

ça bouge!

22  
Novembre  
2019

ça bouge!

N°1432

## Sortie au Memphis



Bonjour à tous !

Cette semaine dans Ça Bouge la résidence de l'Abbaye est en effervescence. Elle organise son 18ème marché de Noël autour de l'art ainsi que son Festival d'improvisation théâtrale. Nous vous attendons nombreuses et nombreux ce week-end.

Les résidents des Bords de Marne ont voyagé de l'autre côté de la méditerranée lors d'un petit déjeuner orientale bien gourmand.

Quant aux résidents de la Cristolienne ils ont pris plaisir à réaliser des Irish Coffee et cuisiner un feuilleté au citron.

Bonne semaine à tous.

Sophie RENAULT  
Chargée de communication

## Ça Bouge n°1432

23 > 29 novembre 2019

## L'ACTU DES RÉSIDENCES

18ÈME MARCHÉ DE NOËL

FESTIVAL D'IMPROVISATION  
THÉÂTRALE

SORTIE AU MEMPHIS

PETIT DÉJEUNER ORIENTAL

INAUGURATION DE LA  
CRISTO'COOP

ATELIER IRISH COFFEE

QUELLE EFFERVESCENCE À LA  
CRISTOLIENNE !

## PLANÈTE

PIONNIÈRE DE L'ANTI-GASPI ET  
ÉCOLO SANS LE SAVOIR, LA MÉMÉ  
EN PLEIN RETOUR DE « HYPE »

## JEUX

## CALENDRIER DES RÉSIDENCES

### Premier prix pour l'Abbaye

MDRS a attribué hier soir à la résidence de l'Abbaye le 1<sup>er</sup> prix du meilleur rapport qualité prix de France pour les établissements pour personnes âgées C'est ce même guide qui avait attribué l'an dernier la deuxième place à la Cristolienne.

Voici une belle récompense à la veille de l'anniversaire des 50 ans !

Bravo à toute les équipes de salariés et de bénévoles qui contribuent au quotidien à cette qualité et merci à toutes celles et tous ceux qui ont envoyé des messages sur le site de MDRS !

C'est une belle victoire d'équipe!

P. CHAMPVERT, Directeur ABCD

# ABBAYE

## *18ème Marché de Noël de l'Abbaye Autour de l'Art*



*Entrée libre*

*A l'Intérieur de la Résidence*

*Samedi 23 Novembre 2019 de 11h à 19h et*

*Dimanche 24 Novembre 2019 de 11h à 19h*

*Artistes, Artisans, Créateurs...*

**Marché de Noël autour de l'art**

*3, impasse de l'Abbaye ou 10A, quai Beaubourg*

*94100 Saint-Maur-des-Fossés*

**Au 01 55 12 17 20**



*Peintures, Poteries, Sculptures,  
Broderies, Bijoux...*

*Animations musicales,  
Jeux pour enfants,*

*Salon de thé, Vin chaud, Crêpes...*

A poster for the 'Festival d'Improvisation Théâtrale' at the Abbaye Theatre. The background is a light grey wall with a large, vibrant splash of paint in shades of red, orange, and green. A woman in a colorful, patterned dress and a man in a pink shirt and blue jeans are performing on a wooden floor. A red curtain is visible on the left. The text 'Fest' Impro' is in the top right corner. The main title 'FESTIVAL d'Improvisation Théâtrale' is in pink and green. The dates '22-23-24 nov 2019' are in black. Ticket prices 'adulte 12 € / enfant 8 €' and 'Possibilité Pass 2 et 3 spectacles' are in black. 'Restauration sur place' is in black. The theatre's name and address are at the bottom left, and the logo is at the bottom center.

Fest' Impro

## FESTIVAL d'Improvisation Théâtrale

22-23-24 nov 2019

adulte 12 € / enfant 8 €  
Possibilité Pass 2 et 3 spectacles

Restauration sur place

**THÉÂTRE DE L'ABBAYE**  
3 Impasse de l'Abbaye / 10A, Quai Beaubourg 94100 Saint-Maur-des-Fossés  
Réservation : **01 55 12 11 80**

Théâtre de  
l'Abbaye

# ABBAYE

Le groupe ABCD célébrera les



ans de la **Résidence de l'Abbaye** le :

**Mercredi 4 décembre à 11h30**

**Résidence de l'Abbaye - 10 A quai Beaubourg - 94100 Saint Maur**

# ABBAYE

## Sortie au Memphis



Le 14 novembre, les résidents de l'Abbaye ont déjeuné au restaurant typiquement américain le "Memphis".

