

ça bouge!

28  
Septembre  
2020

ça bouge!

N°1473

## LOTO EN PLEIN AIR A LA CRISTOLIENNE



Bonjour à toutes et à tous,

Dans ce numéro du **Ça Bouge** retour sur le concert gourmand au sein de la Résidence de l'Abbaye. Au sein de la Résidence des Bords de Marne les résidents mettent la main à la pâte en vue d'une dégustation de crêpes.

A la Résidence de La Cité Verte les résidents ont pu déguster un savoureux goûter durant un après-midi gourmand. Monsieur Lorient, a quant à lui partagé avec plaisir ses conseils culinaires. Au sein de la Résidence de La Cristolienne Mme Schmidt et Mme Demouliere se sont réunies pour remanier la charte de l'Association Art de Vivre. Madame Peytavi a soufflé ses 96 bougies, et les résidents ont pu jouer à une partie de loto en plein air et remporter des prix.

Bonne lecture à toutes et à tous.  
Et très belle semaine.

Aude M'Bongui  
Chargée de communication

## L'ACTU DES RÉSIDENCES

- CONCERT GOURMAND À LA RÉSIDENCE DE L'ABBAYE
- PRÉPARATION DE LA PÂTE A CRÊPES
- APRÈS-MIDI GOURMAND A LA CITÉ VERTE
- ENTRETIEN AVEC MONSIEUR LORIENT
- ASSOCIATION ART DE VIVRE
- JOYEUX ANNIVERSAIRE MADAME PEYTAVI
- LOTO EN PLEIN AIR A LA CRISTOLIENNE

## PLANNING DES ACTIVITÉS

## JEUX

# ABBAYE

## CONCERT GOURMAND A L'ABBAYE



Après un goûter gourmand et rafraîchissant les résidents de l'Abbaye ont pu assister à un concert festif : deux chanteurs guitare en main et sombreros colorés sur la tête.

# ABBAYE



# BORDS DE MARNE

## PRÉPARATION DE LA PÂTE A CRÊPE



Le Service spécifique de la Résidence des Bords de Marne s'est empli de la délicieuse odeur de la pâte à crêpe.

Le lundi matin les résidents sortent fouets, œufs ,farine et autres ingrédients nécessaires à la préparation de la pâte à crêpe pour les heures savoureuses.

L'occasion de remettre la main à la pâte et de déguster des crêpes faits maison !

Équipe animation

# BORDS DE MARNE



# CITÉ VERTE

## APRÈS MIDI GOURMAND A LA CITÉ VERTE



Dimanche l'après-midi gourmand s'est déroulé au 2e étage. Les lieux sont plus exigus mais ont permis à tous les résidents de participer au goûter à la grande satisfaction des personnels présents, qui n'ont pas ménagé leur peine pour le confort de tous. Le 2e étage bruissait comme une ruche. Comme disait un résident : *"il y a du monde dans le bourg"*.

Des effluves d'ananas rôtis et flambés au rhum ont embaumés le quartier. Servis avec de la glace, les ananas nous ont ravies les papilles.

Tiziana

# CITÉ VERTE





# CITÉ VERTE

## ENTRETIEN AVEC MONSIEUR LORIOT



A la Cité Verte, l'équipe animation prend plaisir à recueillir les souvenirs, impressions et instants de vie des résidents. Pour cet entretien réalisé par Tiziana, c'est monsieur Loriot, ancien boucher, qui partage son expertise sur la viande.

Aude

# CITÉ VERTE

---

## *"Précieux conseils autour du bœuf"*

Ce matin petite discussion avec M. Lorient, ancien boucher, sur les meilleurs morceaux de viande :

"La bavette d'Aloyau qui est située au bout du plat de côte, est une fibre longue bien persillée. C'est sans conteste la meilleure bavette même si celle de Flanchet, qui est une fibre courte plus tendre, se défend bien.

Le filet de bœuf qui est tendre comme du beurre se découpe facilement, mais pour moi le meilleur morceau c'est l'entrecôte car elle est bien plus savoureuse.

La côte de bœuf, il faut la choisir plutôt grosse et bien charnue. Cela prouve que le bœuf est bien nourri même si aujourd'hui les éleveurs forcent sur l'alimentation pour un meilleur rendement."

- " Et le pot-au-feu? "

- "Ah pour le pot-au-feu il faut du gîte-gîte. Mais du gîte-gîte de la patte avant pas de la patte arrière."

- " Mais comment le reconnaître ? "

- " Le boucher, lui, le reconnaît. Il faut en plus du plat de côte découvert, du paleron si vous voulez et bien sûr un os à moelle.

