

ça bouge !

29  
Mars  
2019

ça bouge !

N°1401

## Dégustation de spécialités Bretonnes à l'accueil de jour



Bonjour à tous !

Cette semaine dans Ça Bouge, à l'occasion de l'atelier « Lecture et Illustration » Mme Fayot, résidente de l'Abbaye partage avec nous une illustration qu'elle a réalisé autour d'une chanson de Roland Lebrun « La chanson du Nouvel An ».

La Résidence des Bords de Marne a célébré les grands-mères autour d'un repas-spectacle.

La Résidence de la Cité Verte, nous présente ses animaux notamment un chien nommé Bobby adopté par M. Delord.

Les Résidents de la Cristolienne sont allés voir le film « Qu'est-ce qu'on a encore fait au bon Dieu » à l'occasion d'une sortie au cinéma de Créteil.

Les Bénéficiaires de l'accueil de jour de l'Abbaye ont dégusté un repas aux couleurs de la Bretagne.

Bonne semaine à tous.

Olivia Bouhours  
Assistante de communication

**Ça Bouge n°1401**

30 mars > 05 avril 2019

## L'ACTU DES RÉSIDENCES

PASSAGE À L'HEURE D'ÉTÉ

ATELIER LECTURE ET ILLUSTRATION

CÉLÉBRONS LA FÊTE DES GRANDS-MÈRES À LA RÉSIDENCE DES BORDS DE MARNE

LES ANIMAUX DE LA RÉSIDENCE DE LA CITÉ VERTE

LES RÉSIDENTS DE LACRISTOLIENNE SORTENT AU CINÉMA À CRÉTEIL

DÉGUSTATION DE SPÉCIALITÉS BRETONNES

## ÉVÈNEMENT

CARNAVAL DE DUNKERQUE LA VALENCIENNOISE JUSTINE JOSEPH, CHAMPIONNE DU MONDE EN TITRE DUCRI DE LA MOUETTE

## SPORT

LES TOURANGELLES CHAMPIONNES DE FRANCE

## EXPRESSION

POURQUOI DIT-ON « PRENDRE SES CLIQUES ET SES CLAQUES » ?

## JEUX

CALENDRIER DES RÉSIDENCES

# ABCD

## Passage à l'heure d'été

# Changement d'heure

Le passage à l'heure d'été se déroulera dans la nuit  
du samedi 30 au dimanche 31 mars 2019.



**+1 heure**

À 2 heures du matin,  
il sera alors 3 heures.

## Atelier Lecture et Illustration



Début janvier a débuté l'atelier « Lecture et Illustration » à la résidence de l'Abbaye. L'atelier qui se déroule en deux séances propose un travail de réflexion et de création autour de textes ou de chansons. Mme Fayot a choisi de partager avec vous l'illustration qu'elle a réalisé autour d'une chanson de Roland Lebrun « La chanson du Nouvel An ».

Louisa Raymondi, stagiaire psychologue

## La Chanson du Nouvel An

Encore une autre année qui se termine  
Chacun de nous lui fait tous ses adieux  
Pour disparaître on la voit qui s'incline  
Elle semble dire « enfants soyez heureux »  
Un an nouveau déjà a pris ma place  
Embrassons-le avec beaucoup d'amour  
Ce temps joyeux toujours trop vite passe  
Car lui aussi disparaîtra un jour  
Ainsi s'en vont les années de la vie  
En nous laissant toujours un souvenir  
De nous quitter elle nous semble meurtrie  
Car jamais elle ne pourra revenir

Douze autre mois passeront sur le monde  
Janvier c'est le mois le plus rigoureux  
Février est long comme une seconde  
Mars, avril, mai, juin pour les amoureux  
Juillet, août, septembre, octobre et novembre  
Sont la deuxième partie de l'année  
Passons enfin au beau mois de décembre  
C'est avec lui qu'un dieu nous est donné  
C'est de tout cœur qu'à chacun je présente  
Mes meilleurs vœux de bonheur et santé  
Que cette année soit des plus éclatante  
Qu'elle vous apporte la prospérité.

