

ça bouge !

16
juillet
2021

ça bouge !

N°1513

CÉLÉBRATION DU CENTENAIRE DE
MADAME LENOIR À LA CITÉ VERTE



Revue hebdomadaire des
Résidences - Services ABCD

Bonjour à toutes et à tous,

Cette semaine la Résidence de la Cité Verte a célébré les 100 ans de Mme Lenoir. Un après-midi glace a été proposé aux Résidents.

Les Résidents de l'Abbaye ont visité Chantilly. Ils ont également découvert le Musée de la Résistance de Champigny-sur-Marne.

L'unité PHV découvre le parc Parrot World.

La Résidence de la Cristolienne célèbre le centenaire de Mme Poiret. Les Résidents visitent le parc des Félines.

Aux Bords de Marne, les Résidents ont été au parc France Miniature. Un grand barbecue a été organisé.

Retour sur l'assemblée générale de l'ASSAP.

Le colloque citoyennage fait sa synthèse.

Bonne semaine à tous,

Margaux MESLET
Responsable communication

Ça Bouge n°1513

17/07 > 23/07/2021

L'ACTU DES RÉSIDENCES

- CENTENAIRE DE MME LENOIR
À LA CITÉ VERTE

- SORTIE À CHANTILLY POUR
L'ABBAYE

- DÉCOUVERTE DE FRANCE
MINIATURE

- CENTENAIRE DE MME POIRET

- APRÈS-MIDI GLACES À LA CITÉ VERTE

- MUSÉE DE LA RÉSISTANCE

- BARBECUE AUX BORDS DE MARNE

- SORTIE AU PARC DES FÉLINS POUR
LA CRISTOLIENNE

- SORTIE AU PARC PARROT WORLD
POUR LA PHV DE L'ABBAYE

- ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DE L'ASSAP

- COLLOQUE CITOYENNAGE :

* MOTS DU PRÉSIDENT, M. WENDER

* SYNTHÈSE DU COLLOQUE

* ÉQUITHÉRAPIE, PAR MME
MONTAGNIER

ACTUALITÉS

- DEMANDE EN MARIAGE AU DÉFILÉ
DU 14 JUILLET

- JEUX : MOTS CROISÉS

- PLANNING ACTIVITÉS

CITÉ VERTE

CENTENAIRE DE MME LENOIR

Comme le dit la chanson « *on n'a pas tous les jours 20 ans...* ». 100 ans non plus et cela doit être un jour mémorable.

Mme Lenoir a offert le champagne et le gâteau, magnifique et délicieux, à tous les Résidents et personnels présents avec une mention particulière pour ceux du 1er étage qui veillent à son bien-être et son confort au quotidien.

L'émotion et la bonne humeur étaient présentes en cette journée. Mme Lenoir fut très touchée par toutes les attentions et témoignages de gentillesse prodigués par les Résidents et les personnels.

Tiziana, équipe d'animation



ABBAYE

SORTIE À LA JOURNÉE À CHANTILLY POUR LES RÉSIDENTS DE L'ABBAYE

Nous venons de reprendre les sorties à la journée. La première a eu lieu le 7 juillet à Chantilly en compagnie de Clément, un organisateur.

La journée a commencé par la visite d'une station de pompage datant de 1876. Ensuite a eu lieu le déjeuner, en terrasse, au restaurant « Le Vertugadin », avec une démonstration de la fabrication de la crème chantilly par le Chef. La journée s'est terminée par une balade en forêt de Chantilly avec une vue sur le Château de la Dame Blanche et des étangs de Commelles.

Les Résidents, participants à cette sortie, témoignent :

Pour Mme ROCHE : *« C'était très bien, Clément est très gentil et attentif. Ce que j'ai préféré, c'est la visite le matin de la station de pompage qui était vraiment très intéressante. »*

Mme VERDIER, témoigne : *« C'était très bien, Clément est un bon guide, attentif et gentil. Le restaurant était très bien, nous avons eu droit à une démonstration de chantilly qui nous a tous ravis. »*

Mme JACQUES explique : *« C'était bien, Clément est très bien, attentif et a bien expliqué. Le restaurant c'est que j'ai préféré, j'adore la chantilly. »*

Mme MULLE indique : *« J'ai beaucoup aimé la visite du matin à la station de pompage. Clément est très bien, il a bien expliqué et il est très attentif. Je n'ai pas eu à beaucoup marcher, ça j'ai vraiment apprécié. »*

Pour Mr BROT, *« c'était très bien, bien organisé. Clément est très gentil, parle bien. J'ai tout aimé de la visite le matin à la station de pompage, au restaurant et à la visite de la forêt l'après-midi. Je n'ai rien à redire. »*

Mme POSTORINO témoigne : *« Je suis ravie, Clément est*

ABBAYE

formidable, sympa et avec beaucoup d'humour. J'ai tout apprécié, le restaurant était très bien également. »

L'équipe de la vie sociale



BORDS DE MARNE

DÉCOUVERTE DE FRANCE MINIATURE

Ce jeudi 8 juillet, on a eu la chance de bénéficier d'un temps agréable, pour pouvoir apprécier complètement cette sortie exceptionnelle : la France en miniature.

Malgré certains efforts, on avait envie de continuer pour voir le prochain monument. Chaque effort a été récompensé.

Je me suis arrêtée au bord d'une église et j'ai observé : les statues sur celle-ci étaient sculptées. Je suis vraiment restée bouche bée face à ce travail qui reproduit la réalité dans les moindres détails. Le parc est très bien entretenu, respectant la géographie propre aux lieux.

Nous avons marché 3 heures mais, en une après-midi, nous avons parcouru les plus beaux monuments de France.