" Pour le bourguignon c'est sans appel : du paleron et un bon vin pour la sauce pas une piquette. Le bœuf carottes demande un morceau de basse côte bien saisi, bien revenu..."

La fin de l'échange se termine à l'heure du déjeuner. M. Lorient nous a mis l'eau à la bouche en évoquant ces plats, et cette cuisine familiale qui reste une des meilleures.

M. Lorient, Tiziana

# LA CRISTOLIENNE

## ASSOCIATION ART DE VIVRE



Ce samedi nous nous sommes entretenus avec Mme Schmidt et Mme Demouliere, concernant l'Association Art de vivre, car elles souhaitent remanier la présentation de la charte de l'association.

Équipe d'animation

# LA CRISTOLIENNE

## JOYEUX ANNIVERSAIRE MME PEYTAVI



Au sein de la Résidence de la Cristolienne, Madame Peytavi a fêté ses 96 ans. Un joli gâteau et un cadeau pour l'occasion. Le plus beau présent pour l'ensemble des équipes ; le sourire et les yeux pétillant de Madame Peytavi.

Aude

# LA CRISTOLIENNE

## LOTO EN PLEIN AIR A LA CRISTOLIENNE



Après le cinéma en plein air le loto en plein air. Les résidents de La Cristolienne ont pu jouer à une partie de loto et recevoir de nombreux lots. Mme Peytavi, Mme Myrteza et Mme Matteoda Exæquo ont remporté des prix.

Équipe animation

# PLANNING ABBAYE

---

Mesdames et Messieurs les résidents,

Indépendamment de notre volonté, certaines modifications peuvent être apportées à ce programme.

Vous en serez, bien sûr, informés quotidiennement au point info, à l'annonce micro et sur le tableau d'informations situé à l'entrée du restaurant.

## **Point info :**

Différents services vous sont proposés :

Tous les jours de 11h30 à 12h30 sauf le vendredi, à l'entrée du restaurant.

Vous pouvez vous inscrire ou vous renseigner sur les différentes animations, les sorties, ...

## **La boutique :**

Vous pouvez y trouver des produits de premières nécessités à prix coutant des grandes surfaces ainsi que des vêtements à petits prix.

Les Mercredis et Vendredis de 10h à 11h45.

## **Le Point Guichet :**

Tous les lundis de 14h30 à 16h20.

## **Le salon esthétique :**

Sur rendez-vous du lundi au mercredi de 9h30 à 18h. Tel : 01.55.12.17.20 poste 1118.

## **Le salon de coiffure :**

Du mardi au vendredi 9h30 à 18h30 & le samedi de 10h à 17h.

# PLANNING ABAYE

---

## **La boutique « Coudre et découdre » :**

Du mardi au vendredi 9h30 à 13h & de 15h à 19h.

La pharmacie :

Du lundi au vendredi de 14h00 à 17h30 sauf le jeudi de 9h00 à 12h30.

## **Le Pressing :**

Du lundi au vendredi de 9h30 à 13h00 et de 13h30 à 15h30 Le bar de la résidence est ouvert de 10h à 20h00.

Les jeux de société sont à disposition au point info, Ne pas hésiter à les demander

L'équipe animation

## **Samedi 26 septembre**

15h00 Lecture de la revue « ça bouge »,

Terrasse Castel

CASTEL 15h30 Spectacle de piano et violon « Duo Sonate »,

Grd rest

BELLAY 16h30 Spectacle de piano et violon « Duo Sonate »,

Grd rest

## **Dimanche 27 septembre**

10H30 Réunion d'Association, Café litt 16h30 Grand jeu « Quiz musical », Terrasse Castel