Roland Lebrun, 1946

# BORDS DE MARNE

## Célébrons la fête des Grands-mères à la Résidence des Bords de Marne



**Le dimanche 3 mars, la Résidence des Bords de Marne proposait un repas spectacle à l'occasion de la Fête des Grands-mères. Marjolaine et ses collègues nous ont régalés de leurs belles voix.**

Le régal était aussi au menu du repas confectionné spécialement pour l'occasion. Le matin même, certains résidents volontaires ont été mis à contribution pour préparer la salle, entre pliage de serviettes et mise en table, il y avait de quoi faire !

Le bureau de l'Association Soleil au Cœur a profité de cette fête pour ouvrir l'appel aux cotisations 2019. De plus, toutes les résidentes se sont vu offrir des Jonquilles pour l'occasion.

Christal, animatrice

# BORDS DE MARNE



# BORDS DE MARNE



# BORDS DE MARNE



# CITÉ VERTE

## Les animaux de la résidence de la Cité Verte



Et nous alors..?

"D'accord je ne suis pas flambant neuf, mon poil est rêche et plutôt clairsemé...Mes maîtres vieillissants ne pouvaient plus me garder car malgré mon grand âge je suis encore vif. Heureusement pour moi M. Delord cherchait à adopter un petit chien pas trop jeune, câlin et affectueux. C'est tout moi! Depuis on ne se quitte plus."

# CITÉ VERTE



"Moi aussi j'ai des animaux de compagnie...Ils sont paisibles, silencieux et font des bulles dans l'eau. Vous l'avez deviné j'ai un aquarium rempli de mes petits amis"

M. Nuzillat, M. Delord, Tiziana

# CITÉ VERTE



# CITÉ VERTE



# CRISTOLIENNE

## Les Résidents de la Cristolienne sortent au cinéma à Créteil



**Le 7 mars les résidentes de la cristolienne sont sorties au cinéma de Créteil.**

Nous avons regardé « Qu'est-ce qu'on a encore fait au bon Dieu » film français réalisé par Philippe de Chauveron, rempli de fous rires et d'émotion pour mesdames.

Après la séance nous nous sommes installées autour d'un chocolat viennois pour les plus gourmandes et d'un café accompagné d'une mignardise (Miam miam) pour échanger ensemble sur le film qui a été à l'unanimité apprécié par les résidentes. Ce fut un agréable après-midi.

Amel, animatrice

# CRISTOLIENNE



# ACCUEIL DE JOUR

## Dégustation de spécialités Bretonnes



Les Bénéficiaires de l'Accueil de Jour de l'Abbaye ont dégusté un repas thématique en référence à la Bretagne.

# ACCUEIL DE JOUR



# ÉVÉNEMENT

## Carnaval de Dunkerque La Valenciennoise Justine Joseph, championne du monde en titre au cri de la mouette



**Grinçante, encombrée, « constipée », la mouette est apparue sous tous ses attraits ce dimanche au bistrot La Bastille. Ferme dans sa notation, le jury du championnat du monde du cri de la mouette y a trouvé sa gagnante : Justine Joseph, adepte de la mouette rieuse.**

« Y'a plus de place, y'a plus de place ! » Ça pousse à l'entrée de La Bastille, les supporters veulent tous soutenir leur candidat. Ce dimanche, avant le départ de la bande, le petit bistrot situé place de la République, a accueilli le championnat du monde du cri de la mouette. Une tradition des Trois-Joyeuses proposée par les Corsaires dunkerquois qui ne bouge pas d'une plume, si ce n'est un petit changement dans le protocole : plus d'« applaudimouette », le jury seul, légèrement influencé par les réactions de la foule, note les prestations.

De Limoges à Lille en passant par la Belgique, et, évidemment, par Dunkerque, des mouettes de tous horizons ont défilé devant la banane micro. « Elle tousse ! » « Elle grince ! » « Elle est constipée ! » Le public ne se gêne pas non plus pour juger des performances de la vingtaine de participants. « Je ne comprends pas, il y a une heure, il nous a sorti un cri magnifique », se résigne le supporter du Limogéaud Pierre.