Vivement recommandé pour les bons marcheurs, c'est splendide !

Mme CAZALS, Résidente des Bords de Marne.



CRISTOLIENNE

CENTENAIRE DE MME POIRET À LA CRISTOLIENNE

Cette semaine, Madame POIRET, Résidente à la Cristolienne a célébré ses 100 ans. Entourée de sa famille et de ses proches, Mme Poiret a soufflé ses 100 bougies pour son plus grand bonheur. M. Champvert, directeur, accompagné de Mme Séverine PERREAU, conseillère municipale de Créteil et Claudine BLOUET, ancienne Maire adjointe de Créteil, ont souhaité leurs meilleurs voeux à Mme Poiret.

Un immense gâteau, un buffet sucré et le champagne ont accompagné cette magnifique célébration.

Pour l'occasion, Mme Poiret a également fait une exposition de ses oeuvres à l'ensemble des invités et Résidents de la Cristolienne. Dessins, peintures ou encore aquarelles ont émerveillé les convives.

Nous souhaitons une nouvelle fois un excellent anniversaire à Mme Poiret.



CRISTOLIENNE



CITÉ VERTE

APRÈS-MIDI GLACES À LA CITÉ VERTE

Est-il nécessaire que le soleil brille pour déguster des glaces ? Apparemment pas, et cela n'a pas empêché les Résidents de se régaler de crèmes glacées parfum vanille, café ou rhum raisin. Un grand merci à Mme Bonnardel qui s'est proposée pour le service.

Pour le prochain après-midi glaces, nous dégusterons des sorbets.

On attribue souvent la diffusion de la glace en Europe à Marco Polo, qui l'aurait découverte en Chine. Mais les Italiens connaissaient déjà cette douceur à l'époque de Néron. Ce dernier dégustait des sorbets à base de fruits écrasés dans du miel et mélangés à de la neige, qu'il se faisait livrer à Rome depuis les Alpes.

Il faut toutefois attendre l'an 1533 pour voir l'apparition « officielle » de la crème glacée. On doit cette invention aux cuisiniers, italiens, de Catherine de Médicis (1519-1589). Du XVIe au XVIIe siècle, la crème glacée se popularise dans les milieux aristocratiques et bourgeois

Tiziana, équipe d'animation



CITÉ VERTE



ABBAYE

VISITE DU MUSÉE DE LA RÉSISTANCE POUR LES RÉSIDENTS DE L'ABBAYE

Il y a quelques semaines, les Résidents de l' Abbaye ont visité le Musée de la Résistance à Champigny-sur-Marne. Un lieu plein de photos, de lettres de résistants, de journaux ou encore de tracts et d'objets d'époques.

Les Résidents ont apprécié ce voyage remontant le temps à cette époque difficile. Certains ont même raconté leur vécu, les souvenirs qu'ils en ont gardé.

Nous avons fait une plongée dans cette histoire de France à veille de la date anniversaire du premier discours prononcé par le Général de Gaulle à la radio de Londres, le 18 juin 1940.

La Vie Sociale de l'Abbaye.



BORDS DE MARNE

BARBECUE AU BORDS DE MARNE

Cette semaine, un barbecue a été organisé pour le troisième étage de la Résidence des Bords de Marne. Dans une ambiance folle avec de la musique, les Résidents ont dégusté un très bon repas. Merci à tous pour votre participation et à tout le personnel d'être venu partager avec nous.

L'équipe d'animation



LA CRISTOLIENNE

SORTIE AU PARC DES FÉLINS POUR LES RÉSIDENTS DE LA CRISTOLIENNE

Les Résidents de la Cristolienne ont découvert le parc des félins.
« *Nous avons passé une journée formidable, c'était très sympa d'être aussi près des animaux !* », voici les propos recueillis des Résidents qui ont participé à la sortie.
Une belle manière de se reconnecter avec la nature...

Wailada, équipe d'animation



ABBAYE - PHV

SORTIE AU PARC PARROT WORLD POUR LA PHV DE L'ABBAYE

Nous avons découvert un nouveau parc, qui possède une volière, où de nombreuses espèces se côtoient et partagent cet espace. Nous avons observé des flamants roses, des vautours et de nombreux perroquets. Une animatrice nous a raconté d'où provenait les espèces ainsi que leurs habitudes (nourriture, reproduction etc.). Le parc participe à la protection des animaux. Nous avons assisté au déjeuner des manchots et aperçu des panthères, se reposant dans leur logis. Nous avons pique-niqué dans le parc qui possède des espaces vert équipés de bancs et de tables couverts d'un toit et de nombreux snacks. C'est un petit parc chaleureux et fort agréable ouvert depuis un an.

L'équipe de la PHV



ASSAP

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DE L'ASSAP

Jeudi dernier s'est tenue l'Assemblée Générale de l'ASSAP, l'association de services à domicile de St Maur. Comme tous les ans, après l'Assemblée Générale ce fut l'occasion de se retrouver et passer un moment convivial.



En fin de soirée, nous avons eu la visite d'un hôte supplémentaire que l'on voit rarement à l'Abbaye.



De gauche à droite : M. Véchard, directeur départemental ARS 94, M. Champvert, directeur, M. Breton, Président de l'ASSAP, M. Berrios, Maire de Saint Maur, Mme Leraître, Marie Adjointe de Saint Maur, Mme Jeanvoine, conseillère départementale 94 ancienne Vice Présidente

CITOYENNAGE

COLLOQUE IDF « LES RETROUVAILLES »

Ce n'était pas pour moi à proprement parlé, des retrouvailles puisque c'était mon premier colloque. Je les ai quand même vécues un peu comme telles car j'y ai retrouvé des visages connus de personnes avec lesquelles j'avais participé à des événements Citoyennage.