Memphis offre un véritable voyage dans le temps et dans l'espace grâce à son ambiance inimitable issue des Happy days.

Dans une ambiance conviviale, ils ont dégusté d'authentiques recettes américaines.

Tous se sont régalés et ont passé un agréable moment.

# ABBAYE



# BORDS DE MARNE

## Petit déjeuner oriental



Mercredi 6 novembre la résidence des Bords de Marne a organisé un petit déjeuner oriental pour l'ensemble des résidents...

Ce dernier s'est déroulé dans une ambiance conviviale. Nous avons dansé au rythme de la musique orientale et des youyous.

Au menu nous avons des crêpes aux mille trous (aussi appelé Baghrir), des Msemms (crêpe feuilletée) et des gâteaux enroulés de noix de coco le tout accompagné de thé à la menthe.

Merci aux cuisinières de nous avoir régaler avec ces préparations maison!

Christal, animatrice



# BORDS DE MARNE



# BORDS DE MARNE



# CRISTOLIENNE

## Inauguration de la Cristo'coop



### Invitation



Le **groupe ABCD** vous convie à l'inauguration de la coopérative alimentaire «Cristo'coop» le :

**Mercredi 11 décembre à 12h**

Résidence de la Cristolienne  
16 bis avenue du chemin de Mesly - Créteil

La Cristo'coop est une « coopérative alimentaire » c'est à dire une épicerie autogérée fondée sur le bénévolat, axée sur l'achat en circuit court de produits de qualité répondant à des critères sociaux et environnementaux exigeants. Elle revend ces produits à prix coûtant.

L'ouverture de cette coopérative illustre à nouveau l'ouverture des résidences ABCD sur l'extérieur.

À cette occasion seront présents les Résidents, les membres du Conseil d'Administration et du Conseil de la Vie Sociale, les familles, bénévoles et personnels de la Cristolienne.

# CRISTOLIENNE

## Atelier Irish coffee



Cette boisson aurait été créée par Joseph Sheridan à la fin des années 1930 à Foynes en Irlande, où arrivaient de 1939 à 1945 les vols transatlantiques en hydravion. Les passagers, pour la plupart militaires alors frigorifiés et effrayés voulaient boire une boisson chaude et revigorante. Elle devait ressembler à un verre de Guinness. Le chef de l'établissement, Joseph Sheridan eut l'idée de faire cette boisson pour redonner de l'énergie à ces voyageurs. Une plaque visible à l'aéroport de Shannon commémore cette création.

L'Irish coffee a ensuite été revisitée en 1952 après plusieurs jours de recherche par Jack Koeppler, propriétaire du Buena Vista à San Francisco. L'écrivain Stanton Delaplane qui lui demanda s'il était capable de faire cette célèbre boisson servie à l'aéroport de Shannon.

# CRISTOLIENNE

Alors que la version originale était préparée avec de la crème liquide, qui était rajoutée pour refroidir la boisson trop brûlante pour être bue rapidement, les recettes modernes utilisent le plus souvent de la crème chantilly.

Il existe de nombreuses façons de préparer l'Irish coffee, variant selon l'établissement ou le serveur. Soit le café chaud et fortement sucré est versé sur du whisky, soit, à l'inverse, on fait fondre du sucre dans du whisky qu'on chauffe doucement. On verse alors le café sur le whisky. Ce cocktail peut se préparer directement dans un verre préalablement chauffé à l'eau chaude pour éviter qu'il n'éclate au contact du mélange. Le café mélangé à l'alcool peut aussi être réchauffé avec la buse vapeur d'une machine à expresso.

La difficulté est d'arriver à ce que la crème flotte sur le liquide chaud. Pour cela, soit la crème liquide est versée sur une cuillère affleurant tout juste du liquide chaud, soit la crème est légèrement battue pour lui donner plus de légèreté, la solution de facilité restant le nappage à la crème chantilly.