## La mouette rieuse

Au terme d'une bataille serrée, c'est finalement une mouette rieuse, au cri sarcastique, qui remporte le trophée. Justine Joseph, valenciennaise égosillée, décroche le titre de championne devant Romain. C. et Nicole Vanzinghel (oui, oui, l'ex-championne du monde de décorticage de crevettes de Leffrinckoucke). « J'ai connu le concours sur les réseaux, ça fait deux ans que je fais le carnaval de Dunkerque. J'ai été poussée par mon entourage pour m'inscrire cette année. » Heureuse, la nouvelle championne savoure sa victoire en famille après une longue préparation : « Pendant plusieurs week-ends, ça a été beaucoup d'observation et de parties de rigolade. »

**Source :** [lavdn.lavoixdunord.fr](http://lavdn.lavoixdunord.fr)



## Les Tourangelles championnes de France



**Vainqueur du carré final à domicile, Tours remporte son premier titre national féminin.**

Bastion historique du hockey français (elle fut la première ville sacrée championne de France, en dehors des Alpes, de Paris et de Lyon, en 1980), Tours a décroché dimanche son premier titre de champion de France féminin. Les coéquipières de Coralie Cadot (3 buts en 3 matches) ont fini en tête du carré final (rassemblant dans une poule unique sur un week-end les deux premiers de la poule Nord et de la poule Sud) en dominant successivement Evry-Viry (3-2 a.p.), Chamonix (2-1) et la Ligue Occitanie (3-1).

Elles terminent la saison invaincues, après avoir aligné huit victoires en huit journées de saison régulière. Naguère dominé outrageusement par Cergy-Pontoise (17 titres entre 1991 et 2009), Grenoble (3 titres

de rang de 2012 à 2012) puis Neuilly-sur-Marne (sacré quatre fois de suite de 2013 à 2016), le Championnat féminin couronne là un quatrième champion différent en quatre ans, après Neuilly-sur-Marne (2016), Cergy (2017) et Besançon (2018).

