

ça bouge!

26
Mai
2017

ça bouge!

N° 1309

Nouvel an KHMER à la Résidence de l'Abbaye



Ca bouge dans les Résidences !

Cette semaine dans ça bouge les Résidents de l'Abbaye ont voyagé au Cambodge en célébrant le nouvel an Khmer. Au programme : repas typique et danses traditionnelles.

Les résidents des Bards de Marne quant à eux, se sont mis au vert en créant un potager.

" C'est un cap, c'est un pic, c'est une péninsule"... Vous reconnaîtrez par ces quelques mots la célèbre tirade des Nez déclarée par Cyrano de Bergerac, pièce de théâtre à laquelle ont assisté les Résidents de la Cité Verte.

Excellente semaine à tous.

Sophie RENAULT
Adjointe de communication



L'ACTU DES RÉSIDENCES

ALIZ'ART EXPOSE

NOUVEL AN KHMER

NAISSANCE D'UN POTAGER

SORTIE AU THÉÂTRE

HEURESSAVOUREUSESAL'ABBAYE

SCIENCES

POURQUOI FAIT-IL PLUS FROID EN ALTITUDE ?

SOCIÉTÉ

DEPUIS QUAND AVONS NOUS DES GRANDS-PARENTS ?

ANIMAUX

LA SURVIE DES LOUPS EST-ELLE REMISE EN CAUSE ?

JEUX

CALENDRIER DES RÉSIDENCES

Ça Bouge n°1309

27 mai > 2 juin 2017

ACTU DES RÉSIDENCES



www.alizart.fr

ALIZ'ART expose



du 1er juin 2017 au 30 août 2017

Huiles, Aquarelles, Acryliques...

Entrée libre

**Résidence de l'Abbaye
10 A quai Beaubourg 94100 SAINT MAUR
Tél 01 55 12 17 20**

ACTU DES RÉSIDENCES

Nouvel an KHMER à la Résidence de l'Abbaye



Dimanche 30 avril, à l'occasion du nouvel an KHMER, les Résidents et leurs familles et amis ont pu apprécier un repas typique cambodgien au grand restaurant de la Résidence. Pour l'occasion l'association SELEPAK KHMER a présenté un spectacle de danses et musiques traditionnelles. Les Résidents, leurs invités et le personnels ont tous passé un très bon moment.

ACTU DES RÉSIDENCES



ACTU DES RÉSIDENCES



ACTU DES RÉSIDENCES



ACTU DES RÉSIDENCES

Naissance d'un potager à la Résidence des Bords de Marne



En avant vers le rayon des plantes potagères.

"Il a fallu un peu de temps de maturation pour voir naître ce potager et se décider sur le choix du matériel et des plantes potagères. Deux visites chez Jardiland ont été nécessaires pour se mettre d'accord sur le choix du matériel et des plants.

Pour ce début d'expérience, notre choix s'est porté sur des Tomates cerises, des fraises, des concombres et quelques salades.

Pendant cette année estivale, plusieurs résidents s'adonneront au plaisir du jardinage au sein de l'Atelier Mains Vertes. On attend l'été avec impatience pour pouvoir déguster le...les fruits de notre travail !"

Animation : Elisabeth

ACTU DES RÉSIDENCES



A la recherche des meilleures plantes.



L'éveil des sens.

ACTU DES RÉSIDENCES



ça sent bon !



Le plaisir de jardiner ou de regarder.

ACTU DES RÉSIDENCES



Les conseils d'une experte.



Le potager est enfin là !

ACTU DES RÉSIDENCES

Sortie au théâtre pour les Résidents de la Cité Verte



" C'est un cap, c'est un pic, c'est une péninsule » Vous reconnaitrez par ces quelques mots la célèbre tirade des Nez déclarée par Cyrano de Bergerac, pièce de théâtre que nous avons eu le plaisir d'aller voir à l'espace Jean-Marie Poirier de Sucy en Brie. Ce fameux texte d'Edmond Rostand a été formidablement interprété. Nous avons apprécié le jeu des acteurs, (12 en tout) dont les célèbres comtes de Gascogne, qui rendaient hommage au célèbre régiment de Louis XIII. Les costumes d'époques étaient magnifiques. Chaque acte était introduit par un violoniste de grand talent qui donnait d'emblée le ton de la scène. Cette histoire d'amour ou le jeu des sentiments est mis à l'honneur ne nous a pas laissé indifférents, c'est aussi une belle leçon d'humanité. En sortant nous avons pu discuter avec les artistes et les féliciter bien chaleureusement."

