

ça bouge !

15  
Février  
2019

ça bouge !

N° 1395

## Les Résidents au Banquet de Créteil



Bonjour à tous !

Cette semaine dans Ça Bouge, les Résidents de l'Abbaye, des Bords de Marne et de la Cristolienne se sont retrouvés à l'occasion du Banquet de Créteil afin de célébrer l'année 2019 autour d'un repas.

Les Résidents des Bords de Marne ont assisté à la comédie musicale « Le bossu de Notre-Dame » qui se tenait à Saint-Maur.

Quant à la Résidence de la Cité Verte, elle a accueilli, pour la première fois, 15 enfants du conservatoire de Sucy dans le cadre d'une audition de piano.

Pour terminer, nous aborderons la démarche Citoyennage qui concerne aussi bien les Résidents que les personnes accompagnées à domicile.

Bonne semaine à tous.

Olivia Bouhours  
Assistante de communication

## L'ACTU DES RÉSIDENCES

NOUVEAU SERVICE DE NETTOYAGE À SEC

LES RÉSIDENTS DE L'ABBAYE AU BANQUET DE CRÉTEIL

LES RÉSIDENTS DES BORDS DE MARNE À LA COMÉDIE MUSICALE " LE BOSSU DE NOTRE-DAME "

AUDITION DE PIANO AVEC LES ENFANTS DU CONSERVATOIRE DE SUCY

LES RÉSIDENTS DE LA CRISTOLIENNE AU BANQUET DE CRÉTEIL

CITOYENNAGE ENTRETIENT LE RÔLE CITOYEN

LES TEMPS FORTS DE LA DÉMARCHE

« LES MÉMÉS S'ÉCLATENT » À L'ASSEMBLÉE NATIONALE ET AU SÉNAT

## JEUX

## CALENDRIER DES RÉSIDENCES

Ça Bouge n°1395

16 > 22 février 2019



Dès le 30 janvier

## Nouveau service de Nettoyage à Sec

Ouvert à tous

Résidents, Familles, Bénévoles, Salariés, Amis ...

Retour  
sous  
8 jours

- Déposez vos vêtements du lundi au vendredi aux pressings des Résidences
- Complétez la fiche de renseignement (disponible au pressing) accompagnée de votre règlement (chèque ou espèce)
- Vos vêtements seront enlevés chaque mercredi et retournés le jeudi suivant

Jupe	6 €	Foulard	5 €
Robe	10 €	Imperméable	10 €
Pantalon	6 €	Costume	14 €
Chemisiers	5 €	Veste	8 €
Chemise	3,50 €	Manteau	10 €
Pullover	5 €	Blouson	10 €
Cravate	5 €	Blouson duvet	18 €

Prestation assurée par Pressing DORUK



# ABBAYE

## Les Résidents de l'Abbaye au Banquet de Créteil



"A l'occasion du Banquet de Créteil, nous avons retrouvé les Résidents des Bords de Marne et de la Cristolienne. Nous avons célébré avec eux cette nouvelle année 2019 autour d'un bon repas accompagné d'une coupe de champagne. Les festivités ont continué sur la piste de danse. Ce fut une très belle journée de partage et de convivialité."