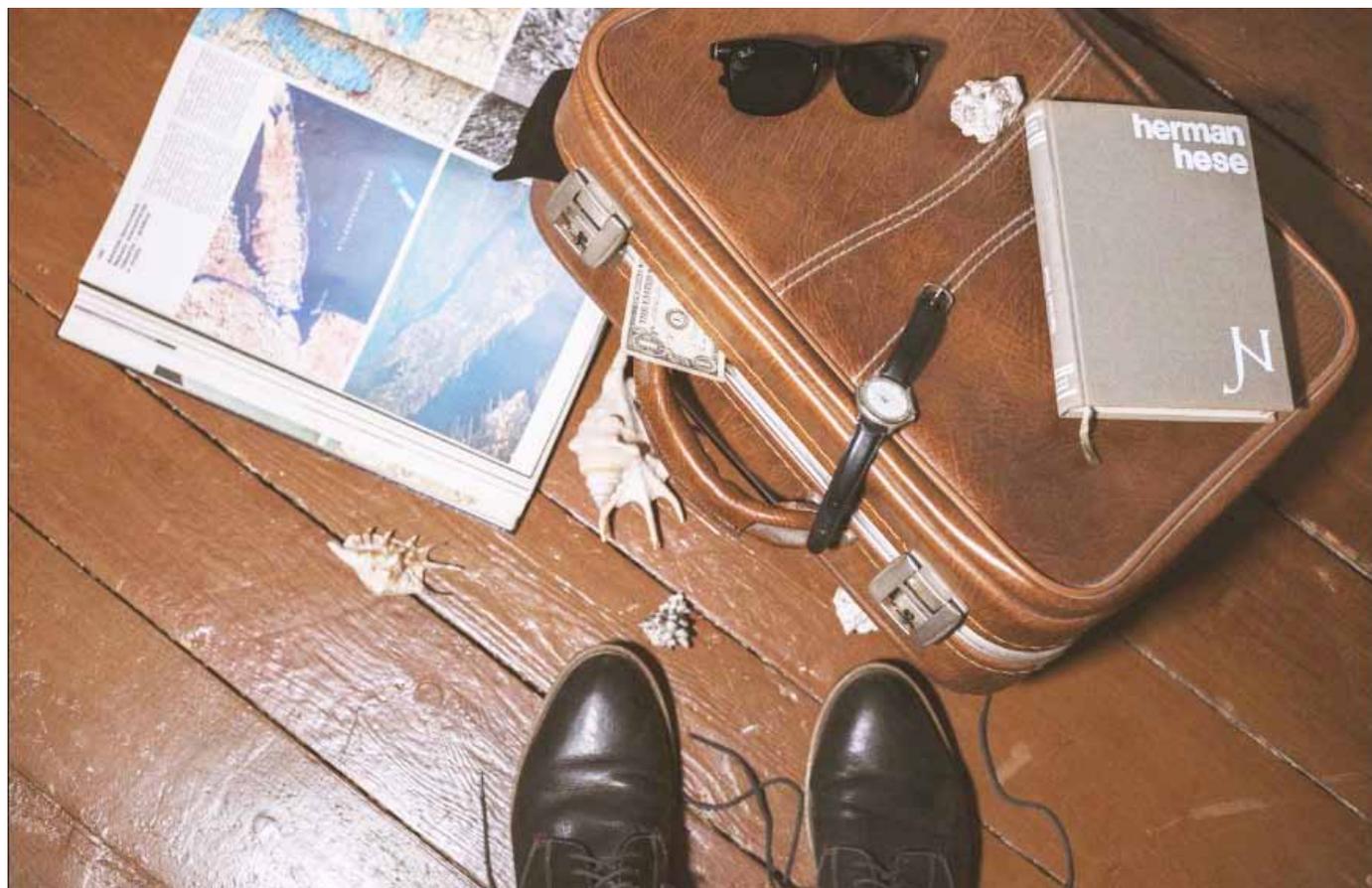
Les clubs cèdent désormais la place à l'équipe de France, qui entame cette semaine à Strasbourg sa préparation au Championnat du monde élite féminine, qu'elle disputera pour la première fois de son histoire du 4 au 15 avril à Espoo (Finlande).

**Source :** [www.lequipe.fr](http://www.lequipe.fr)



# EXPRESSION

## Pourquoi dit-on « Prendre ses cliques et ses claques » ?



Connue depuis au moins le XIXe siècle, cette expression comporte de nombreuses variantes locales. Le terme « cliques » fait référence au bruit des sabots qui frappent le sol rapidement et celui de « claques », au nom local de diverses chaussures. Prendre précipitamment ses affaires

« Prendre ses cliques et ses claques » signifiait donc « rassembler ses chaussures » pour se préparer à partir le plus vite possible. Puis le sens a évolué en « emporter toutes ses affaires de manière un peu désordonnée ».

**Source:** [www.caminteresse.fr](http://www.caminteresse.fr)

# JEUX

L'OR PUR EN A 24		MUSIQUE QUI DONNE ENVIE DE DANSER		BIEN CONTENT		À TOI		IDÉE IRRÉALISABLE
À MOI				BALAFRÉE		IL VA AVEC L'OIE		
		ARBRE ROUGE						
		FIXÉS PROFONDEMENT						
MODERNISANT								
ATTENDRE AVEC IMPATIENCE								
							ÉTAT DU SAINT-SIÈGE	
ALLURE DE CHEVAL					S'IL VOUS PLAÎT			
MONTRA DU CRAN					AU LEVER DU SOLEIL			
			VIEUX SYMBOLE DU DO			DISPOSE DE		
						ÉLIMINERA		
ONDULATION D'UN TISSU FLOTTANT	LÉGUME EN BOTTE							
	PRIT À BAIL							
			BOÎTE À JUMELLES					CELLE QUI S'AFFICHE AU KIOSQUE
			CUBE À LANCER					
ELLE RÉSULTE D'UN CHOC					BOUCLIER D'ANTAN			
SIFFLÉE					CHLORE ABRÉGÉ			
				EN AVOIR EST SIGNE DE COURAGE				
CHAMPION TOUTES CATÉGORIES			VOLE SANS FAIRE DE BRUIT					