## **Lundi 28 septembre**

\*\*Congrès Age et vieillissement\*\*

## **Mardi 29 septembre**

\*\*Congrès Age et vieillissement\*\* CASTEL

# PLANNING ABBAYE

---

## **Mercredi 30 septembre**

10h à 11h45 : Les résidents vous accueillent à La Boutique,  
Allée Commençante

**CASTEL** 13h30 Sortie cinéma

16h00 Goûters gourmands, rotondes étages

**CASTEL** 17h00 Club mémoire, M. Bouchot groupe 3, Café litt.

17h30 QI Gong groupe 1, Salle du conseil

3ème Bellay

16h00 « Mise en Voix » en compagnie de Cathy

## **Jeudi 1er octobre**

**CASTEL** 11h00 Jeu de marche et équilibre, Salle Bien-être

**BELLAY** 11h30 Jeu de marche et équilibre, Salle Bien-être

**CASTEL** 15h45 Après-midi gourmand en compagnie de Céline  
Arnaud, Grd rest

**BELLAY** 16h45 Après midi gourmand en compagnie de Céline  
Arnaud, Grd rest

**BELLAY** 16h00 Messe, Oratoire

3ème Bellay

14h45 Après-midi gourmand en compagnie de Céline Arnaud

## **Vendredi 2 octobre**

10h à 11h45 : Les résidents vous accueillent à La Boutique,  
Allée Commençante

10h30 Atelier peinture, Salle peinture, Anne

14h00 Atelier peinture, Salle peinture, Anne

**CASTEL** 15h30 Exercices corporels, Salle bien être

15h30 Atelier peinture, Salle peinture, Anne

**BELLAY** 16h00 Exercices corporels, Salle bien être

16h45 Revue de presse, Terrasse Castel

**BELLAY** 17h00 Club mémoire, M. Bouchot groupe 2, Café  
litt.



# PLANNING ABBAYE

---

Sorties Septembre 2020

**Mardi 22 septembre**

**BELLAY** : Sortie Faites vos courses à Créteil Soleil centre commercial **Départ à 09h30** Tarif : gratuit

**Mercredi 23 septembre**

**CASTEL** : Sortie Faites vos courses à Créteil Soleil centre commercial **Départ à 09h30** Tarif : gratuit

**Mercredi 30 Septembre**

**CASTEL** : Sortie cinéma **Départ à 13h00**

Tarifs : adhérent 3,60 € / non Adhérent 4,80 €

Inscription à l'accueil ou au point info. Tous les paiements s'effectuent à l'accueil

# PLANNING CITÉ VERTE

---

## **Lundi 28 septembre**

9h30 - 18h00 : Colloque AD-PA (Citoyennâge), S. d'activités avec Juan Vasquez et Anne

17h00 : Edito de la cité verte au 1er étage , Tiziana

3ème étage : 11h00 : Distribution de courrier, Déborah

15h30 : Atelier créatif ou panneau photos, Déborah

## **Mardi 29 septembre**

9h30 - 18h00 : Colloque AD-PA (Citoyennâge) S. d'activités avec Juan Vasquez et Anne

10h30 : Boutique et Point guichet, Geneviève et Françoise

17h00 : Chiffres et lettres au 2ème, Cindy

3ème étage :

11h00 : Revue de presse, Déborah

15h30 : Jeu d'adresse, Déborah

## **Mercredi 30 septembre**

10h30 : Sortie promenade en ville, Cindy

15h30 : Chansons avec J-P Talmond , 2ème Cindy

15h30 : Ciné-club 1er, Tiziana, S. d'activité

17h00 : Billard Hollandais 2ème , Cindy

3ème étage :

11h00 : Sortie Promenade ou gym douce, Déborah

16h00 : Chansons avec J-P Talmond, Déborah

## **Jeudi 1er octobre**

15h30 : Art floral « Bleuet » 2ème , Tiziana , Salle d'activités

17h00 : Billard Hollandais 1er, Françoise

17h00 : Relaxation avec Fotini 2ème, Tiziana

# PLANNING CITÉ VERTE

---

## **Jeudi 1er octobre**

### 3ème étage :

11h00 : Ecoute musicale As

15h30 : Conte, Pasa

## **Vendredi 2 octobre**

11h00 : Messe avec l'aumônerie, Salle d'activités

15h30 : Ciné-club, 1er, Tiziana

17h00 : Jeu de lettres, 2ème, Françoise

### 3ème étage :

11h00 : Gym douce, Cindy

15h30 : Art floral, Cindy

## **Samedi 3 octobre**

15h30 : Conférence sur le Rajasthan avec E. Mille 2ème  
Cindy

16h30 : Conférence sur le Rajasthan avec E. Mille 1er  
M-Noëlle

### 3ème étage :

11h00 : Revue de presse, Marie-Noëlle

15h30 : Spectacle musical, Pasa

## **Dimanche 4 octobre**

10h30 : Messe TV

15h30 : Ciné-club 2ème, Cindy

### 3ème étage :

11h00 : Promenade au jardin, Marie-Noëlle

15h30 : Atelier Réminiscence, Marie-Noëlle

# PLANNING CRISTOLIENNE

---

## **Lundi 28 Septembre 2020**

9h30 – 18h30 PASA : Congrès

15h30 Patio : Qi Gong - Résident 1er étage

15h50 Patio : Qi Gong - Résident 3ème étage

16h10 : Qi Gong - Résident 2ème étage

16h30 Patio : Jeu de question – Résident du 2ème étage

17h30 Patio : Jeu de question- Résident du 3ème étage

### 1er Étage

10h30 Salle d'activité/ciné Nouvelles du jour

11h Salle d'activité/ciné

Atelier mémoire

15h00 Salle d'activité/ciné atelier bien être 1er groupe

16h00 restaurant du 1er Café des amis

16h30 salle d'activité / ciné atelier bien être 2ème groupe

11h30 et 18h30 au restaurant du 1er étage« Dressons la table »

