

ça bouge!

26
Juillet
2019

ça bouge!
N°1417

Sortie à l'Institut du Monde Arabe



Bonjour à tous !

Cette semaine dans Ça Bouge les élèves de l'IFAS vous invitent à leur exposition sur le thème de la prévention des chutes.

Les Résidents de l'Abbaye se sont rendus à l'Institut du Monde Arabe et ont participé à un atelier dessin.

M. WENDER, Résident de la Cité Verte, nous raconte son enfance dans les années quarante.

Quant aux Résidents de la Cristolienne ils ont préparé leur futur jardin et se sont retrouvés autour de la revue ça bouge.

Pour terminer, nous reviendrons sur l'origine et la signification des maillots du Tour de France.

Bonne semaine à tous.



Sophie RENAULT
Chargée de communication

Ça Bouge n°1417

27 juillet > 02 août 2019

L'ACTU DES RÉSIDENCES

CONGRÈS DES AGES ET DU VIEILLISSEMENT

LES ÉLÈVES AIDES-SOIGNANTS DE L'ABBAYE EXPOSENT

SORTIE À L'INSTITUT DU MONDE ARABE

UNE ENFANCE DANS LES ANNÉES QUARANTE : LE SÉJOUR AU VILLAGE

LA BEAUTÉ EST UN JARDIN SAUVAGE...

LE JOURNAL, C'EST LA CONSCIENCE D'UNE NATION...

CULTURE

L'ORIGINE ET LA SIGNIFICATION DES MAILLOTS DU TOUR DE FRANCE

JEUX

CALENDRIER DES RÉSIDENCES



2ème ÉDITION
du **RENDEZ-VOUS** des
PERSONNES ÂGÉES,
FAMILLES,
ÉLUS et
PROFESSIONNELS

CONGRÈS DES ÂGES ET DU VIEILLISSEMENT

*“Vieillir est notre futur,
construisons-le ensemble !”*

23 & 24 SEPT. 2019
ESPACE ST MARTIN
PARIS 3^e

Inscriptions sur
congres-des-ages-vieillessement.fr

#cdav2019



Ouvert à tous, venez nombreux !

Les élèves aides-soignants de l'abbaye exposent



Le jeudi 1er août, les élèves aides-soignants de l'Abbaye exposeront les affiches qu'ils auront conçues sur le thème de la prévention des chutes.

A cette occasion, ils vous accompagneront pour vous faire découvrir leur travail et échanger avec vous sur le sujet autour d'une boisson.

Un vote des 3 affiches préférées sera organisé pour donner du piment à la journée.

Nous vous attendons dans la Salle de Cours de l'IFAS à partir de 14h30.

Nous comptons sur vous, résidents, familles, accompagnants, bénévoles, personnels,

VENEZ DÉCOUVRIR LEUR TRAVAIL, ET VOTEZ POUR VOS 3 AFFICHES PRÉFÉRÉES

Nous vous attendons nombreux, votre visite nous ravira.

Bien cordialement à vous,

Brigitte URBANY Marie LECHAT et la promotion 2019

ABBAYE

Sortie à l'Institut du Monde Arabe



Courant juin, les Résidents de l'Abbaye se sont rendus à l'Institut du Monde Arabe dans le 5ème arrondissement de Paris.

Sur place, la guide avait organisé une séance créative à l'intention des résidents.

Ces derniers étaient ravis de participer à cet atelier.

ABBAYE



ABBAYE



ABBAYE



CITÉ VERTE

Une enfance dans les années quarante :

Le séjour au village

M. Wender, Résident de la Cité Verte, nous raconte son enfance qu'il a passé à Raze en Haute Saône.



" C'était à Raze en Haute Saône de 1943 à 1945. Un petit village d'environ 200 habitants à l'époque, un peu plus de 300 aujourd'hui, à 12 km au sud-ouest de Vesoul la préfecture du département. Un coup d'œil sur quelques cartes et la consultation de Street View ont ravivé un peu ma mémoire quant à la topographie et l'aspect de la commune qui semblent ne pas avoir pas tellement changé depuis ce temps. Je reconnais le nom des rues, l'emplacement de la Mairie, de l'école, de l'église, la maison où nous habitons et de celle de l'oncle, le boulanger qui est aussi toujours au même endroit qu'avant.