# CALENDRIER D'ACTIVITÉ

## ABBAYE

### Samedi 30 Mars

4ème Bellay

15h00 Salle Espace sensoriel

10h30 Atelier pâtisserie, Grd rest

15h00 Lecture de la revue « ça bouge »,

16h30 Spectacle Conservatoire de Saint-Maur « Donizetti »

3ème Bellay

11h00 Jeux de table

11h00 Panier du jour en cuisine

16h30 Spectacle Conservatoire de Saint-Maur « Donizetti »

### Mercredi 3 Avril

11h00 Club lecture

14h00 Club Bridge

15h00 Jeux de table

16h30 P'tit loto

17h30 QI Gong

3ème Bellay

11h00 Panier du jour en cuisine ou En route pour le pressing, équipe AS

15h00 jeu interactif

### Dimanche 31 Mars

16h00 Spectacle Terramorsi

3ème Bellay

11h00 Diffusion de la messe

15h00 Atelier « beauté et bien-être »

16h00 Spectacle Terramorsi

4ème Bellay

15h00 Salle Espace sensoriel

### Jeudi 4 Avril

11h10 Jeu de marche et équilibre

14h30 Tir à l'arc

16h00 Après midi gourmand en compagnie des Los Guachos Mamberos

16h00 Temps de prière

3ème Bellay

11h00 Atelier dessin

11h00 Panier du jour en cuisine ou En route pour le pressing

### Lundi 1er Avril

11h00 Sortie restaurant

15h15 Vidéo « Samba »

17h15 Chorale

17h30 Jeu mystère

3ème Bellay

11h00 Lecture de la revue « ça bouge »

11h00 Panier du jour en cuisine / En route pour le pressing

15h15 Vidéo « Samba », Théâtre

### Vendredi 5 Avril

10h30 Atelier peinture

14h00 Atelier peinture

14h30 Atelier écriture

14h30 à 16h30 Bibliobus

15h30 Exercices corporels

15h30 Atelier peinture

17h00 Jeu de questions

19h45 Sortie Conservatoire de Saint-Maur

10h30 Projet intergénérationnel « Nos attentes »

15h00 Atelier Petites Mains

15h30 L'heure musicale « Nouvel An Chinois » 1ère partie

17h00 Jeu de questions

3ème Bellay

11h00 Atelier boulangerie

11h00 Panier du jour en cuisine / En route pour le pressing

15h30 L'heure musicale, Théâtre

16h30 Atelier Créatif

3ème Bellay

11h00 Atelier tricot

11h00 Panier du jour en cuisine / En route pour le pressing

14h45 Carré musical

16h15 Gym Douce

# CALENDRIER D'ACTIVITÉ

## BORDS DE MARNE

### Samedi 30 Mars

- 11h00 Jeux de motricité
- 15h00 Cocktail /Club pâtisserie
- 17h00 Loto
- Animation 3ème étage
- 11h00 Club vidéo
- 11h00 Les moments détente sur RDV

### Dimanche 31 Mars

- 11h00 Revue de presse
- 14h30 Jeux de table
- 17h00 Juste prix
- Animation 3ème étage
- 11h00 Les moments détente sur RDV
- 15h00 Art floral si le samedi au RdV

### Lundi 1er Avril

- 11h00 Bonjour chez vous sur RDV
- 11h00 Exercices corporels
- 12h00 Repas rencontre
- 14h30 Espace détente sur RDV
- 15h00 Jeux de table
- 15h00 Assemblée de prière
- 16h00 Heures Savoureuses
- 16h30 Ambiance musicale
- Animation 3ème étage
- 10h15 Exercices corporels
- 10h45 Préparation de la pâte à crêpes
- 15h45 Heures savoureuses/ accordéon

