous avez été infirmière et que vous souhaitez participer, veuillez confirmer au poste 4400. N'hésitez pas non plus à apporter des photos, de vieilles fournitures d'infirmières et autant d'histoires que vous souhaitez partager avec le reste du groupe !



Men's Club

Pour le mois de mai, nos hommes ont choisi le poulet et la salade Costco ! Le repas aura lieu le **lundi 13 mai à midi dans la salle d'activités**. Comme d'habitude, le coût de ce déjeuner est de 10 \$ par personne. **Veillez appeler le 4400 pour réserver avant le vendredi 10 mai à 16h00**

MANAGED BY **HORIZON**

2604 DRAPER AVE. OTTAWA, ON K2H 9B1 | T. 613-828-8540 | F. 613-828-7554 | INFO@REDWOODSRETIREMENT.COM
REDWOODSRETIREMENT.COM