Pourquoi Raze ? Nous habitons pendant la seconde guerre mondiale (1939-1945), ma mère, ma grand mère maternelle et moi, en banlieue parisienne à La Garenne Colombes. A partir de 1942 nous avons subi de nombreux bombardements aériens, les avions anglais visaient des usines et des lignes de chemin de fer proches de notre immeuble. La situation devenant dangereuse nous nous sommes réfugiés à la campagne dans ce village, un peu perdu au milieu de nulle part grâce à Marie Louise, une belle-sœur de ma grand mère (c'était la femme d'un de ces jeunes frères mort pendant la guerre de 14 et elles étaient très proches). Elle s'y était retirée au

CITÉ VERTE

moment de la retraite avec son deuxième mari Émile Ménéglie. Ce dernier était originaire de la commune et en était le Maire à cette époque. Ils avaient accueillis Léo, la fille de Marie Louise, avec son fils Jean âgé de quatre ans de plus que moi qui avaient fuit également la région parisienne. L'oncle Émile nous avait trouvé un logement dans le village : une pièce unique assez grande, sans eau courante, une cuisinière à bois assurait le chauffage et servait aussi à faire la cuisine. Ce logement était situé en haut de la rue des Canes dans une maison qui, au vue d'une photo récente, n'a pas beaucoup changé. Les WC étaient dans un cabanon en bois au fond du jardin comme partout à la campagne à cette époque. On s'asseyait sur une planche en bois percée d'un trou au-dessus d'un seau dont on jetait le contenu sur un fumier dans le jardin et on s'essuyait avec du papier journal.

J'allais à l'école communale du village avec mon cousin Jean. C'était une classe unique où étaient regroupés une vingtaine d'enfants, filles et garçons de six à quatorze ans. La classe était assurée par une institutrice, une jeune femme avec un petit garçon et dont le mari était absent. Comme très souvent dans les villages français, le même bâtiment abritait l'école et la mairie. J'ai toujours beaucoup aimé apprendre et cette classe unique me permettait de suivre les enseignements de tous les niveaux ce qui fait que de retour à Paris j'ai sauté une classe. Je me souviens particulièrement du livre d'histoire de France illustré d'Ernest Lavisse que j'ai lu et relu avec passion (il a été réédité et on le trouve en librairie). La façon dont je pouvais participer pleinement, à la classe reste un mystère pour moi. Je suis très myope et comme je ne portais pas de lunettes je me demande comment je pouvais lire ce qui était écrit au tableau, je suppose que comme j'ai une très bonne mémoire il me suffisait d'écouter et d'enregistrer ce que disait la maîtresse. Comme tous les petits parisiens à la campagne nous étions, mon cousin et moi, l'objet de moqueries et de brimades de la part des enfants du village. On nous traitait, c'est un grand classique, de « parigots têtes de veaux,

CITÉ VERTE

parisiens têtes de chiens » ce qui n'était pas bien grave. En revanche, et c'était plus méchant, je me souviens qu'on jetait régulièrement mon béret sur les tas de fumiers qui trônaient devant les fermes du village.

En dépit de cela nous étions bien intégrés dans le groupe des enfants de l'école qui jouaient tous ensemble à travers tout le village. L'hiver on glissait sur la glace des chemins gelés et l'été nous pataugions dans le ruisseau qui court en bas du village. Lorsqu'il faisait trop froid, et les hivers de guerre ont été très froids, nous nous réfugiions dans le fournil du boulanger qui nous y accueillait gentiment. Je m'en souviens car c'est associé pour moi à un souvenir « cuisant ». J'étais à cette époque chaussé de sabots de bois, on y glissait des chaussons en peau appelés kroumirs qu'on portait sur de grosses chaussettes de laine brute. Pour réchauffer nos pieds nous enlevions nos sabots et nous posions nos pieds avec leurs chaussons sur la porte du four à pain. Et ce qui devait arriver arriva : mes kroumirs ont brûlé et je suis rentré à la maison « en grand danger d'être battu » comme la Perrette de la fable de La Fontaine qui a renversé son pot au lait.