### Mardi 2 Avril

- 10h30 Atelier peinture
- 11h00 Club lecture
- 12h00 Sortie : Restaurant Pedra Alta
- 14h30 Atelier peinture
- 15h00 Jeux de mémoire
- 17h00 Loto
- 11h00 Atelier beauté
- 15h00 Salade de fruits
- 16h00 Collation entre amis

### Mercredi 3 Avril

- 11h00 Tai-chi
- 11h00 Réunion citoyennage
- 12h00 Repas rencontre
- 15h00 Création couture – crochet et atelier créatif
- 15h00 Atelier équilibre
- 15h30 Episode de vie sur RDV
- 17h00 Bingo
- 17h30 Chorale
- Animation 3ème étage
- 10h30 Atelier couture
- 15h30 Do Re Mi

### Jeudi 4 Avril

- 11h00 Documentaire
- 14h30 Sortie cinéma à Ormesson
- 15h00 Jeux de mémoire
- 17h00 Jeux mystère
- Animation 3ème étage
- 11h00 Contes et rires
- 15h15 Nos souvenirs
- 16h00 Collation entre amis

### Vendredi 5 Avril

- 10h15 Atelier musical
- 11h00 Gym douce
- 14h45 Tir à l'arc
- 15h15 Jeux inter génération lecture des contes à la halte garderie
- 17h00 Jeux de questions
- Animation 3ème étage
- 11h00 Atelier musical
- 15h00 Préparation de la soupe
- 16h00 Collation entre amis

# CALENDRIER D'ACTIVITÉ

## CITÉ VERTE

### Samedi 30 mars

- 15h30 r.d.c LOTO
- 17h00 r.d.c Jeux de table
- 18h00 r.d.c Billard Hollandais Restau.
- 11h00 3ème Revue de presse
- 13h30 3ème Vie quotidienne
- 15h30 3ème Ecoute musicale
- 17h15 3ème Au fil du temps As

### Dimanche 31 Mars

- 13h30 Sortie « concert Choeurs'tival »
- 11h00 Messe TV au 1er
- 15h30 r.d.c Jeux de société
- 18h00 r.d.c Billard Hollandais
- 11h00 3ème Messe TV
- 13h30 3ème Vie quotidienne
- 15h30 3ème Loto plaisir
- 17h15 3ème Au fil du temps As

### Lundi 1er Avril

- 11h00 r.d.c Gym Douce
- 15h30 r.d.c Atelier créatif
- 16h00 r.d.c Salon de thé
- 17h00 r.d.c Chiffres et lettres
- 18h00 r.d.c Billard Hollandais
- 11h00 3ème En compagnie d'Elise
- 13h30 3ème Vie quotidienne
- 15h30 3ème Dvd
- 17h15 3ème Au fil du temps As

### Mardi 2 Avril

- 10h30 r.d.c Point guichet
- 10h30 r.d.c Petite boutique
- 14h30 r.d.c Tir à l'arc
- 15h30 r.d.c Equilibre et prévention des chutes
- 17h00 r.d.c Mots croisés
- 18h00 r.d.c Jeux de sociétés
- 11h00 3ème En compagnie d'Elise
- 13h30 3ème Couture
- 15h30 Rdc Clef des chants I.Simon
- 17h15 3ème Au fil du temps AS

### Mercredi 3 Avril

- 11h00 « Entre nous... »
- 11h00 Sortie en ville
- 15h30 r.d.c Thé dansant avec J. P. Talmond
- 17h00 r.d.c Jeu de questions
- 18h00 r.d.c Billard hollandais Delphine
- 10h30 3ème En compagnie d'Elise
- 15h30 3ème Thé dansant avec J. P. Talmond RDC
- 17h15 3ème Au fil du temps AS