Ces journées ont suscité chez moi un grand moment de bonheur et d'émotion. Le bonheur c'est de constater à quel point les membres de Citoyennage sont dynamiques, actifs et motivés. L'émotion est celle du président qui se sent porté par des personnes réelles avec lesquelles il se trouve en phase, ce qui contribuera à donner de la chair à ces interventions.

Parmi les faits marquants de cette rencontre, il faut souligner l'ovation que les résidents ont accordé aux professionnels lors de la session de clôture. Ils ont tenu à remercier l'ensemble des personnels qui contribue à rendre la vie agréable en établissement comme à domicile, du personnel de ménage à l'encadrement en passant par toutes les fonctions intermédiaires.

Je ne peux que dire merci à tous, participants et organisateurs qui ont fait de ce colloque une réussite pour le mouvement.

Philippe Wender juillet 2021

CITOYENNAGE



24ème Colloque Citoyennage Ile-de-France
21 au 24 juin 2021 au Domaine de Mont-Evray

"Désir de liberté, désir de vivre"

La crise sanitaire nous a plongé dans une situation particulièrement pénible.

Nous avons été isolés, confinés, « enfermés » alors que nous n'étions ni malades, ni fautifs. Nous avons été privés de nos libertés fondamentales, plus encore que le reste de la population. Cet isolement, nous l'avons subi parce qu'il fallait nous protéger d'une menace. En comprendre le sens ne nous a pas empêché d'avoir à vivre une épreuve de patience. D'autant que les informations matraquées par les médias ont créé et entretenu un climat de peur.

En temps de crise, nous comprenons que la sécurité soit nécessaire, mais nous avons vécu un sentiment de solitude, voire d'abandon, en établissement comme à domicile.

Beaucoup d'entre nous se sont sentis emprisonnés. En établissement, il a fallu revendiquer le droit de faire des promenades. Nos visites, enfin autorisées, se sont déroulées dans des formes de « parloir ».

Nous avons dû apprendre à nous évader : écrire, dessiner, peindre, lire, écouter de la musique... cultiver notre liberté intérieure, nos propres ressources.

Le téléphone, les appels vidéo nous ont aidé à vivre, à limiter l'isolement relationnel, mais ce n'est qu'un palliatif de présence.

Celle-ci passe d'abord par le contact et la chaleur humaine.

CITOYENNAGE

La distanciation sociale a donné un climat plus froid à nos relations, plus lointain, moins spontané. **Rien ne remplace la rencontre.**

Certains d'entre nous n'ont pas pu voir leurs enfants, petits-enfants, les derniers nés dans la famille. On nous a volé nos derniers plaisirs !

Nous avons réussi à avoir de la distraction. Mais nous avons souffert d'être à ce point isolés, ignorés, au risque de mourir d'enfermement, de mourir d'ennui.

La présence du personnel a été encore plus importante que d'habitude. En résidence comme à domicile, leur passage était parfois le seul contact que nous avons dans la journée. **Le personnel est un pilier dans notre quotidien.** Nous tissons des liens forts avec eux, **nous nous accompagnons les uns les autres.** Ils font de leur mieux, mais nous constatons qu'ils aimeraient pouvoir accorder plus de temps à chacun. **Il faut donc davantage de soignants et les rémunérer à la hauteur de la qualité de leur accompagnement, qui n'est pas seulement technique mais aussi moral.**

Nos libertés ont été malmenées. Cette période difficile nous a fait vivre beaucoup de contraintes, de manques et de restrictions. Elle nous a aussi permis de redécouvrir l'importance d'être libres. La liberté se décline de différentes manières. La liberté d'aller et venir est essentielle. La liberté d'expression doit toujours être préservée. C'est d'ailleurs l'objectif de notre association Citoyennage. La liberté de penser est inaliénable.

La liberté n'est toutefois jamais totale. Penser cela serait une illusion. Elle est toujours plus ou moins « encadrée », de manière à permettre de vivre ensemble. Les règles sont nécessaires, en temps de crise comme dans le quotidien. **Elles doivent cependant être adaptées, souples et prises en concertation avec les personnes concernées.** C'est cela qui les rend acceptables.

CITOYENNAGE

Dans les cas contraires, nous devons garder notre capacité de nous indigner, nous exprimer, nous révolter. **Il ne s'agit pas de décider pour nous, de tout organiser « pour notre bien ». Nous voulons continuer de choisir pour nous-mêmes, quitte à prendre quelques risques.**

Aujourd'hui, il est temps de sortir de la crise. Nous en avons ras-le-bol des restrictions. Nous devons nous tourner vers autre chose, retrouver une vie normale.

Être libre reste un combat de tous les jours. Les contraintes ne sont acceptables qu'à condition d'être comprises, et qu'elles s'inscrivent dans un engagement réciproque.

En vieillissant, nous pouvons être confrontés à la maladie ou au handicap. Nous pouvons alors nous sentir limités dans nos capacités d'agir et de vivre nos libertés. **C'est le fait de compenser nos difficultés qui nous permet de continuer à nous sentir libres.**

En établissement comme à domicile, cela nécessite un personnel en nombre suffisant et bien formé. Il nous faut aussi des moyens financiers pour pouvoir sortir, avoir une vie sociale et vivre pleinement. Nous attendons une grande loi sur l'autonomie qui prenne bien cela en considération.

Rester libre malgré la perte d'autonomie nécessite solidarité et entraide. Cela demande également une volonté personnelle et une acceptation de la situation. Il ne faut pas en avoir honte.