# CRISTOLIENNE



# CRISTOLIENNE

## Quelle effervescence à la Cristolienne !



"Nous étions un petit groupe d'apprentis pâtissiers et avons confectionné un feuilleté au citron meringué et sa baignade au caramel. Quelle ambition ! Ce fut tout de même très réussi....

Mais que s'est-il produit ? Une chimère bien smog a envahi la cuisine provoquant ainsi une panique générale car le détecteur de fumée a éclaté. Tous nos appareils de cuisine ont sauté. Plus d'électricité, plus d'ascenseur, portes bloquées... Notre vie fut en suspens le temps d'une éternité.

Notre chère Catherine Jayet nous expliqua rapidement que la situation était sous contrôle. Rassurés, nous pûmes goûter ce caprice des dieux. Ce fut un très beau gâteau, nous avons l'air moins tarte !

PS : Comme dirait l'autre : Tout est bien qui finit bien !

Signé par « Les aspirants »

# CRISTOLIENNE





# CRISTOLIENNE



# PLANÈTE

## Pionnière de l'anti-gaspi et écolo sans le savoir, la mémé en plein retour de « hype »



**Et si les mamies avaient eu raison avant tout le monde ? Incarnation du bon sens et de l'anti-gaspi, la mémé, cette écolo qui s'ignorait, prend sa revanche.**

On avait beau l'adorer, ses réflexions agaçaient. « Ferme la porte, tu chauffes le cul du bon Dieu... », « Attention tu fais des épluchures trop grosses ! », « Toutes ces feuilles de papier toilette pour des petites fesses d'enfant ? » Chez Léonie, à Villeneuve-l'Archevêque, dans l'Yonne, la vaisselle se faisait en bassine, dans l'évier, la douche devait être désencombrée avant exceptionnel usage, la télé se regardait, agglutinés autour de la cuisinière, la température des chambres poussait à s'enfouir jusqu'aux yeux sous l'édredon, les pulls étaient tricotés main, les rangs de haricots verts arrosés à l'eau de pluie, les croûtes de pain échangées contre les tomates du voisin, qui élevait poules et lapins, et le biclou du grand-père tenait lieu de SUV (véhicule utilitaire sportif).

# PLANÈTE

---

Près d'un demi-siècle plus tard, hommage doit lui être rendu : Léonie dite « mémère Nini » avait raison. Cette grand-mère de la campagne et de peu de moyens, qui n'avait que trop connu la guerre, les tickets de rationnement et les rutabagas, était, par nécessité, écologiste avant même que le mot existe ; elle pratiquait, sans s'imaginer pionnière, la sobriété, le zéro déchet, l'économie circulaire, la permaculture, le locavorisme, l'échange de services et le do it yourself.

## **Mouchoirs en tissu et poêles à bois**

Qui veut réduire son empreinte carbone adopte peu ou prou, aujourd'hui, le mode de vie des mémés à blouse de la France rurale. Montreuil (Seine-Saint-Denis) et Villeneuve-l'Archevêque : mêmes mouchoirs en tissu, mêmes poêles à bois, mêmes vélos, même combat ! Le rapprochement ne réjouit pas forcément les militants écologistes, las d'être renvoyés aux temps éclairés à la bougie. Pour mobiliser la jeunesse, Greta Thunberg vaut mieux que mémère Nini. Quoique... « Mémé [L'Iconoclaste, 2014], c'est un label politique, estime Philippe Torreton. C'est mon livre le plus engagé même si telle n'était pas mon intention initiale. »

Début 2014, l'acteur publiait cette ode à son aïeule normande Denise et à « sa simplicité de vivre », qui n'a cessé, depuis, de se vendre (185 000 exemplaires) et de lui valoir du courrier. « Je me méfie, pondère-t-il, de notre regard nostalgique. Son existence était rude tout de même. Mais une partie de la survie de l'espèce humaine dépend de notre capacité à nous réapproprier sa sobriété, après avoir été tant poussés à consommer, à jeter. Ce n'est ni passéiste ni réactionnaire. C'est un retour au bon sens. »

Retour que l'ancien sociétaire de la Comédie-Française opère lui-même en famille. Ses deux enfants, jure-t-il, savent se transmettre les vêtements, éteindre les lumières et finir leur assiette. Dans le jardin de la maison, en Val-de-Marne, les poules, récupérateur d'eau et salades ont leur place. « Je me lave au lavabo, poursuit-il, je ne prends plus qu'une douche par semaine, comme mémé. Ne pas gaspiller, cuisiner

