

neighbours

METCAP LIVING RESIDENTS NEWSLETTER

The Season of Rediscovery

Ask someone what their favourite season is and the answer is often Fall. Crisp weather that's neither too hot nor too cold is the hallmark of Autumn. As we welcome Fall, we want to thank our residents for participating in the resident appreciation events held at various MetCap buildings this Summer. These events were a great way for residents and staff to connect while having fun. We hope this new season brings everyone a lot of joy.



Fire Safety

Fire safety is of the utmost importance. We are all responsible for preventing fires. We're asking all residents to keep these fire safety tips in mind at all times:

- 1 Discuss an escape plan with your family in case of fire.
- 2 Do not leave pets unattended.
- 3 Let management know if someone in the home is unable to evacuate without help.

- 4 Keep all flammable items away from your stove. Double check labels to see how these types of items should be safely stored.
- 5 Unplug countertop appliances when not in use.
- 6 Make sure stoves, ovens and appliances are off when you're done cooking and before leaving home.

- 7 Do not throw cigarettes off your balcony.
- 8 Do not place extension cords under carpets or across doorways.
- 9 It's recommended that you use CSA or ULC-approved items.

You can keep your family and neighbours safe by taking these small steps.



HELPFUL TIPS

PET ETIQUETTE

Please ensure your pets are on leashes and accompanied by owners at all times when outside of your unit. We also ask that pet owners be respectful of those around them by:

- ☒ Cleaning up after your pets in shared spaces.
- ☒ Ensuring other residents have adequate space when riding in elevators.
- ☒ Trying to keep noise to a minimum.
- ☒ Keeping indoor and balcony pet-related spaces clean to prevent odours.

Preparing for Winter

It's never too soon to start preparing for Winter. Snow, ice and cold temperatures can be challenging so why not use the Fall season to plan ahead by:

- Taking stock of your winter clothing to see what you need and what can be donated or purged.
- Clearing clutter from your balcony.
- Packing away any Summer or Fall items you won't need in the Winter.
- Have your AC units uninstalled, cleaned and packing them away. Same for fans, if not in use.
- Doing your holiday shopping to beat the crowds later on.
- Make sure furniture is not blocking your heaters. Please report any concerns pertaining to your heaters to your Resident Manager right away.

How are you preparing for Winter?



SUMMER CONTEST WINNERS

Congratulations to the winners of our Summer issue!

Terrence G. | Vancouver, BC

"The past few years have been tough for all of us, but especially tough on me as I underwent back surgery. In order to keep my spirits up, I started growing vegetables on my patio and I am very proud to that in my second year I have surpassed my expectations with my huge herb garden. I also and I'm enjoying watching my tomatoes get big and fat and round! I will always look forward to every summer because I know that I can look forward to growing more vegetables on my wonderful patio tucked away in the beautiful apartment that most people only dream about."

Julie N. | St. Catharines, ON

"My favorite tradition I look forward to over summer is taking my grandchildren (ages three and eight) down to port Dalhousie to ride the carousel and enjoy an ice cream cone at Old Port Dairy Bar. They have a yummy variety of hard ice cream flavors."

Lois L. | Toronto, ON

A Summer's Day

*There is a soft breeze coming off the lake as you sit by the water
You eat ice cream and stay in the shade to keep cool
Children are playing in a nearby fountain, untouched by the heat of the day
There are flowers everywhere, you breathe deeply to smell their fragrance
Rain threatens in the air, as dark clouds form
You hear thunder off in the distance
The ground is dry and crying for the rain
As the big drops come falling down people are running for shelter
The night is cooler after the heat of the day, people are out walking
The sky has cleared and the moon is shining bright above the city
You hear soft music playing coming from a garden party nearby
You think to yourself what a perfect summer's day.*

PARKING

Residents must register their vehicles to obtain parking. Permits may also be required for Visitors' Parking where it is available. Please see your Resident Manager to register or if you have questions about parking.



HERE WE GROW AGAIN!