Vous voyez ainsi que nous jouissions d'une assez grande liberté en dehors de l'école. Je me souviens qu'en ce qui me concerne j'avais seulement deux contraintes. Je devais d'abord à aller chercher chaque jour l'eau du ménage. Il s'agissait de remplir deux grands brocs à la pompe située dans la rue en face de la maison et de les ramener chez nous. C'était seulement difficile lorsqu'il gelait et que la chaussée était glissante. Je devais ensuite aller chercher le lait à la ferme tous les soirs. Je craignais beaucoup cette corvée l'hiver car les rues du village étaient plongées dans l'obscurité et que j'avais peur du noir.

Il y a néanmoins une activité que je ne partageais pas avec les enfants du village c'est le catéchisme catholique. Le curé du village

CITÉ VERTE

était pourtant venu sommer Maman de m'y envoyer en la menaçant de tous les maux, entre autres de l'excommunier, ce qui n'avait évidemment aucun sens puisque qu'elle se déclarait protestante. Elle était baptisée catholique, n'avait pas fait sa communion et n'était pas pratiquante. Elle était devenue protestante par son mariage avec un protestant au temple luthérien de Courbevoie. Elle revendiquait cette appartenance par fidélité à mon père absent car prisonnier de guerre en Allemagne.

Je me souviens que nous sortions parfois de la classe pour des activités à l'extérieur. Nous allions par exemple récolter des œufs et des larves de doryphores sur les plants de pomme de terre dans les champs. Cela nous plaisait beaucoup car on les mettait dans des boîtes de conserve et à la fin de l'exercice on les brûlait avec un peu d'essence. Cette occupation était appréciée également des enfants comme des cultivateurs. En ce temps là il n'y avait pas de pesticides et comme la pomme de terre est une culture importante en Haute Saône (au point qu'on lui attribue le surnom de « Haute Patate »), nous étions conscients de contribuer à la protection des récoltes, sans oublier un peu d'esprit de résistance envers l'occupant : on surnommait en effet les soldats allemands « doryphores » car ils réquisitionnaient toutes nos récoltes. Nous sortions aussi pour faire un peu de sport, on nous avait aménagé à cet effet un petit terrain avec les moyens du bord, par exemple de la sciure de bois au lieu de sable pour le sautoir.

Nous n'avions pas de difficultés financières car ma mère touchait le salaire de mon père absent. En effet travaillant à la TCRP (ancêtre de la RATP) il était fonctionnaire et comme tel il était payé pendant sa détention comme prisonnier de guerre. Malgré cet avantage le problème des restrictions était cruciale à cette époque pour nous comme pour tous les français, un peu moins peut-être à la campagne qu'à la ville. Nous subissions d'importantes restrictions en particulier en matière de nourriture. Il me semble que ce qui manquait le plus

CITÉ VERTE

ce sont les matières grasses et la viande. En revanche je me souviens que nous avions du lait sans difficulté particulière. Comme je l'ai dit plus haut, je crois que j'allais le chercher tous les soirs dans l'étable d'une ferme située en bas du village. C'était un lait entier, c'est à dire non écrémé, recueilli directement au moment de la traite des vaches. La crème de lait nous fournissait alors une matière grasse très appréciée. Je suppose que nous disposions aussi d'une quantité de pommes de terre suffisante pour notre consommation. Pour accompagner les pommes de terre à l'eau rien ne vaut la cancoillotte, c'est une spécialité de l'est de la France que nous avons découvert à Raze. C'est un fromage maigre que l'on mange fondu, une petite fromagerie le fabriquait dans le village et il n'était pas rationné. Pour l'obtenir on part d'un fromage blanc sans matière grasse que l'on fait sécher, il donne alors une pâte jaune qui va fermenter à la chaleur, sous la couette du lit par exemple, on pourra alors le faire fondre pour le déguster sur les pommes de terre.