La liberté, ce n'est pas pouvoir faire tout ce qu'on voudrait, mais faire tout ce qu'on peut. Et il reste toujours beaucoup de choses que l'on peut faire.

La liberté, c'est aussi une question de droits et de devoirs. Ce n'est pas seulement une notion individuelle. C'est une question de responsabilité collective. La vaccination suscite d'ailleurs beaucoup de débats sur ce point.

Après cette période de crise que nous avons traversée et malgré les épreuves et les pertes, il nous faut réinvestir la vie et les autres.

CITOYENNAGE

Nous désirons retrouver la vie d'avant, et même mieux... Il ne s'agit pas seulement d'un désir, mais d'une volonté forte. Nous avons besoin de retrouver les petits bonheurs du quotidien, de créer des occasions de renouer avec la convivialité, avec les sorties, y compris le soir. **Vieillir n'empêche pas de rester libre et vivant.**

Nous avons besoin de ces retrouvailles : créer des relations entre personnes du même âge, mais aussi rencontrer et vivre au contact des autres générations. Une société solidaire et libre est une société où le brassage entre générations s'opère.

Les liens avec les professionnels sont très importants pour nous. Nous avons besoin d'un personnel stable que nous connaissons bien pour construire une relation de confiance et de qualité.

Le personnel n'est pas interchangeable. Il faut aussi plus de personnel pour mieux s'ajuster à nos désirs.

Avec l'avancée en âge, le partage prend davantage d'importance.

Ce n'est pas toujours facile d'aller vers l'autre, mais à travers l'entraide et la main tendue, on ne laisse personne de côté.

Il ne faut pas non plus se laisser faire et savoir aussi dire non.

On apprécie la vie d'autant plus qu'on en connaît la valeur en avançant en âge. On peut aller au-delà des préjugés liés à l'âge, oser, prendre un rôle et réaliser des choses qui sortent des conventions sociales.

A domicile, nous avons besoin de plus de contacts et d'une vie sociale plus riche. Participer aux activités et sorties proposées par les établissements peut correspondre à nos attentes et nos besoins en termes de vie sociale et culturelle. **Il faut développer les liens, l'ouverture de part et d'autre.** La culture est un grand espace de partage. Nous en avons besoin pour renouer avec notre créativité et nos rêves.

L'expérience de la crise sanitaire nous a révélé combien il est

CITOYENNAGE

important de cultiver la fraternité et le lien social.

Nous avons envie de vivre, mais pas dans n'importe quelles conditions. Celles-ci doivent évoluer, s'améliorer. Nous devons ensemble réinventer l'avenir. C'est le moment de formuler ce que nous désirons.

Texte élaboré à partir des travaux de : la Résidence des Bords de Marne à Bonneuil sur Marne, la Résidence Geneviève Laroque à Morangis, la Résidence Geneviève de Gaulle à Villebon, la Résidence de l'Abbaye à Saint Maur, les participants du domicile (Val de Marne), la Résidence La Cristolienne à Créteil, la Résidence des Quatre Saisons à Bagnolet, la Résidence La Cité Verte à Sucy en Brie, la Résidence Soleil d'Automne à Fresnes, les Résidences Pays de France Carnelle à Viarmes et Luzarches, la Résidence et la Résidence autonomie Pierre Tabanou à l'Haÿ les Roses ; et avec la participation de la Résidence Le Grand Mont du Controis (41), la Résidence La Bonne Eure à Bracieux (41), la Résidence La Favorite à Cour Cheverny (41)

Ont participé à la rédaction de la synthèse : Mme Galland, M. Gerfault, M. Huzar, Mme Lévy, M. Massault, Mme Montagnier, M. Mort, Mme Pattein, M. Wender

Projet initié par



avec le soutien de



CITOYENNAGE



CITOYENNAGE

L'ÉQUITHÉRAPIE

Dans un article (1) du 27 juin intitulé « S'Élancer, petit acte de foi dans l'obscurité présente » je relève une phrase qui ressemble à la démarche que je vais évoquer : « *nous vivons si souvent en croyant que l'existence est derrière nous, que tout est joué* ».

Qui aurait dit que moi, qui n'avait jamais pratiqué l'équitation, j'accepterai la proposition de ma fille de participer à la préparation de sa spécialisation en équithérapie qu'elle menait. Et pourtant, sans doute parce que j'avais confiance dans le savoir et l'art de celle-ci, j'acceptais malgré mes 83 ans.

Me voilà à cheval, confiante également dans la monitrice d'équitation d'équithérapie en binôme avec ma fille. J'apprends, doucement, séance après séance, à mettre Tiago - tel est le nom de mon compagnon équestre - en mouvement puis à lui indiquer les directions, ce qui nous permet à tous les deux de suivre un parcours pensé à l'avance grâce à des plots, des barres, des bâtons dressés à équidistance l'un de l'autre reconnaissables à leur petit drapeau. J'apprends donc à tourner au milieu de ces repaires. Que dit mon corps ? Il comprend. Il suit. Il s'adapte. Je m'étonne de ce qu'il faut bien appeler ma souplesse, reconnaissante aux muscles de mon corps de si bien s'adapter et me porter dans une suite de positions dont il n'a pas l'habitude. Du coup, je me redresse, regarde loin, fait corps avec Tiago.

Il m'est proposé alors une promenade dans la campagne environnante qui s'y prête parfaitement. Et là, au pas de son cheval, j'ai le temps de penser aux images engrangées au long de mes lectures m'amusant d'y côtoyer de belles demoiselles et leurs cavaliers émérites. Cette pensée me fait rire énormément,

CITOYENNAGE

longtemps.