We'd like to welcome the following buildings to the MetCap family:

- | | |
|---|--------------------------------------|
| • 100 Gloucester Street, Toronto | • 2880 & 2900 Carling Avenue, Ottawa |
| • 105 Isabella Street, Toronto | |
| • 5 & 15 Jansusie Road, Toronto | • 3360 Paul Anka Drive, Ottawa |
| • 14 & 16 Westdale Drive, Welland | • 2969 Fairlea Crescent, Ottawa |
| • 3528-3532, 3550 & 3590 Downpatrick Road, Ottawa | • 2181 Navaho Drive. Ottawa |

FALL CONTEST

Tell us what your favourite Fall drink recipe is for a chance to win a really fun prize.

Send us your entries along with your name, address and phone number via email to contest@metcap.com



WE'RE OPEN TO SUGGESTIONS!

This newsletter is for MetCap residents, and we want it to be helpful to you. Please let us know what you'd like us to provide in the newsletter.

Send your ideas to customerservice@metcap.com or to Metcap Living Management Inc, 260 Richmond Street East, Suite 300, Toronto, ON M5A 1P4



La saison des redécouvertes

Demandez à qui que ce soit quelle est sa saison préférée et la réponse, la plupart du temps, sera l'automne. Une température fraîche, ni trop chaude ni trop froide, est certes un trait caractéristique de la saison automnale. Alors que nous accueillons l'automne, nous souhaitons remercier tous nos résidents pour leur participation aux diverses activités de reconnaissance à l'égard de nos clients qui ont eu lieu dans différents immeubles de MetCap au cours de l'été. Ces événements furent assurément une excellente façon pour les résidents et les membres de notre personnel de se rencontrer tout en s'amusant. Nous espérons que cette nouvelle saison apportera beaucoup de bonheur à tous.



Sécurité incendie

La sécurité incendie est de la plus haute importance. Il incombe à tout le monde de contribuer à la prévention des incendies. Nous demandons à tous les résidents de garder à l'esprit ces conseils relatifs à la sécurité incendie, et ce, en tout temps:

- 1 Discutez d'un plan d'évacuation avec les membres de votre famille en cas d'incendie.
- 2 Ne laissez pas vos animaux de compagnie sans surveillance.
- 3 Informez la direction si quelqu'un dans l'immeuble est incapable d'évacuer sans assistance.

- 4 Gardez tous les articles inflammables loin de votre cuisinière. Vérifiez les étiquettes pour déterminer les façons appropriées d'entreposer ces articles en toute sécurité.
- 5 Débranchez les appareils électriques sur le comptoir lorsqu'ils ne sont pas utilisés.
- 6 Assurez-vous que les cuisinières, les fours et les appareils électriques sont éteints lorsque vous avez fini de

cuisiner et avant de quitter la maison.

- 7 Ne jetez pas de cigarettes depuis votre balcon.
- 8 Ne placez pas de rallonges sous les tapis ou à travers les portes.
- 9 Il est recommandé d'utiliser des appareils électriques approuvés CSA ou ULC.

Vous pouvez assurer la sécurité de votre famille et de vos voisins en suivant ces petits conseils.

En préparation pour l'hiver

Il n'est jamais trop tôt pour commencer à se préparer pour l'hiver. La neige, la glace et les températures froides peuvent s'avérer problématiques, alors pourquoi ne pas profiter de la saison automnale pour planifier à l'avance tout en:

- Faisant l'inventaire de vos vêtements d'hiver pour déterminer ce dont vous avez besoin et ce qui peut être donné ou éliminé.
- Désencombrant votre balcon.
- Rangeant tous les articles d'été ou d'automne dont vous n'aurez pas besoin en hiver.
- Faisant désinstaller, nettoyer et emballer vos climatiseurs. La même chose peut être faite pour vos ventilateurs si vous ne les utilisez pas tout au long de l'année.
- Effectuant vos emplettes des Fêtes pour éviter les foules plus tard.
- Assurez-vous que les meubles ne bloquent pas vos radiateurs électriques. Veuillez signaler immédiatement toute préoccupation concernant vos radiateurs électriques à votre Gestionnaire d'immeuble.