Nous avons quitté Paris pour échapper à la guerre, nous y avons été pourtant confrontés à plusieurs reprises. La première fois c'est en août 1944 quand nous avons été mitraillés par des avions anglais ou américains avec Mémé Adrienne, ma grand mère, alors que nous étions occupés à cueillir des champignons dans un pré près de la voie de chemin de fer. Celle-ci constituait une cible de choix pour les avions de chasse alliés. Quelques jours plus tard, nous avons assisté à la débâcle des soldats allemands. Ce défilé des vaincus a été suivi par le passage triomphal des chars américains qui ont fait un arrêt rapide le temps de prendre un petit déjeuner offert par la population. Un peu après, un élément de l'armée française du général de Lattre qui avait débarqué en Provence en Août 1944, a cantonné dans le village pendant quelques jours avant de monter au front pour participer à la très dure bataille des Vosges. Un lieutenant de la Légion Étrangère dont nous avons fait la connaissance alors, a perdu la vie dans ces combats quelques jours après nous avoir quitté, ce qui nous a attristés car nous l'avions appréciés lors de son séjour.

CITÉ VERTE

Au delà de ces petits moments d'histoire, nous avons été confrontés à un fait de guerre pas très glorieux quelques temps avant ces événements. Comme un peu partout en France, il y avait dans les environs un groupe de résistance qui s'est manifesté une fois dans le village et je m'en souviens encore. La ferme voisine de la maison de l'oncle Ménéglier était cultivée par une famille originaire de Suisse allemande. Ils parlaient donc allemand et servaient peut être d'interprètes lors des contacts administratifs avec l'occupant. Il n'en fallait pas plus pour qu'ils soient suspectés d'être des «collabos». C'est sous ce prétexte que lors du mariage de leur fille, les résistants sont venus emporter toutes les victuaille préparées pour le repas de noces. La crainte que nous avons eue ce jour là est que les allemands débarquent dans le village et déclenchent le combat avec les résistants, d'autant plus que ma mère et sa cousine Léo avaient été embauchées pour donner un coup de main aux préparatifs de la fête et auraient risqué d'être victimes des échanges de tirs.

La fin de la guerre a été marquée pour nous par deux événements heureux. Le premier a eu lieu le 3 mai 1945 lorsque mon père nous a retrouvés à Raze après avoir été libéré de sa trop longue captivité en Allemagne. Nous avons été prévenus de son arrivée par un coup de téléphone chez l'oncle Emile. Je ne connaissais pas mon père parti à la guerre six ans plus tôt quand j'avais deux ans et demi. J'avais seulement vu quelques photos, aussi il paraît que je l'aurais reconnu parce qu'il était coiffé d'un béret. Ce retour a eu lieu le lendemain de l'anniversaire de Maman qui n'aura jamais de plus beau cadeau. Comme un bonheur n'arrive jamais seul, le 8 mai 1945 nous avons fêté la fin de la guerre en dansant avec tout le village réuni sur la place.

Philippe WENDER, printemps 2019

CRISTOLIENNE

La beauté est un jardin sauvage...



"Le 19 juin 2019, nous avons jardiné à la Cristolienne avec la présence de Mme Magnan, Mme Barrau, Anais et moi même afin de préparer le futur jardin.

En effet, la vraie sagesse, la vraie supériorité ne se gagne pas en luttant mais en laissant les choses se faire d'elles-mêmes. Les plantes qui résistent au vent se cassent, alors que les plantes souples survivent aux ouragans.

CRISTOLIENNE

Parce que les arbres ont le coeur infiniment plus tendre que celui des hommes qui les ont plantés. Et si les abeilles disparaissaient de la surface du globe, il ne resterait que quatre ans à l'homme.

Plus d'abeilles, plus de pollinisation, plus de plantes, plus d'animaux, plus d'hommes. Et il est important lorsque nous voyons cette abeille se poser sur toutes les plantes, tirer de chacune le meilleur tout comme l'enfant, le fruit, qu'on fit."

Jonathan, animateur



CRISTOLIENNE



CRISTOLIENNE

Le journal, c'est la conscience d'une nation...



"Ce samedi 21 juin, nous avons lu la revue ça bouge. Parce que le journal nouveau tend mettre à la porte la littérature, un bon journal, c'est une nation qui se parle à elle-même.