Je vous quitte sur ce rire, à la fois de bonheur et d'encouragement pour que d'autre profitent de cette aubaine impensable l'année d'avant (après 2 mois d'hôpital suite au coronavirus).

Écrit par Mme Montagnier, bénéficiaire de nos services à domicile et participante au colloque Citoyennage.

(1) dans le Bloc-notes de Frédéric Boyer, écrivain. La Croix L'HEBDO 26/27 juin 2021.



ACTUALITÉS

14-JUILLET - Peu de temps avant de défiler sur les Champs-Élysée mercredi, un soldat a posé son genou au sol, main tendue vers sa compagne, pour la demander en mariage. Le futur époux raconte ce moment d'"émotion intense".

S'unir pour la vie le jour de la fête nationale, sous les yeux de la France entière. De nombreux couples en rêveraient... Avant de défiler avec son régiment sur les Champs-Élysée à Paris, mercredi matin, un soldat s'est agenouillé pour faire sa demande en mariage. Il revient sur *"cette émotion intense"* dans le reportage de TF1 en tête de cet article. *"C'est la femme de ma vie"*, confie-amoureusement Maximilien, 26 ans, élève officier de l'École militaire des aspirants de Coëtquidan (Emac) dans le Morbihan. *"J'avais un bégaiement dans la voix, j'y ai repensé pendant tout le défilé."*

Sa compagne, prise au dépourvu, *"ne s'y attendait pas du tout"*, ajoute l'aspirant Maximilien. *"Je l'ai faite se lever très tôt, elle n'était pas complètement réveillée"*, plaisante celui qui a fait sensation sur les réseaux sociaux. *"J'ai vu ses yeux illuminés, c'était extraordinaire."* Les proches et les supérieurs du futur époux n'étaient pas non plus au courant qu'il allait faire sa déclaration sur les pavés de la capitale : *"C'était la surprise pour tout le monde"*, précise le militaire. *"Avant, ce n'était qu'une rumeur."* Si cette demande en mariage n'était pas préméditée, il *"(attendait) ce moment depuis longtemps"*, reconnaît-il. De plus, le 14-Juillet était symbolique pour le jeune homme : *"Paris, c'est ma ville, c'est aussi la plus belle ville du monde, et c'était mon premier défilé : un triple évènement pour moi !"*

Cette séquence s'est répandue sur Internet tout au long de la journée, jusqu'à émouvoir le Président de la République. Emmanuel Macron leur a en effet souhaité *"tous (ses) vœux de bonheur"* sur Twitter quelques heures plus tard.

Source : LCI

JEUX

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
I										■					
II								■							
III													■		
IV				■											
V									■						
VI					■									■	
VII		■									■		■		
VIII						■									
IX	■								■						■
X					■					■					■
XI			■				■						■		
XII													■		
XIII				■				■							
XIV							■					■			
XV			■												

HORIZONTALEMENT

I. Petites soeurs de lama. Dragon de vertu. II. Résumé. Qui se rapporte aux résineux. III. Façon de faire du plat. Chaîne alimentaire. IV. Les serpents en font partie. Qui disparaît lentement. V. Inséparable. Carrosse des lavandières. VI. Il définit l'activité et la toxicité de médicaments. Larve de crustacés. VII. Qui ne dépend que du libre choix. Association d'Etats. VIII. A patte d'éléphant. Valaisanne qui a l'oeil sur le château de Valère. IX. Monter à la tête (s'). Eclairé. X. Déjà mentionné. Chef de tribu. Unité de pression anglo-saxonne. XI. Préposition. Maison de fous. Pas reconnue. Création de Jacuzzi. XII. Donc impossible à contredire (2 mots). Symbole d'une unité de mesure de capacité. XIII. Préfixe numérique. Suffixe pour gentilé. Qui a rapport à la matrice. XIV. Ad hoc. Sur la rose des vents. Auteur de "*L'opium des intellectuels*". XV. Quand il arrive, il est forcément nouveau. Récemment.

VERTICALEMENT

1. Se dit en cas d'espoir déçu. Bonne ou mauvaise fortune. 2. Immenses quantités. Vernie mais pas pour autant brillante. 3. Paresseux à cinq doigts. C'était los. 4. Flute commune. Détériorations progressives. La même chose, en bref. 5. Aller sans but précis. Vie mouvementée. Figure emblématique. 6. Musicien britannique (Cat). Dérailler. 7. Elles sont fans de Yannick Noah. Symbole d'un gaz rare. 8. Roulèrent dans la farine. C'est positif.. 9. Justine et Juliette le menèrent à la prison. Parti politique français. Complément d'oie. 10. Genre de précieuses ridicules du 19ème siècle. Aller en justice. 11. Epinglai. Plante odorante de la famille des labiées. 12. Pratiquions une ablation chirurgicale. Boîte à chaussures. 13. Ecole d'ingénieurs française. Sont à fleur de peau. Porteuse de cornes. Feu intérieur. 14. Régime minceur. Passé de mode. Girouette de bateau. 15. Qui mange des radis vu la pénurie de blé. Grande capacité.