# PLANÈTE

---

les restes, recycler... je l'entends me parler ! »

L'urgence environnementale offre une belle revanche à la culture « mémé », en ce début de troisième millénaire. Celle-là même qu'avaient ringardisée la modernité consumériste des « trente glorieuses », le tout-jetable, le tout-plastique. Sur les blogs écolos, et sur fond de tendres photos noir et blanc, le quotidien exhumé des grands-parents ou arrière-grands-parents, leur vie modeste, économe, leur proximité avec la nature et les saisons, redeviennent source d'inspiration. Les bocaux, les filets à provisions, le verre consigné, le compost, le potager, les poules, le bidon d'eau de pluie au milieu du jardin, les conserves maison, l'art d'accommoder restes et épluchures, le garde-manger à la cave, l'achat en vrac chez le commerçant du coin, les serviettes de table et mouchoirs en tissu, les bouillottes, les couches lavables, le savon noir et le vinaigre blanc : tout ressort comme par magie de l'armoire normande.

Retraité de la SNCF, Frédéric Wetzel poursuit l'énumération sur son site Internet [Jeuxsauverlaplanete](http://Jeuxsauverlaplanete.com). Le sexagénaire a transformé son pavillon de Baisieux (Nord) en laboratoire de basse consommation d'eau et d'électricité pour « reproduire l'exemple » de sa grand-mère Aurélie, qui l'a élevé dans les années 1950. « Son équipement électrique se limitait à quatre ou cinq ampoules et une radio qu'elle ne laissait jamais allumées inutilement. La lessive et le lavage des sols s'effectuaient à l'eau de pluie. Aurélie était écolo malgré elle. Elle faisait attention, c'est tout. Ça la ferait rigoler, toutes ces choses auxquelles on revient. A cette époque, les conditions de vie des femmes n'étaient pas très agréables...

## **Une websérie avec mamie**

Difficile en effet de qualifier d'« heureuse » la sobriété du monde rural après-guerre. « Les femmes aujourd'hui nonagénaires étaient aliénées, elles menaient une vie de labeur, sans aucun loisir », rappelle Christine Castelain-Meunier, sociologue de la famille et de l'environnement à l'EHESS et au CNRS. Et pourtant, crise écologique aidant, les mémés se muent, selon elle, en « modèle porteur » conforme aux aspirations des plus jeunes : « Leurs pratiques font sens aujourd'hui. A cette différence

# PLANÈTE

---

près que les tâches sont désormais partagées dans le couple. Et que ce mode de vie est un choix, effectué pour épargner la nature, qui procure une certaine fierté. On est passés de la frugalité imposée à la sobriété heureuse, grâce aux technologies et services qui viennent à notre secours. »

Tandis qu'Ehpad et villages crient misère, la « mémémania » s'impose, beau paradoxe, hissant l'aïeule qui n'en demandait pas tant au sommet de la pyramide de la hype. Une websérie collaborative en témoigne, qui lancera bientôt sa deuxième saison grâce au financement participatif : Grandmas Project. De jeunes réalisateurs se filment en cuisine avec leur grand-mère. Comme Irvin Anneix, artiste vidéaste de 29 ans, et sa mamie Yoda, confectionnant en duo et rires complices un lait de poule à la campagne. Les treize premiers films ont cumulé plus de 100 000 vues. Jonas Parienté, créateur du projet, évoque sa mémé polonaise qui n'utilisait jamais qu'un sachet de thé quel que fut le nombre de tasses. « Elle me semblait trop près de ses sous. Elle avait l'art de consommer le moins possible. Aujourd'hui, je la vois d'un autre œil, avec mes trois enfants que je sensibilise à l'épuisement des ressources... »

## **Un filon pour les marques**

La publicité et le marketing font les mêmes yeux doux à cette rassurante, bienveillante, immuable incarnation de la simplicité. Cette « antithèse de la figure de modernité froide et superficielle », comme la caractérise Mme Castelain-Meunier. Mémé est mise à toutes les sauces. Quoi de plus tendance que de nommer son restaurant Odette ou Albertine et Louison ? Elaborer la carte d'après les recettes de l'aïeule, ou en sa compagnie ! Jean Imbert, chef trentenaire et médiatique, joue sur du velours nostalgique. Après avoir inauguré un restaurant à Miami avec le chanteur Pharrell Williams, il a ouvert Mamie par Jean Imbert, en mars, à Paris, avec sa grand-mère Nicole, 92 ans, au blanc chignon, dont le portrait devant un baba au rhum chantilly peut déclencher 18 000 mentions enamourées sur Instagram.