## **Mardi 29 Septembre 2020**

### 1er Étage

10h30 Salle d'activité/ciné revue « ça bouge »

11h00 Salle d'activité/ciné atelier créatif

15h00 Salle d'activité/ciné chanson souvenirs

16h00 restaurant du 1er Café des amis

16h30 Salle d'activité/ciné

Jeu de table

11h30 et 18h30 au restaurant du 1er étage« Dressons la table »

## **Mercredi 30 Septembre 2020**

12h00 Restaurant : Repas Alsacien

15h50 – 16h10 Patio : Gym douce, Résident du 2ème étage

16h10 – 16h30 Patio : Gym douce, Résident du 3ème étage

16h00 PASA : Écoute musicale – Résident du 2ème étage

17h00 PASA : Écoute musicale – Résident du 3ème étage

# PLANNING CRISTOLIENNE

---

## **Mercredi 30 Septembre 2020**

### 1er Étage

10h30 Salle d'activité/ciné Stimulation Cognitive

12h00 au restaurant Déjeunons ensemble

15h00 Salle d'activité/ ciné club ciné club + goûter

15h30 – 15h50 PATIO Gym Douce - Frank

11h30 et 18h30 au restaurant du 1er étage« Dressons la table »

## **Jeudi 01 Octobre 2020**

15h00 Pasa : Yoga – Résident du 2ème étage

15h30 Pasa : Yoga – Résident du 3ème étage

16h00 Patio : Jeux de table – Résident du 2ème étage

17h00 Patio : Jeux de table – Résident du 3ème étage

### 1er Étage

10h30 Salle d'activité /ciné : Jeu de mémoire

14h30 – 16h00 Cuisine 1er étage : Pâtisserie

16h00 rotonde : café des amis

16h30 – 17h00 Salle d'activité/ciné : nouvelles du jour

## **Vendredi 02 Octobre 2020**

15h Pasa : Revue de presse – Résident du 2ème étage

16h00 - 16h30 Restaurant RDC

Spectacle musicale avec Pierre Guérin : Résident du 1er étage

16h30 – 17h00 Restaurant RDC : Spectacle musicale avec Pierre Guérin

Résident du 2ème étage

17h00 – 17h30 Restaurant RDC

Spectacle musicale avec Pierre Guérin

Résident du 3ème étage

18h00 Pasa : Revue de presse – Résident du 3ème étage

# PLANNING BORDS DE MARNE

---

**Chers résidents,**

Les plannings d'activités seront disponibles via les panneaux.  
Belle semaine à tous !

# JEUX

MODIFICATION	INDICATEUR EN HAUT DU MÂT	POUR NE PARLER QUE DE MOI	DANS UNE SITUATION D'ÉCHEC	PERÇU PAR LE REGARD	ILS SONT PARES-SEUX DE PÈRE EN FILS
AUTHENTICITÉ	SÈCHE	VIRE		ARMÉE D'ANTAN	
			SOUMIT AU SUPPLICE		
			ATHÈNA À ROME		
BIÈRE BELGE			ANIMÉS DE DES-SEINS...		IL RESTE REBELLE AU PEIGNE
HOMMES DU SAMU			ORDONNE		
FRÉQUENT					
INAUGURERAI				ÉLÈVE DE L'ÉCOLE NAVALE	ON LA PREND AU FILET POUR SES FILETS
HONNÊTES					
MOT DE CHOIX					SYMBOLE CHIMIQUE DE L'ASTATE
		SUR UNE ANCIENNE ENVELOPPE		PLANTOIR DE VIGNERON	
QUI VIENNENT DE VOIR LE JOUR			ESQUIVE		

Site : Notre temps / Jeux

# SOLUTIONS JEUX

1	2	3	4	9	5	6	7	8
9	4	5	8	7	6	1	3	2
6	8	7	3	2	1	9	4	5
7	6	9	2	8	3	5	1	4
4	5	2	7	1	9	3	8	6
8	3	1	6	5	4	7	2	9
3	1	6	9	4	8	2	5	7
5	7	4	1	6	2	8	9	3
2	9	8	5	3	7	4	6	1



# LE MOT DE LA FIN

## 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

Chargée de communication

Aude M'Bongui

Documentation, mise en page

Aude M'Bongui

Edition

Les équipes d'animation

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