PLANNING ABBAYE

Samedi 17 Juillet

15h00 : Lecture de la revue « ça bouge » - Espace bar

16h15 : Spectacle de variétés françaises en compagnie de Sébastien Charluet - Grand restaurant

3ème Bellay

11h00 : Entretien terrasse

15h00 : Jeux de table

4ème Bellay

10h30 : Danse

11h30 : Vie quotidienne

14h00 : Temps calme

16h30 : Poésies et Fables

17h00 : Temps de parole

Unité PHV :

10h00 : Accompagnement Individuel « Prendre soin de son chez soi »

13h00 : La Balade

14h00 : Réunion des Résidents - Rotonde 3e

16h15 : Spectacle « Sébastien Charluet »

20h15 : Raconte-moi une histoire

Dimanche 18 Juillet

15h30 : Grand Loto - Grand restaurant

3ème Bellay

11h00 : Diffusion de la messe

4ème Bellay

10h30 : Retransmission de la messe

11h30 : Vie quotidienne

14h00 : Temps calme

16h00 : Goûter du Dimanche

16h30 : Petit Bac

17h00 : Temps de parole

Unité PHV :

10h00 : Accompagnement individuel « Prendre soin de son chez soi »

13h00 : Balade

13h30 : Temps de repos

15h30 : Grande Loto - Grand Restaurant

20h15 : Raconte-moi une histoire

Lundi 19 Juillet

10h15 : Atelier NTIC - Café littéraire

15h00 : Vidéo « L'Aile ou la Cuisse » - Théâtre

17h00 : Bingo - Espace bar

PLANNING ABBAYE

3ème Bellay

11h00 : En route pour le pressing

15h00 : Jeu interactif

15h00 : Vidéo - Théâtre

16h45 : Jeu de questions

4ème Bellay

10h30 : Motricité jeux de Ballons

11h30 : Vie quotidienne

14h00 : Émission temps calme

15h30 : Petit BAC

17h00 : Lecture / Temps de parole

Unité PHV :

10h15 : Atelier NTIC - Café littéraire

10h30 : Jeux de société - Rotonde 3e

13h00 : La balade

13h30 : Temps de repos

15h00 : Pétanque

15h00 : L'aile ou la cuisse - Théâtre

17h00 : Bingo

20h15 : Raconte-moi une histoire

Mardi 20 Juillet

14h00 : Tranche de vie - Espace bar ou Terrasse

15h00 : Atelier créatif - Café littéraire

15h30 : L'heure musicale - Théâtre

17h00 : Jeux de questions - Espace bar

17h00 : Club mémoire 2ème Castel, Monique Bouchot - Café littéraire

3ème Bellay

11h00 : Atelier boulangerie

11h00 : En route pour le pressing

15h30 : Heure musicale - Théâtre

17h00 : Jeu interactif

4ème Bellay

10h30 : Danse

11h30 : Vie quotidienne

14h00 : Temps calme

15h00 : Atelier pâtisserie 1 mardi / 2

16h30 : Poésies et Fables

17h00 : Lecture / Temps de parole

Unité PHV :

10h30 : Atelier travaux manuel - Rotonde 3e

13h00 : La balade

PLANNING ABBAYE

13h30 : Temps de repos
15h00 : Atelier créatif
15h30 : Heure musicale
17h00 : Revue de Presse
20h15 : Raconte-moi une histoire

Mercredi 21 Juillet

10h00 à 11h45 : Les Résidents vous accueillent à La Boutique - Allée Commençante
10h30 : Atelier poterie groupe 1 - Café littéraire
15h00 : Jeux de table - Espace bar
16h45 : Loto - Espace bar
17h00 : Club mémoire 1er Bellay et 1er Castel, Monique Bouchot - Café littéraire

3ème Bellay

11h00 : En route pour le pressing,
16h45 : Jeu interactif

4ème Bellay

10h30 : Motricité
11h30 : Vie quotidienne
14h00 : Temps calme
16h00 : Mise en voix avec Cathy
17h00 : Lecture / Temps de parole

Unité PHV :

10h00 - 11h45 : Petite boutique
10h30 : Atelier poterie (Groupe 1)
10h30 : Jeux au tableau - Rotonde 3e
13h00 : La Balade
13h30 : Temps de repos
14h00 : Sortie cinéma
20h15 : Raconte-moi une histoire

Judi 22 Juillet

09h00 : Sortie Parc des Félines
11h00 : Atelier Happy Jardinnet - Terrasse
14h30 : Pétanque - Terrain de pétanque
16h00 : Après-midi gourmand variétés françaises en compagnie de Pierre Guerin
- Grand restaurant
16h00 : Messe - Oratoire

3ème Bellay

11h00 : Atelier Tricot
11h00 : En route pour le pressing
15h00 : Après-midi musical

4ème Bellay

PLANNING ABBAYE

10h30 : Chant
11h30 : Vie quotidienne
14h00 : Temps calme
15h00 : Atelier pâtisserie 1 jeudi/2
15h30 : Petit Bac
17h00 : Lecture / Temps de parole

Unité PHV :

09h00 : Parc des flins (sur inscription)
10h30 : Quizz musical
12h00 : Balade
13h30 : Temps de repos
14h30 : Temps individuels
16h00 : Après-midi gourmand « Pierre Guerin »
18h30 : Apéro dînatoire
20h00 : Raconte-moi une histoire

Vendredi 23 Juillet

10h00 à 11h45 : Les Résidents vous accueillent à La Boutique - Allée Commençaute
12h00 : Barbecue - Terrasse
14h30 : Atelier d'écriture - Salle Jumeaux et plus
15h30 : Exercices corporels - Salle bien être
16h45 : Revue de presse - Espace bar
17h00 : Club mémoire 2ème Bellay, Monique Bouchot - Café littéraire

3ème Bellay

11h00 : En route pour le pressing
15h00 : Jeu de questions
16h30 : Gym douce

4ème Bellay

10h30 : Écoute musicale
11h30 : Vie quotidienne
14h00 : Temps calme
15h00 : Préparation de gourmandises
16h00 : Bar des Amis
17h00 : Lecture