# PLANÈTE

Au menu, poulet rôti, blanquette de veau, œufs à la neige... De l'enfance en cocotte que concoctent aussi les seniors recrutés par les deux restaurants Nos grands-mères ont du talent, le traiteur Mamie Foodie ou le service de chefs à domicile Lou Papé. Les produits d'épicerie bio Mémé Georgette font un tabac. Mamie Colette permet de se doter en ligne d'accessoires zéro déchet, Mamy Factory ou Gang de grands-mères de commander des vêtements de bébé tricotés main de mémés, Mamie & Co de faire le ménage à la mode de Marie-Thérèse, la mamie du fondateur. A moins d'opter, en grande surface, pour les produits ménagers Paulette.

N'en jetez plus, des mémés ! « La société n'avance pas dans le bon sens, alors on prend le contre-pied, défend David Couthon, 46 ans, fondateur et patron de Mamie & Co. Ce n'est pas une tendance, c'est un courant de fond. » Une angoisse, soudain : le courant nous portera-t-il jusqu'aux napperons en crochet, aux blouses de ménage à fleurs, aux capuchons en plastique des jours de pluie ? Parce que, là, avouons-le, mémé n'avait pas forcément raison.

Source : [lemonde.fr](http://lemonde.fr)



## Le mot le plus long

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

**R I L O P A V C I N**

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

## Anagrammes

Avec les 6 lettres de PAVEUR vous pouvez trouver 2 autres mots.

Avec les 8 lettres de MENISQUE, vous pouvez trouver 1 autre mot.

Avec les 10 lettres de MEMORISANT vous pouvez trouver 1 autre mot.

## 1 pour tous

Trouvez le verbe commun à ces expressions :

- Sur ses pas
- A la charge
- Au point de départ
- Aux sources

## D'un mot à l'autre

Comment passer du mot SOBRE au mot TABLE en changeant une seule lettre à chaque fois.

SOBRE

-----

-----

TABLE

# CALENDRIER D'ACTIVITÉ

## ABBAYE

### **Samedi 23 novembre**

**\*\*MERCHE DE NOËL\*\***

16h00 Spectacle chorale A tout cœur,  
20h30 Le Théâtre vous propose sur  
réservation le spectacle d'improvisation  
« Fushigi »

3ème Bellay

11h00 Jeux de table

11h00 Espace Sensoriel

11h00 Panier du jour en cuisine

15h00 Spectacle chorale A tout cœur

### **Dimanche 24 novembre**

**\*\*MARCHÉ DE NOËL\*\***

Déambulation Spectacle Orgue de  
Barbarie par Cathy

16h00 Le Théâtre vous propose sur  
réservation le spectacle d'improvisation  
« Zoom »

3ème Bellay

11h00 Diffusion de la messe

15h00 Atelier « beauté et bien-être »

16h00 Le Théâtre vous propose sur  
réservation le spectacle d'improvisation  
« Zoom »

4ème Bellay

15h00 Salle Espace sensoriel

### **Lundi 25 novembre**

10h15 Atelier NTIC,

15h00 Spectacle chorale de Villiers sur  
Marne,

17h15 Chorale, T.Ganchou,

17h30 Jeu mystère,

3ème Bellay

11h00 Lecture de la revue «ça bouge»

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

15h00 Spectacle chorale de Villiers sur  
Marne,

### **Mardi 26 novembre**

10h30 Tranche de vie,

15h30 L'heure musicale «Don Pascale  
– Opéra Bouffe de Donizetti» 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 Contes pour rire et rêver

4ème Bellay

15h00 Salle Espace sensoriel

### **Mercredi 27 novembre**

10h30 Atelier poterie,

14h15 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 « avec la Voix » en compagnie de  
Cathy

17h00 petit loto

4ème Bellay

16h00 « Mise en Voix » en compagnie  
de Cathy

### **Judi 28 novembre**

11h10 Jeu de marche et équilibre,

13h30 Sortie Institut du Monde Arabe

14h30 Tir à l'arc,

16h00 Après midi gourmand en  
compagnie de Pierre Guerin,

16h00 Messe,

3ème Bellay

11h00 Atelier dessin

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

15h00 Après-midi gourmand en  
compagnie de Pierre Guerin.