CONSEILS PRATIQUES

ÉTIQUETTE DES ANIMAUX DE COMPAGNIE

Veuillez vous assurer que vos animaux de compagnie sont tenus en laisse (le cas échéant) et accompagnés par leurs propriétaires en tout temps lorsqu'ils sont à l'extérieur de votre unité de logement. Nous demandons également aux propriétaires d'animaux de compagnie de respecter leur entourage en:

- ☒ Nettoyant les espaces communs après le passage de vos animaux de compagnie.
- ☒ S'assurant que les autres résidents disposent d'un espace suffisant lorsqu'ils prennent les ascenseurs.
- ☒ Essayant de réduire le bruit au minimum.
- ☒ Assurant la propreté des espaces intérieurs et des balcons réservés aux animaux de compagnie pour éviter toute présence d'odeurs désagréables.

STATIONNEMENT

Les résidents doivent enregistrer leur véhicule afin d'obtenir un espace de stationnement. Des permis peuvent également être requis pour le stationnement des visiteurs là où des espaces sont disponibles. Veuillez consulter votre Gestionnaire d'immeuble pour vous inscrire ou si vous avez des questions en regard du stationnement.



GAGNANTS DE NOTRE CONCOURS

Félicitations à tous les gagnants de notre édition estivale!

Terrence G. | Vancouver, C.-B.

"Les dernières années ont été difficiles pour nous tous, mais particulièrement difficiles pour moi car j'ai subi une opération au dos. Afin de garder le moral, j'ai commencé à cultiver des légumes sur ma terrasse et je suis très fier de ma deuxième saison alors que j'ai dépassé mes attentes avec mon immense jardin d'herbes aromatiques.

J'aime également regarder mes tomates devenir dodues et bien rondes ! J'attendrai toujours avec impatience chaque saison estivale parce que je sais que je peux espérer accroître ma récolte de légumes sur ma magnifique terrasse nichée dans ce superbe appartement auquel la plupart des gens ne font que rêver."

Julie N. | St. Catharines, ON

"Ma tradition préférée que j'attends avec impatience pendant l'été consiste à emmener mes petits-enfants (âgés de trois et huit ans) au port de Dalhousie pour un tour de carrousel et déguster un cornet de crème glacée au Old Port Dairy Bar. On y trouve une délicieuse variété de saveurs de crème glacée dure."

Lois L | Toronto, ON

Une journée d'été

*Une douce brise vient du lac alors que vous êtes assis au bord de l'eau
Vous dégustez de la crème glacée et demeurez au frais à l'ombre
Les enfants jouent dans une fontaine à proximité, épargnés par la chaleur du jour
Il y a des fleurs partout, vous respirez profondément pour humer leur parfum
La pluie s'annonce menaçante alors que des nuages sombres se forment
Vous entendez le tonnerre gronder au loin
Le sol est sec et implore la pluie de venir
Alors que la pluie s'abat soudainement, les gens cherchent un abri*

*La nuit s'annonce fraîche après la chaleur du jour, les gens se promènent
Le ciel s'est dégagé et la lune brille de tous ses feux au-dessus de la ville
Vous entendez de la musique douce provenant d'une réception à proximité
Vous vous dites quelle journée d'été parfaite ce fut.*



NOTRE CROISSANCE SE POURSUIT TOUJOURS!

Nous sommes ravis d'accueillir les immeubles suivants au sein de la grande famille MetCap

- 100 Gloucester Street, Toronto
- 105 Isabella Street, Toronto
- 5 & 15 Jansusie Road, Toronto
- 14 & 16 Westdale Drive, Welland
- 3528-3532, 3550 & 3590 Downpatrick Road, Ottawa
- 2880 & 2900 Carling Avenue, Ottawa
- 3360 Paul Anka Drive, Ottawa
- 2969 Fairlea Crescent, Ottawa
- 2181 Navaho Drive, Ottawa