Unité PHV :

10h00 - 11h45 : Petite boutique
10h30 : Préparation pâtisserie
12h00 : Barbecue (groupe 1) - (JG-FB-NL-NP-SO)
13h00 : La Balade
13h30 : Temps de repos
16h00 : Goûter spécial -Rotonde 3e
20h15 : Raconte-moi une Histoire

PLANNING BDM

Samedi 17 Juillet

11h00 : Réveil musculaire - Salle du parc

14h30 : Cinéma - Salle du parc

17h00 : La grande roue - Cafétéria

Animation 3ème étage

11h00 : Activité à la carte

15h00 : Jeux de table

Dimanche 18 Juillet

10h30 : Promenade matinale sur RDV

11h00 : Revue de presse - Salle du parc

14h30 : Jeux de table - Cafétéria

17h00 : Grand bingo - Cafétéria

Animation 3ème étage

11h00 : Activité à la carte

15h00 : Jeux de table

Lundi 19 Juillet

10h00 : Share Ami sur RDV

11h00 : Bonjour chez vous sur RDV

11h00 : Exercices corporels - Salle du parc

12h00 : Repas rencontre

14h30 : Jeux de société - Terrasse

15h00 : Jeux de connaissance - Cafétéria

15h00 : Assemblée de prière - Salle du parc

16h00 : Heures Savoureuses - Cafétéria

16h30 : Ambiance musicale - Cafétéria

Animation 3ème étage

10h15 : Exercices corporels

11h00 : Jeux cognitif

15h00 : Heures savoureuses / accordéon

Activités club

10h45 : Atelier mains verte

15h00 : Jouer avec les mots - 3e Salle du club

Mardi 20 Juillet

10h30 : Promenade matinale sur RDV

11h00 : Atelier informatique - Salle du parc

PLANNING BDM

14h30 : Jeux de société - Terrasse

15h00 : Club culture « le thème vous sera communiqué lors de l'annonce micro » - Cafétéria

17h00 : Jeux de question - Cafétéria

Animation 3ème étage

08h00 : Petit déjeuner gourmand - Cafétéria

15h00 : Jeux de table

15h00 : Atelier beauté

17h00 : Jeux de question - RDC

Activités club

08h00 : Petit déjeuner gourmand - Cafétéria

11h00 : Atelier créatifs

Mercredi 21 Juillet

11h00 : Réunion citoyennage - Salle artistique

11h00 : Tai-chi - Salle du parc

15h00 : Conférence de Michel « l'année 1789 » - Cafétéria

17h00 : Bingo - Cafétéria

Animation 3ème étage

10h30 : Gym détente

11h00 : Revue de presse

11h30 : Atelier cognitif

15h00 : Couture

15h30 : Do Re Mi - 3e étage

Activités club

10h45 : Rencontre autour d'un thème

15h00 : Correspondance de l'être

16h00 : Collation entre amis

Jeudi 22 Juillet

11h00 : Documentaire «Hawai » - Salle du parc

14h00 : Sortie Maison caillebotte et exposition peinture

15h00 : Atelier de mémoire - Cafétéria

17h00 : Jeu mystère - Cafétéria

Animation 3ème étage

10h30 : Gym détente

11h00 : Revue de presse

PLANNING BDM

11h30 : Atelier cognitif

15h00 : Jeux de table

17h00 : Jeux mystère au RDC

Vendredi 23 Juillet

11h00 : Revue de presse - Salle du parc

11h00 : L'épicerie fine - Cafétéria

12h00 : Sortie restaurant « la criée »

15h00 : Color Art - Cafétéria

15h00 : Gym douce - Salle du parc

16h00 : Collation entre amis en terrasse

19h00 : Repas Hawaïen - Cafétéria

Animation 3ème étage

10h00 : Revue de presse

15h00 : Jeux de table

19h00 : Repas Hawaïen - Cafétéria

PLANNING CITÉ VERTE

Samedi 17 Juillet

15h30 : Conférence avec Philippe Prévot	Françoise
17h00 : Jeux de société aux étages	
3ème étage : 11h00 : Décoration sur l'Italie	Déborah
15h30 : Spectacle de chansons avec Sylvain	

Dimanche 18 Juillet

10h30 : Sortie « Exposition de voitures anciennes » à Sucy	Françoise
17h00 : Jeux de société aux étages	
3ème étage : 10h30 : Sortie « Exposition de voitures anciennes »	
15h30 : Décoration sur l'Italie	Déborah

Lundi 19 Juillet

10h30 : Atelier peinture avec Gildas - Salle d'activités	
15h30 : Atelier peinture avec Gildas - Salle d'activités	
17h00 : Chiffres et lettres - Bibliothèque	Cindy
3ème étage : 11h00 : Distribution de courrier	Déborah
15h30 : Quizz sur l'Italie	Déborah

Mardi 20 Juillet

12h00 : 108 ans de Mme Marthe Hallak	
10h30 : Boutique et Point Guichet	Sylviane, Geneviève
14h30 : Équilibre et Prévention des chutes - Salle d'activités	Maëlle
15h30 : Équilibre et Prévention des chutes - Salle d'activités	Maëlle
17h00 : Mots croisés	Tiziana
3ème étage : 12h00 : Sortie restaurant italien	Déborah et Laeticia
15h30 : Clef des chants avec Isabelle Simon	Pasa

Mercredi 21 Juillet

10h30 : Préparation du repas froid d'été	Tiziana et Cindy
12h00 : Repas d'été Salade italienne	Terrasse
15h30 : Spectacle de chansons avec J.P Talmont	Tiziana
17h00 : Jeux de société - Étages et RDC	Cindy
3ème étage : 11h00 : Sortie Promenade ou gym douce	Déborah
15h30 : Spectacle de chansons avec J.P Talmont- RDC	