Tout comme publier un dessin dans un journal c'est comme monter sur scène. L'article qui donne le plus à réfléchir est celui que votre femme a découpé avant que vous ayez pu le lire."

Jonathan, animateur

CRISTOLIENNE



CRISTOLIENNE



CULTURE

L'origine et la signification des maillots du Tour de France



Jaune, vert, blanc... Tout ce que vous avez toujours voulu savoir sur les maillots de la course reine pour briller en société.

Le maillot jaune : couleur du leader et du vainqueur

Le maillot du leader de la course au classement général est apparu en 1919, soit 16 ans après la création du Tour de France en 1903 par le journaliste et cycliste Henri Desgrange. Le choix du jaune est une référence à la couleur de son journal, L'Auto-Vélo. Il peut être porté par plusieurs coureurs pendant la compétition mais termine sur les épaules du plus rapide sur l'ensemble de la course. C'est le coureur belge, Eddy Merckx, qui détient toujours le record de maillots jaunes avec un total de 111.

CULTURE

Le maillot vert : le meilleur spinter

Apparu lors du 50e anniversaire du Tour, il récompense le meilleur sprinteur. Pour cela, les coureurs peuvent gagner des points en fonction de leur place dans les sprints de fin d'étape (35 points pour le 1er, 30 points pour le 2e, 26 points pour le 3e...) et lors de sprints intermédiaires qui ont lieu lors de chaque étape. Dans ce cas, seuls les trois premiers remportent respectivement 6, 4 et 2 points. Il peut donc, lui aussi, être porté par plusieurs coureurs tout au long de la course.

Le maillot à pois (rouges sur fond blanc) : le meilleur grimpeur

Apparu en 1975 et rendu célèbre par Richard Virenque, détenteur du record de victoires avec 7 maillots entre 1994 et 2004, il récompense le meilleur grimpeur. Autrement dit, le meilleur cycliste dans les épreuves de montagne. Le maillot à pois est décerné au coureur qui obtient le plus de points sur les cols et les côtes. Le premier arrivé en haut obtient 20 points, le 2e, 18 points et le 3e, 16 points.

Le maillot blanc : le meilleur jeune

Ce maillot récompense depuis 1975 le jeune de moins de 25 ans, premier au classement général. Roulez jeunesse !

Source : mennenfrance.fr

Le mot le plus long

Voici 10 lettres pour trouver le plus grand nombre de mots possibles :

L S U B E L O R X I

Sachez qu'il y a un mot de 10 lettres.

Anagrammes

Avec les 6 lettres de VERSÉE vous pouvez trouver 3 autres mots.

Avec les 8 lettres de MESQUINE, vous pouvez trouver 1 autres mots.

Avec les 9 lettres de NIVELEURS vous pouvez trouver 1 autre mot.

Les syllabes en folie

Avec ces 15 syllabes vous pouvez faire 5 mots :

TANT * POR * MA * PEN * COU * CLI * BIR * SER * TEUR * RIR * TRI * NIE
* GNO * TIN * PAR

D'un mot à l'autre

Comment passer du mot JUSTE au mot BOTTE en changeant une seule lettre à chaque fois.

JUSTE

BOTTE

CALENDRIER D'ACTIVITÉ

ABBAYE

Samedi 27 juillet

15h00 Ciné-club « La mélodie du bonheur »

3ème Bellay

11h00 Jeux de table

11h00 Espace Sensoriel

11h00 Panier du jour en cuisine

15h00 Ciné-club « La mélodie du bonheur »

Dimanche 28 juillet

15h00 Lecture de la revue «ça bouge»,

16h30 spectacle «Los Guachos Mamberos»,

3ème Bellay

11h00 Diffusion de la messe

15h00 Atelier « beauté et bien-être »

4ème Bellay

15h00 Salle Espace sensoriel

Lundi 29 juillet

10h15 Atelier NTIC,

12h00 Barbecue,

15h15 Vidéo « Les mille et une vies d'Hector »,

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 «Les mille et une vies d'Hector»,