### **Vendredi 29 novembre**

10h à 12h : Les résidents vous  
accueillent à La Boutique,

10h30 Atelier peinture,

14h00 Atelier peinture,

14h30 Atelier écriture,

14h30 à 16h30 Bibliobus,

15h30 Exercices corporels,

15h30 Atelier peinture,

16h45 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 23 Novembre

11h00 Jeux de motricité  
12h00 Repas rencontre  
15h00 Atelier mémoire  
17h00 La grande roue  
Animation 3ème étage  
11h00 Club vidéo  
11h00 Les moments détente sur RDV

### Dimanche 24 Novembre

10h00 Sortie : marché de noel à l'Abbaye de Saint maur  
11h00 Revue de presse  
14h30 Jeux de table  
16h30 Ambiance musical avec Jean Patrick accompagner d'un piano  
Animation 3ème étage  
11h00 Les moments détente sur RDV

### Lundi 25 novembre

10h15 Espace détente sur RDV  
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  
10h45 Préparation de la pâte à crêpes  
15h45 Heures savoureuses/ accordéon

### Mardi 26 Novembre

11h00 Atelier informatique  
14h30 Sortie : Cinéma à Ormessons  
15h00 Visite des enfants de l'école Notre Dame sur RDV  
17h00 jeux mystère  
Animation 3ème étage  
11h00 Atelier beauté  
15h00 art floral  
16h00 Collation entre amis

### Mercredi 27 Novembre

11h00 Tai-chi  
12h00 Repas rencontre  
15h00 Atelier créatif  
17h00 Bingo  
17h30 Chorale  
Animation 3ème étage  
10h30 Atelier couture

### Jeudi 28 Novembre

11h00 La boutique  
11h00 Documentaire  
15h00 club culture  
17h00 loto  
Animation 3ème étage  
15h15 Nos souvenirs  
16h00 Collation entre amis

### Vendredi 29 Novembre

10h15 Atelier musical 2è étage  
12h00 REPAS FRUITS DE MER  
14h30 Poterie  
4h45 Tir à l'arc  
15h30 Atelier « Do, ré, mi »  
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 23 novembre

15h30 r.d.c Atelier créatif  
« Pliage de serviettes »  
17h00 r.d.c Jeux de table  
18h00 r.d.c Billard Hollandais  
11h00 3ème Panneau photos  
13h30 3ème Vie quotidienne  
15h30 3ème Écoute musicale  
17h15 3ème Au fil du temps

### Dimanche 24 novembre

11h00 Messe TV au 1er  
15h30 r.d.c LOTO gagnant  
17h00 r.d.c Jeux de table  
18h00 r.d.c Billard Hollandais  
11h00 3ème Messe TV  
13h30 3ème Vie quotidienne  
15h30 3ème Décorations de Noël  
17h15 3ème Au fil du temps

### Lundi 25 novembre

10h30 r.d.c Atelier peinture  
11h00 « Entre nous... »  
16h00 r.d.c Atelier modelage  
17h00 r.d.c Les causerie de Jacqueline  
« Toutânkhamon »  
18h00 r.d.c Revue de presse  
11h00 3ème Atelier culinaire  
13h30 3ème Vie quotidienne  
15h30 3ème Goûter gourmand  
17h15 3ème Au fil du temps

### Mardi 26 novembre

10h30 r.d.c Point guichet  
10h30 r.d.c Petite boutique  
10h30 Atelier culinaire avec le RAM  
14h30 r.d.c Tir à l'arc  
15h30 r.d.c Atelier équilibre  
17h00 r.d.c Mots croisés  
18h00 r.d.c Jeux de table  
11h00 3ème Atelier créatif  
13h30 3ème Couture  
15h30 r.d.c Clef des chants I.Simon  
17h15 3ème Au fil du temps