Jeudi 22 Juillet

15h30 : Art floral « bleuet »	Cindy
17h00 : Jeu de questions - Bibliothèque	Françoise
3ème étage : 11h00 : Écoute musicale	Cindy
15h30 : Contes - Pasa	

PLANNING CITÉ VERTE

Vendredi 23 Juillet

15h00 : Ciné-club « La France vue du ciel » - Salle d'activités Tiziana

17h00 : Panneau photos

3ème étage : 11h00 : Lecture

Tiziana

17h00: Art floral

Françoise

PLANNING CRISTOLIENNE

Samedi 17 Juillet

15h00 : Salle PASA - Revue de presses

16h30 : Salle PASA - Conférence spéciale « Tour du monde » en compagnie de Eric MILLE

Dimanche 18 Juillet

11h00 : Salle PASA - Émissions Religieuses

16h00 : Salle PASA - « Ciné-club » : « À la recherche du bonheur » « *Représentant de commerce, Chris Gardner a du mal à gagner sa vie. Il jongle pour s'en sortir, mais sa compagne supporte de moins en moins leur précarité. Elle finit par quitter Chris et leur petit garçon de cinq ans, Christopher. Désormais seul responsable de son fils, Chris se démène pour décrocher un job, sans succès. Lorsqu'il obtient finalement un stage dans une prestigieuse firme de courtage, il se donne à fond.* »

Lundi 19 Juillet

10h00 : Hall d'Accueil - Visite de la Roseraie (sur inscription)

15h30 : Salon du patio - Qi Gong avec Franck BERNIER

16h00 : Restaurant - Carré musical

17h30 : Salle PASA - Loto

1er étage

10h30 : Salle d'activité - Gym équilibre

11h00 : Salle d'activité - Jeu de mémoire

15h00 : Salle d'activité - Carré musical

16h30 : Salon - musique dance

Mardi 20 Juillet

11h15 et 14h30 : Hall d'Accueil - « à vos baskets », si le temps le permet (sur inscription)

15h00 : Salon du Patio - Atelier peinture avec Gildas

16h30 : Dans le parc de l'hôpital A.Chenevier - Pétanque

17h30 : Salle PASA - Atelier bien être

1er étage

10h30 : Salle d'activités polyvalente - Atelier peinture avec Gildas

15h00 : Rotonde - Atelier pâtisserie

16h00 : Restaurant du 1er - Café des amis

16h30 : Salle d'activités - Chanson souvenir

11h30 et 18h30 : Restaurant du 1er étage - « Dressons la table »

PLANNING CRISTOLIENNE

Mercredi 21 Juillet

11h15 et 14h30 : Hall d'Accueil - « à vos baskets », si le temps le permet (sur inscription)

15h30 : Salon du Patio - Gym douce avec Franck BERNIER

16h30 : Salon boutique - Bowling

17h30 : Salle PASA - Karaoké

1er étage

10h30: Salle des activités - Atelier bien-être

14h00 : Salon - Visite de l'Orangerie de Sucy en Brie (sur inscription)

Jeudi 22 Juillet

11h15 et 14h30 : Hall d'Accueil - « à vos baskets », si le temps le permet (sur inscription)

12h00 : Terrasse - Barbecue (sur inscription)

14h30 : Hall d'Accueil - Parc zoologique de Paris (sur inscription)

15h00 : Salon du patio - Yoga avec Nathalie TERNAT

16h30 : Salon jardin ou terrasse - Jeux de tables

14h30 : Salon - Parc zoologique de Paris (sur inscription)

11h30 et 18h30 : Restaurant du 1er étage - « Dressons la table »

Vendredi 23 Juillet

16h30 : Restaurant - Après-midi gourmand en compagnie musicale de Pier GUERIN

LE MOT DE LA FIN ET SOLUTIONS

SOLUTIONS DU JEUX

HORIZONTALEMENT :

I. BONZESSES. PRUDE. II. ECOURTE. ABIETIN. III. RENTREDEDANS. ED. IV. NAC. EVANESCENTE. V. INHERENT. BAQUET. VI. QSAR. NAUPLIUS. VII. LOISIBLE. UE. VIII. EVASE. SEDUNOISE. IX. ENIVRER. SENSE. X. DITO. ASER. PSI. XI. EN. NID. NIEE. SPA. XII. SANSCONTESTE. EL. XIII. TRI. OTE. UTERINE. XIV. IDOINE. SSE. ARON. XV. NE. DERNIEREMENT.

VERTICALEMENT :

1. BERNIQUE. DESTIN. 2. OCEANS. VEINARDE. 3. NONCHALANT. NIO. 4. ZUT. EROSIONS. ID. 5. ERRER. IEV. ICONE. 6. STEVENS. RADOTER. 7. SEDANAISES. NE. 8. ENTUBERENT. SI. 9. SADE. PLD. RIEUSE. 10. BASBLEUS. ESTER. 11. PINCAI. NEPETE. 12. RESEQUIONS. ERAM. 13. UT. NUS. ISIS. IRE. 14. DIETE. USE. PENON. 15. ENDETTEE. TALENT.

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

Documentation, mise en page

Margaux MESLET

Édition

Les équipes d'animation

Et pour ce numéro : Les équipes d'animation Abbaye, Bords-de-Marne, Cité Verte et Cristolienne, Mme CAZALS, l'équipe de la PHV de l'Abbaye, M. WENDER, Mme MONTAGNIER