Mardi 30 juillet

15h00 Atelier Petites Mains,

15h30 L'heure musicale « Orphée aux enfers – Opérette Offenbach » 2ème partie,

17h00 Club mémoire, M. Bouchot,

17h00 Jeu de questions,

3ème Bellay

11h00 Atelier boulangerie

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

15h30 L'heure musicale « Orphée aux enfers - Opérette Offenbach » 2ème partie,

11h00 ou 15h30 Atelier créatif

4ème Bellay

15h00 Salle Espace sensoriel

Mercredi 31 juillet

10h30 Atelier poterie Groupe 1,

13h00 Sortie Château Champs sur Marne

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,

15h00 « Mise en Voie » en compagnie de Cathy

17h30 Chorale avec E.Solunter ou petit loto

4ème Bellay

16h00 « Mise en Voie » en compagnie de Cathy

Jeudi 1er août

11h10 Jeu de marche et équilibre,

14h30 Tir à l'arc,

16h00 Après midi gourmand en compagnie d'Yvan Lubrany,

16h00 Messe,

3ème Bellay

11h00 Atelier dessin

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

16h00 Après-midi gourmand en compagnie d'Yvan Lubrany,

Vendredi 2 août

15h00 Pétanque,

15h30 Exercices corporels,

16h00 Revue de presse,

17h00 Club mémoire, M. Bouchot,

3ème Bellay

11h00 Atelier tricot

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

14h45 espace sensoriel

16h15 Gym Douce

CALENDRIER D'ACTIVITÉ

BORDS DE MARNE

Samedi 27 Juillet

- 10h15 Sortie marché à Sucy en Brie
- 11h00 Jeux de motricité
- 12h00 Repas rencontre
- 15h00 Cocktail /Club pâtisserie
- 17h00 La grande roue
- Animation 3ème étage
- 11h00 Club vidéo
- 11h00 Les moments détente sur RDV

Dimanche 28 Juillet

- 11h00 O'plaisirs fruités
- 11h00 Revue de presse
- 14h00 Sortie Visite guidée Abbaye Royaumont
- 15h00 Club évasion
- 17h00 Grand Bingo
- Animation 3ème étage
- 11h00 Les moments détente sur RDV

Lundi 29 Juillet

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

Mardi 30 Juillet

- 11h00 Atelier informatique
- 12h00 Repas à thème Kebab
- 15h00 Club culture
- 17h00 Loto
- Animation 3ème étage
- 11h00 Atelier beauté
- 15h00 Salade de fruits
- 16h00 Collation entre amis

Mercredi 31 Juillet

- 10h00 Espace détente sur RDV
- 11h00 Tai-chi
- 12h00 Repas rencontre
- 15h00 Création couture – crochet et atelier créatif
- 17h00 Bingo
- 17h30 Chorale
- Animation 3ème étage
- 10h30 Atelier couture
- 15h30 Do Ré Mi

Jeudi 1er Août

- 11h00 La petite boutique
- 11h00 Documentaire
- 12h00 Repas Kebab
- 15h00 Atelier mémoire
- 17h00 Jeux mystère
- Animation 3ème étage
- 11h00 Nos souvenirs
- 16h00 Collation entre amis

Vendredi 2 Août

- 11h00 Gym douce
- 14h30 Poterie
- 14h45 Tir à l'arc
- 17h00 Jeux de questions

CALENDRIER D'ACTIVITÉ

CITÉ VERTE

Samedi 27 Juillet

15h30 r.d.c Conférence Eric Mile
« Le Pérou »
17h00 r.d.c Jeux de table
18h00 r.d.c Billard Hollandais
11h00 3ème Remue-méninges
13h30 3ème Vie quotidienne
15h30 3ème Ecoute musicale
17h15 3ème Au fil du temps

Dimanche 28 Juillet

Arrivée du Tour de France
11h00 Messe TV au 1er
15h30 r.d.c LOTO gagnant
18h00 r.d.c Billard Hollandais Phv
11h00 3ème Messe TV
13h30 3ème Vie quotidienne
15h30 3ème Sortie Bords de Marne ou
goûter dansant chez gégène
17h15 3ème Au fil du temps