Le comité de rédaction :
Mme Champvert, Mme Ricci, Mme Connan et Françoise

ACTU DES RÉSIDENCES



DOMICILE

Heures savoureuses à l'Abbaye

La Résidence de l'Abbaye propose aux clients de Domicile et Services la possibilité de participer à l'animation "Les heures savoureuses"



LES HEURES SAVOUREUSES DE L'ABBAYE

- **Après-midi gourmand du jeudi**
Dégustation de gaufres, crêpes, salades de fruits ... 4,70€
- **Repas à thème mensuel**
Cuisine régionale, cuisine du monde ... 11,20€

POSSIBILITÉ
TRANSPORT
ACCOMPAGNÉ

Contactez
nous



01.49.76.60.85



01.49.76.27.66



01.55.12.17.37



SCIENCES

Pourquoi fait-il plus froid en altitude ?



Dans la nuit de dimanche 20 mai à lundi 21 mai, le Catalan Kílian Jornet est parvenu au sommet de l'Everest en seulement 26 heures. Une ascension d'autant plus incroyable qu'il l'a réalisée sans oxygène, sans équipement lourd et sans passer de nuit dans un camp d'altitude. Une sorte de sprint jusque sur le « toit du monde » situé à 8 848 mètres d'altitude. Il a ainsi dû faire face au manque d'oxygène mais aussi aux températures extrêmes.

L'atmosphère se raréfie en altitude

Or, la capacité de l'air à emmagasiner de la chaleur et à la restituer est proportionnelle à sa densité. Comme l'air devient de moins en moins dense au fur et à mesure que l'on monte, la pression atmosphérique baisse et la chaleur est en quelque sorte « diluée ». Bien que le soleil devienne plus proche, la température ressentie diminue ainsi en moyenne de 1 °C à chaque fois que l'on monte de 100 m. Mais attention, la sensation de froid masque l'effet des rayons UV et infrarouges encore plus intenses car moins filtrés.

Source: ça m'intéresse

Depuis quand avons-nous des grands-parents ?



Les grands-parents remontent à la Préhistoire. Avant, on atteignait rarement l'âge de 30 ans : celui de la procréation étant estimé à 15 ans, difficile de devenir grand-parent ! Mais au Paléolithique supérieur, vers – 30 000, grâce aux progrès culturels et techniques, deux fois plus d'adultes dépassent les 30 ans. Selon l'anthropologue américaine Rachel Caspari, ces papis et mamies préhistoriques, en transmettant leurs connaissances, ont permis aux sociétés de se complexifier. Capables d'identifier la famille lointaine, ils favorisent des lignées complexes et une entraide indispensable quand les temps sont durs. Amplifiant ainsi les chances de survie, la productivité et le lien social, les grands-parents deviennent un socle du développement de la société. Perçus comme des sages dans l'Antiquité, ils sont pourtant vite relégués lorsqu'ils ne peuvent plus travailler, et ne seront réhabilités qu'au XVIIIe siècle, qui en fait des symboles d'un retour aux racines et aux vraies valeurs.

SOCIÉTÉ

Napoléon désigne le grand-père comme tuteur légitime en l'absence de parents

En 1795, Robespierre introduit même une fête de la vieillesse dans le calendrier républicain. À la fin de l'Ancien Régime, un nouveau-né a environ deux grands-parents sur quatre, mais ne les côtoie qu'une quinzaine d'années au plus. Cependant, leur rôle s'accroît : en 1804, le code Napoléon désigne le grand-père comme tuteur légitime en l'absence de parents. La Cour de cassation lui reconnaît un droit de visite contre l'avis du père en 1857. « Les tendres et désarmés grands-parents deviennent des personnages centraux de la littérature enfantine à partir des années 1830, mais aussi des stéréotypes récurrents du théâtre de boulevard », note l'historien Vincent Gourdon. Le mythe du « papi gâteau » triomphe en 1877 avec L'Art d'être grand-père de Victor Hugo. Ce modèle bourgeois gagnera le reste de la société avec l'amélioration des conditions de vie. Aujourd'hui, un Français sur quatre est grand-parent et 80 % d'entre eux gardent plus ou moins régulièrement leurs petits-enfants.