### Jeudi 4 Avril

- 10h30 r.d.c Atelier décoration de poissons d'Avril avec le RAM
- 11h00 r.d.c Gym douce
- 11h00 « Entre nous... »
- 15h30 r.d.c Art floral « Hortensia »
- 17h00 r.d.c Jeux de table
- 17h00 r.d.c Relaxation
- 18h00 r.d.c Jeux de lettres
- 11h00 3ème En compagnie d'Elise
- 13h30 3ème Vie quotidienne
- 15h30 3ème Contes
- 15h30 3ème Atelier créatif
- 17h15 3ème Au fil du temps As

### Vendredi 5 Avril

- 10h30 r.d.c Atelier peinture
- 11h00 r.d.c Messe avec l'aumônerie
- 15h00 r.d.c Projection film humanitude plus débat
- 16h00 r.d.c Atelier peinture
- 17h00 r.d.c Panneau photos
- 18h00 r.d.c Jeux de table
- 11h00 3ème En compagnie d'Elise
- 13h30 3ème Vie quotidienne
- 15h30 3ème Jeu musical
- 17h15 3ème Au fil du temps AS

# CALENDRIER D'ACTIVITÉ

## CRISTOLIENNE

### Samedi 30 mars

15h00 Atelier pâtisserie  
17h30 Lecture revue "ça bouge"  
1er étage  
11h30 et 18h30 "Dressons la table"

### Dimanche 31 Mars

15h30 conférence "Les Philippines"

### Lundi 1er Avril

15h00 Jeu de questions  
17h00 "Le tricot c'est facile"  
1er étage  
10h00 Atelier mémoire  
15h00 Atelier bien être  
16h00 Café des amis  
16h30 Nouvelles du jour  
11h30 et 18h30 "Dressons la table"

### Mardi 2 Avril

15h30 Gym Douce  
16h30 Loto  
17h30 Atelier créatif  
1er étage  
10h00 Quizz musical  
15h00 Jeu de table  
16h00 Café des amis  
11h30 et 18h30 "Dressons la table"

### Mercredi 3 Avril

14h30 Atelier créatif  
16h00 Chorale  
17h00 Revue de presse  
18h00 Quizz musical  
1er étage  
10h00 Nouvelle du jour  
12h00 A table  
15h00 Atelier Bien être  
16h00 Café des amis  
11h30 et 18h30 "Dressons la table"

### Jeudi 4 Avril

10h00 Atelier informatique  
15h00 Jeu de table  
16h30 Faisons connaissances au restaurant  
1er étage  
10h00 Gym équilibre  
15h00 Atelier pâtisserie  
16h00 Café des amis  
16h30 "Tricot c'est du gâteau"  
11h30 et 18h30 "Dressons la table"

### Vendredi 5 Avril

Election des représentants des résidents au conseil de la vie sociale.  
16h00 Après-midi gourmand  
10h00 Quizz musical  
16h00 Après-midi gourmand  
11h30 et 18h30 "Dressons la table"

# SOLUTION JEUX

## DROIT À L'IMAGE

L'un des objectifs de la revue hebdomadaire "ça bouge" est de relayer les événements - grands et petits - de la vie au sein des Résidences grâce aux articles et aux photos qui sont adressés à la rédaction.

Afin de respecter les souhaits de chacun en termes de droit à l'image, nous attirons votre attention sur le fait que :

- Les personnes ayant posé pour les photos sont présumées avoir donné leur accord pour leur publication.
- "ça bouge" est mis en ligne sur le site internet des Résidences Services ABCD une semaine après sa parution. Les personnes opposées à la publication de leur(s) photo(s) sont invitées à en informer la rédaction dans un délai d'une semaine suivant la parution papier.



# COMITÉ DE RÉDACTION

Rédacteur en chef

Pascal Champvert

Responsable de communication

Sophie Renault

Documentation, mise en page

Olivia Bouhours

Edition

Hamida Mortaza

**Et pour ce numéro :** Les équipes d'animation Abbaye, Bords-de-Marne, Cité Verte et Cristolienne