Lundi 29 Juillet

11h00 r.d.c Gym douce
15h30 r.d.c Conférence sur l'Algérie
avec Houria
16h00 r.d.c Salon de thé
17h00 r.d.c Chiffres et lettres
18h00 r.d.c Edito de la Cité Verte
11h00 3ème En compagnie
13h30 3ème Vie quotidienne
15h30 3ème Promenade
17h15 3ème Au fil du temps

Mardi 30 Juillet

14h30 : Sortie au Zoo de Vincennes
10h30 r.d.c Point guichet
10h30 r.d.c Petite boutique
14h30 r.d.c Tir à l'arc
14h30 2ème Club lecture
15h30 r.d.c Atelier équilibre
17h00 r.d.c Mots croisés
18h00 r.d.c Jeux de table
11h00 3ème En compagnie d'Elise
13h30 3ème Couture

15h30 r.d.c Clef des chants I.Simon
17h15 3ème Au fil du temps

Mercredi 31 Juillet

11h00 Sortie en ville
11h00 r.d.c Qi-gong
11h00 « Entre nous... »
15h30 r.d.c Thé dansant avec JP
Talmond
17h00 r.d.c Jeux de table
18h00 r.d.c Billard hollandais
10h30 3ème En compagnie d'Elise
13h30 3ème Vie quotidienne
15h30 3ème Thé dansant avec JP
Talmond au RDC
17h15 3ème Au fil du temps

CALENDRIER D'ACTIVITÉ

CRISTOLIENNE

Samedi 27 Juillet

11h00 « A vos Baskets ! » Promenades
si le temps le permet

14h30 Pétanque

15h30 Atelier pâtisserie

17h30 Lecture de la revue ça bouge

18h00 Karaoké

1er Étage

11h30 et 18h30 « Dressons la table »

Dimanche 28 Juillet

11h00 « A vos Baskets ! » Promenades
si le temps le permet

14h30 Jardinage

16h30 Grand Loto d'été

18h00 Atelier bien-être

1er Étage

11h30 et 18h30 « Dressons la table »

Lundi 29 Juillet

11h00 « A vos Baskets ! » Promenades
si le temps le permet

14h30 A vos économes

15h30 Comités des Jeux

16h30 Faisons connaissances

18h00 Apéro Party

1er Étage

11h30 et 18h30 « Dressons la table »

Mardi 30 Juillet

Ouverture de la Boutique De 10h à 12h
Mme Peytavi & Claudine

14h30 Jardinage

16h30 Loto

18h00 Karaoké

1er Étage

11h30 et 18h30 « Dressons la table »

Mercredi 31 Juillet

11h00 « à vos baskets » Promenades
si le temps le permet

15h00 Jeu de table

16h30 Bingo

17h00 Ensembles rédigeons des
articles

1er Étage

11h30 et 18h30 « Dressons la table »

Jeudi 1er Août

12h00 Barbecue Végétarien sur
inscription

14h00 A vos économes

15h00 Bingo

16h30 Carré musical

18h00 Atelier bien être

18h00 Atelier Jardinage

1er Étage

11h30 Atelier Gym/équilibre

15h00 Atelier pâtisserie

11h30 et 18h30 « Dressons la table »

Vendredi 2 Août

14h30 Sortie shopping

14h30 Yoga

16h00 Après-midi gourmand en
compagnie musicale de Pierre Guerin

18h00 Atelier Jardinage

1er Étage

16h00 Après-midi gourmand en
compagnie musicale de Pierre Guerin

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.

D'un mot à l'autre
JUSTE
BUSTE
BUTTE
BOTTE

Syllabes en folie
PARCOURIR
SERPENTIN
CLIGNOTANT
TRIPORTEUR
BIRMANIE

Anagrammes
• VERSEE – SEVERE – REVEES – SEVREE
• MESQUINE – MENISQUE
• NIVELEURS – UNIVERSEL

Le mot le plus long
BRUXELLOIS

Solutions des
jeux



COMITÉ DE RÉDACTION

Rédacteur en chef
Responsable communication
Documentation, mise en page
Edition

Pascal Champvert
Sophie Renault
Sophie Renault
Hamida Mortaza

Et pour ce numéro : M. BOUCHOT, les équipes d'animation Abbaye, Cité Verte et Cristolienne