Source: ça m'intéresse



ANIMAUX

La survie des loups est-elle remise en cause ?



En France, la présence des loups divise toujours autant. Alors que la bête gagne du terrain, défenseurs et détracteurs font entendre leurs voix.

Les loups avaient disparu du territoire français en 1930. En 1992, cette espèce, adulée par les uns, crainte par d'autres, est réapparue. On observe même un retour en force des loups dans l'hexagone depuis quelques années.

S'ils sont évidemment présents dans des zones montagneuses comme le Jura, les Alpes, les Pyrénées et le Massif central, quelques animaux ont été aperçus récemment du côté de Cannes et même dans le sud-ouest de la Marne, à quelques encablures de la capitale !

ANIMAUX

Une espèce toujours protégée

D'après l'Office national de la chasse et de la faune sauvage (ONCFS), le nombre de loups a triplé en 10 ans passant de 100 à 300 bêtes. Certes, les canidés étendent leur aire de 10% par an mais leur nombre n'est pas suffisant pour assurer leur survie sur le long terme.

Ainsi, le loup est toujours une espèce protégée. Il faudrait, en effet, 2500 à 5000 adultes pour assurer sa pérennité.

Deux camps s'opposent

Evidemment, tout le monde ne voit pas, d'un bon œil, la présence de cet animal sur nos terres. Les éleveurs se plaignent du nombre croissant des attaques de leur élevage par la bête. Ces derniers souhaiteraient pouvoir tuer plus de loups. En effet, en France, il existe un quota indiquant le nombre maximum de bêtes qui peut être tuées. Un quota qui varie selon les saisons. Depuis deux ans, ce chiffre ne cesse d'augmenter. Il est passé de 24 à 36 en deux saisons et pourrait encore augmenter.

L'Association pour la protection des animaux sauvages (ASPAS) dénonce cette augmentation arguant qu'en tuant plus de loups, l'espèce serait rapidement amenée à disparaître.

Devant les contestations des deux camps, l'Etat a mis en place un groupe de travail afin de trouver des solutions profitant aux éleveurs comme aux défenseurs du loup.

Source: Pleine vie

Le mot le plus long

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

L E B I S R E S I N

Sachez qu'il y a un mot de 10 lettres à trouver (au pluriel).

Anagrammes

Avec les 5 lettres de GERCA, vous pouvez trouver 2 autres mots.

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

Avec les 7 lettres de EPIÇON, vous pouvez trouver 1 autre mot.

Les syllabes en folie

Avec ces 18 syllabes vous pouvez faire 4 mots :

DAI – PEN – DIS – NAI – CU – TRE – MENT – TRI – PER – LAM – RE – TION
– CON – LAI – BU – PA- DI – RE

D'un mot à l'autre

Comment passer du mot TAIN au mot PRIX en changeant une seule lettre à chaque fois :

TAIN

PRIX

Solutions en fin de numéro

CALENDRIER D'ACTIVITÉ

ABBAYE

Samedi 27 Mai

11h00 Petit marché, Point info
15h30 Ciné-Club "Oliver Twist", Théâtre
3ème Bellay
11h00 Jeux de table
11h00 & 18h30 Atelier «la vie
quotidienne»,
15h00 Atelier pâtisserie

Dimanche 28 Mai

16h00 Spectacle fête des mères,
3ème Bellay
11h00 Diffusion de la messe
11h00 & 18h30 Atelier «la vie
quotidienne»,
16h00 Spectacle fête des mères
4ème Bellay
15h00 Salle Espace sensoriel

Lundi 29 Mai

10h30 Réunion Citoyennage
15h15 Vidéo « Une Seconde Chance »
17h15 Chorale, T.Ganchou,
17h30 Bingo
3ème Bellay
11h00 Lecture de la revue « ça bouge »
11h00 & 18h30 Atelier «la vie quotidienne»
4ème Bellay
11h00 & 18h00 Atelier «la vie quotidienne»

Mardi 30 Mai

14h15 Gym debout
15h30 Atelier Petites Mains
15h30 L'heure musicale "Tricentenaire de
l'école de Danse de Paris" - 2ème partie,
Théâtre
17h00 Club mémoire, M. Bouchot,
17h00 Jeux de questions,
3ème Bellay
11h00 Atelier boulangerie
11h00 & 18h30 Atelier «la vie
quotidienne»,