### Mercredi 27 novembre

11h00 Sortie en ville  
11h00 Qi-Gong  
15h00 r.d.c Thé dansant  
avec JP Talmond  
17h00 r.d.c Jeu de questions  
18h00 r.d.c Billard hollandais  
10h30 3ème Atelier musical  
13h30 3ème Vie quotidienne  
15h30 3ème Chansons avec JP  
Talmond  
17h15 3ème Au fil du temps

### Jeudi 28 novembre

11h00 « Entre nous... »  
15h30 r.d.c Art Floral Jonquilles  
17h00 r.d.c Jeux de table  
17h00 r.d.c Relaxation  
18h00 r.d.c Jeux de lettres  
11h00 3ème Écoute musicale  
13h30 3ème Vie quotidienne / DVD  
15h30 3ème Contes  
17h15 3ème Au fil du temps

### Vendredi 29 novembre

11h00 « Entre nous... »  
15h00 r.d.c Karaoké  
17h00 r.d.c Panneau photos  
18h00 r.d.c Jeux de table  
11h00 3ème Atelier mémoire  
13h30 3ème Vie quotidienne  
15h30 3ème Art floral  
17h15 3ème Au fil du temps

# CALENDRIER D'ACTIVITÉ

## CRISTOLIENNE

### Samedi 23 Novembre

15h00 Sortie Marché de Noël de l'Abbaye,  
15h00 Atelier pâtisserie  
18h00 Lecture de la revue « ça bouge »  
1er Étage  
11h30 et 18h30 « Dressons la table »

### Dimanche 24 Novembre

Ciné-Club Salle PASA  
15h00 « La Môme » (durée 2h21)  
17h40 « Notre planète, les mondes gelés » (durée 50 minutes)  
1er Étage  
10h30 Emissions Religieuses  
11h30 et 18h30 « Dressons la table »

### Lundi 25 Novembre

15h00 Restaurant Loto  
16h30 au restaurant Jeu de questions  
18h00 salon du patio  
1er étage  
9h30 Nouvelles du jour  
10h30 Atelier bien-être  
15h00 Le tricot c'est du gâteau  
16h00 Café des amis  
16h30 Atelier bien-être  
11h30 et 18h30 « Dressons la table »

### Mardi 26 Novembre

14h30 Conférence sur le thème des senteurs en partenariat avec l'université inter âge  
16h30 Atelier Créatif  
17h30 Karaoké  
1er Étage  
09h30 Nouvelles du jour  
10h30 Atelier créatif  
15h00 Chanson souvenir  
16h00 Café des amis  
16h30 Jeux de table  
11h30 et 18h30 « Dressons la table »

### Mercredi 27 Novembre

11h30 Sortie restaurant « le bœuf sur le toit »,  
15h00 Atelier Gym douce  
16h00 Chorale  
17h00 Le tricot c'est facile  
1er étage  
09h30 rotonde Nouvelles du jour  
10h30 Jeu de mémoire  
11h30 Déjeunons ensemble  
15h30 « prémonition » (durée 1h40)  
16h00 Café des amis  
11h30 et 18h30 « Dressons la table »

### Judi 28 Novembre

15h30 Yoga  
16h30 Jeux de table  
17h30 Bowling  
1er étage  
09h30 Nouvelles du jour  
10h30 Gym/équilibre  
15h00 Atelier pâtisserie  
16h00 Café des amis  
16h30 Jeu de question  
11h00 et 18h30 « Dressons la table »

### Vendredi 29 Novembre

08h00 Petit déjeuner à thème Portugais,  
11h00 Sortie achats,  
15h00 Rédigeons des articles  
16h00 Après-midi gourmand en compagnie musicale de Pier Guerin  
18h00 Jardinage  
1er étage  
09h30 Nouvelles du jour  
16h00 Après-midi gourmand en compagnie musicale  
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  
SOBRE  
SABRE  
SABLE  
TABLE

1 pour tous : REVENIR

Anagrammes  
• PAVEUR - VAPUR - PAUVRE  
• MENISQUE - MESQUINE  
• MEMORISANT - ROMANTISME

Le mot le plus long  
PROVINCIAL

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, Bords-de-Marne et Cristolienne