16h30 Atelier tricot

4ème Bellay

15h00 Salle Espace sensoriel

Mercredi 31 Mai

10h00 Atelier poterie Groupe 2,
11h00 Club lecture,
14h30 Atelier écriture,
15h00 Jeux de table
17h00 P'tit loto
3ème Bellay
11h00 Livraison de pain et fruits
11h00 & 18h30 Atelier «la vie quotidienne»,
15h00 Préparation « Salade de fruits »
17h30 Petit loto

Jeudi 1 juin

14h30 Tir à l'arc, I
16h00 Après midi gourmand avec Kiki,
16h00 Messe de la Pentecôte,
3ème Bellay
10h45 Atelier Contes avec Claire PERICARD
11h00 Atelier dessin
11h00 & 18h30 Atelier «la vie quotidienne»,
15h00 Après-midi gourmand.

Vendredi 2 juin

10h30 Atelier peinture,
14h00 Atelier peinture,
15h00 à 17h Bibliobus,
15h00 Commission des menus,
16h00 Ordre du jour du Conseil des résidents,
17h00 Jeu de questions,
17h00 Club mémoire
3ème Bellay
11h00 Atelier Crochet « dentelles et cotons »
11h00 & 18h30 Atelier «la vie quotidienne»,
15h00 Espace sensoriel
15h30 Gym douce

Planning Accueil Petite Enfance - Abbaye

Lundi 29 mai

10h Bac à sable dans la crèche
10h Craies sur ardoises au 2ème Bellay
10h Peinture aux doigts à l'atrium

Mardi 30 mai

10h Gymnastique à l'espace bien-être
10h Eveil des sens à la salle Snoezelen
16h Goûter au 3ème Bellay

Jeudi 1 juin

10h play maïs
10h Coloriage
16h Goûter gourmand

Vendredi 2 juin

10h collage sur poissons
10h Gommettes
11h Musique

CALENDRIER D'ACTIVITÉ

BORDS DE MARNE

Samedi 27 Mai

- 11h00 Club relaxation
- 13h00 Sortie : Visite élevage d'ânesse
- 15h00 Art Floral
- 17h00 Baccalauréat
- Animation 3ème étage
- 11h00 Club vidéo
- 11h00 Les moments détente
- 15h00 Club pâtisserie

Dimanche 28 Mai

- 10h30 Chiens visiteurs
- 12h00 Repas spectacle fêtes des mères
- 16h30 Grand jeux grand loto
- Animation 3ème étage
- 08h30 Emissions religieuses
- 11h00 Les moments détente
- 15h00 Art floral

Lundi 29 Mai

- 10h15 Espace détente sur RDV
- 11h00 Exercices corporels
- 14h30 Espace détente sur RDV
- 15h00 Assemblée de prière à annuler la semaine de la messe
- 16h00 Heures Savoureuses/Accordéon
- Animation 3ème étage
- 10h15 Exercices corporels
- 10h45 Préparation de la pâte à crêpes
- 11h00 Les moments détente sur RDV
- 15h45 Heures savoureuses glaces / accordéon
- 16h00 Collation entre amis

Mardi 30 Mai

- 11h00 Revue de presse
- 12h00 Atelier cercle d'échange *
- 13h30 Atelier Peinture à l'espace artistique
- 14h30 Sortie musée d'Orsay Exposition
- 15h00 Jeu de mémoire
- 17h00 La grande roue
- Animation 3ème étage
- 11h00 Les moments détente sur RDV
- 11h00 Atelier beauté

- 14h00 Rendez- vous entre amis
- 15h00 Salade de fruits
- 16h00 Collation entre amis
- 10h45 Chanson et souvenir

Mercredi 31 Mai

- 10h00 Espace détente sur RDV
- 11h00 Tai-chi
- 15h00 Rencontre « entre-temps »
- 15h00 Atelier écriture salon vip
- 15h00 Cocktail /Club pâtisserie
- 17h00 Loto
- Animation 3ème étage
- 10h30 Atelier couture
- 14h00 Rendez- vous entre amis
- 15h30 Atelier « Do, ré, mi »
- 16h00 Collation entre amis
- 15h00 Chansonâges

Jeudi 1 Juin

- 11h00 Documentaire
- 11h00 Piscine
- 11h00 Atelier poésie
- 13h30 Atelier peinture
- 15h00 Jeu de mémoire
- 17h00 Jeux de questions
- Animation 3ème étage
- 11h00 Motricité
- 14h00 Contes et rires
- 15h15 Nos souvenirs

Vendredi 2 Juin

- 10h15 Atelier musical
- 11h00 Gym douce
- 14h30 Poterie
- 14h45 Tir à l'arc
- 15h15 Jeux inter génération
- 17h00 Bingo
- Animation 3ème étage
- 11h00 Atelier musical
- 14h00 Rendez- vous entre amis
- 15h00 Préparation de la soupe

Planning Intergénérationnel du Multi-Accueil

LUNDI 29 MAI

- 10H Atelier Gymnastique
- 16H Goûter gourmand à la Cafétéria

MARDI 30 MAI

- 10H Atelier Musique en salle détente

JEUDI 1 JUIN

- 10H Atelier Collage
- 16H Goûter Intergénérationnel

VENDREDI 2 JUIN

- 10H Atelier « Je vide et je remplis ! » En salle détente
- 11H Découverte du piano

CALENDRIER D'ACTIVITÉ

CITÉ VERTE

Samedi 27 Mai

RDC

- 15h30** Grand Art Floral
- 17h00** Jeux de table
- 18h00** Billards hollandais

3ème

- 11h00** Atelier mémoire
- 15h30** Spectacle de chansons
- 17h15** Au fil du temps

Dimanche 28 Mai

RDC

- 11h00** Messe TV
- 15h30** Spectacle de chansons
- 18h00** Jeux de table

3ème

- 11h00** Messe TV
- 15h30** Ecoute musicale
- 17h15** Au fil du temps

Lundi 29 Mai

RDC

- 10h30** Point guichet
- 10h30** Petite boutique
- 14h30** Chorale avec T. Ganchou
- 15h30** Equilibre et conscience corporelle
- 16h00** Salon de thé
- 17h00** Des chiffres et des lettres
- 18h00** Billard Hollandais

3ème

- 11h00** Atelier cuisine
- 15h30** Atelier brico déco
- 17h15** Pause gourmande

Mardi 30 Mai

RDC

- 11h00** Gym douce
- 14h30** Tir à l'arc Anthony
- 15h45** Atelier équilibre et prévention des chutes
- 17h00** Mots croisés
- 18h00** Scrabble et jeux de table

3ème

- 11h00** Gym douce
- 15h30** La clé des chants
- 15h30** Activité sensorielle
- 17h15** Globe trotter

Mercredi 31 Mai

RDC

- 11h00** Panneau photos
- 15h30** Spectacle de chanson
- 17h00** Jeux de questions
- 18h00** Billard Hollandais

3ème

- 11h00** Atelier mémoire
- 15h30** Spectacle de chansons
- 17h15** Au fil du temps

Jeudi 1 Mai

RDC

- Sortie restaurant :
« Les jardins de Majorelle »
- 10h45** Qi Gong
- 15h30** Art floral "Jonquilles"
- 17h00** Jeux de table
- 17h00** Belote
- 18h00** Jeux de lettres

3ème

- 11h00** Au fil du temps
- 15h30** Eveil des sens
- 15h30** Atelier contes
- 17h15** Jeux de table

Vendredi 2 Mai

RDC

- 11h00** Messe avec l'aumônerie
- 15h30** Karaoké
- 17h00** Brainstorm
- 18h00** Comité de rédaction

3ème

- 11h00** Messe avec l'aumônerie Alex
- 15h30** Activité snoezelen Alex
- 15h30** Atelier peinture
- 17h15** Ushuaia nature

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
TAIN
PAIN
PAIX
PRIX

Syllabes en folie :
CONNAITRE – LANPADAIRE –
DISTRIBUTION – PERPENDICULAIREMENT

Anagrammes
• GERCA – GRÂCE – GARCE – PLIERA
• PALIER – PLAIRE – REPLIA
• EPIÇONS – COPINES

Le mot le plus long
BRESILIENS

Solutions
des jeux



COMITÉ DE RÉDACTION

Rédacteur en chef

Pascal Champvert

Responsable de communication

Romain Gizolme

Documentation, mise en page

Sophie Renault, Leslie Baron

Edition

Hamida Mortaza

Et pour ce numéro : M. BOUCHOT, les

équipes d'animation
Cité Verte

Abbaye, Bords-de-Marne,