Gaëlle, animatrice

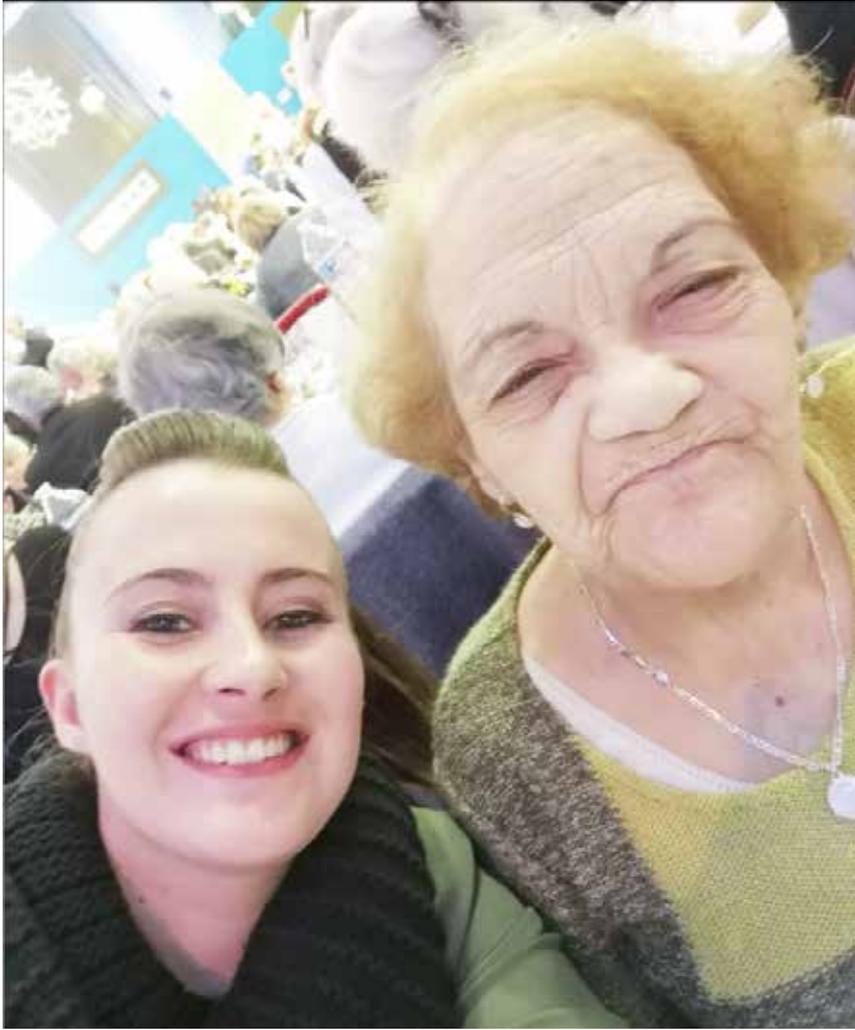
# ABBAYE



# ABBAYE



# ABBAYE



# BORDS DE MARNE

## Sortie Comédie Musicale



**Les Résidents des Bords de Marne ont assisté à la comédie musicale « Le bossu de Notre-Dame » qui se tenait dans la salle Rabelais à Saint-Maur.**

C'était une version inédite, drôle et moderne du chef-d'œuvre de Victor Hugo. Un spectacle enchanteur et captivant avec également un savoureux mélange de théâtre , de commedia dell'arte et de comédie musicale. Duels, poursuites et intrigues étaient au rendez-vous. c'était une histoire d'amour pleine de rebondissement, d'actions, de poésies et d'humour . Cette comédie a ravi les petits comme les grands.

Chrystal,animatrice

# BORDS DE MARNE



# BORDS DE MARNE

---



# CITÉ VERTE

## Audition de piano avec les enfants du conservatoire de Sucy



**Samedi 15 décembre, nous avons eu le plaisir d'accueillir pour la première fois 15 enfants du conservatoire de Sucy pour une audition de piano.**

"Nous remercions le directeur du conservatoire et le professeur de piano d'avoir permis cet échange qui se renouvellera pour d'autres instruments. Ce concert nous a enchanté par la fraîcheur des interprétations et par le talent de ces enfants prometteurs.

Le public était attentif et respectueux, les parents pouvaient être fiers de leurs enfants qui pour certains donnaient leur premier récital.

En souhaitant qu'une nouvelle audition soit programmée prochainement pour notre plus grand plaisir...

Françoise et les Résidents.

# CITÉ VERTE



# CRISTOLIENNE

## Les Résidents de la Cristolienne au Banquet de Créteil



Les Résidents de la Cristolienne ont assisté au Banquet de Créteil en compagnie des Résidents des Bords de Marne et de l'Abbaye. Ils ont célébré ensemble la nouvelle année 2019 autour d'un bon repas. Ils ont ensuite poursuivi les réjouissances sur la piste de danse au rythme de l'orchestre.

# CRISTOLIENNE



# CRISTOLIENNE



# CRISTOLIENNE



# CITOYENNETÉ

## Citoyennage entretient le rôle citoyen



**Initiée il y a plus de 20 ans par l'AD-PA<sup>1</sup>, la démarche Citoyennage entend permettre aux personnes âgées, résidant en établissement ou accompagnées à domicile, d'exprimer leurs attentes et d'avoir une incidence sur les décisions qui les concernent. Une démarche participative qui permet également de faire émerger une parole commune.**

"J'ai eu une vie plutôt liée à l'art et, avant aujourd'hui, je n'ai jamais été une personne engagée» Renée Planchais aura 87 ans le mois prochain. Habitant la Résidence de l'Abbaye de Saint-Maur-des-Fossés depuis 5 ans déjà, elle ne manque jamais une occasion de participer aux différentes activités qui lui sont proposées. Surtout lorsque ces dernières permettent de servir un intérêt commun et d'améliorer le sort de l'ensemble des résidents. Il en va ainsi de la démarche Citoyennage, qu'elle a rejoint il y a 4 ans. « Je le fais parce que ça me fait du bien. Ça permet de s'exprimer, de faire des propositions, alors qu'autrement nous ne sommes pas considérés comme des citoyens à part entière »

\*1 : Association de Directeurs au service des Personnes Âgées

# CITOYENNETÉ

explique-t-elle. Car c'est bien là le point d'origine de cette initiative lancée il y a un peu plus de 20 ans par l'AD-PA : proposer un outil qui permette de mieux faire valoir les envies des personnes accompagnées en établissement et à domicile. « Beaucoup de gens ont des idées pour les personnes âgées alors même qu'ils ne sont pas dans leur situation. » Citoyennage entend donc renverser la tendance et leur donner « une part active dans la société », nous explique ainsi Romain Gizolme, le directeur de l'association.

## INSTANCES PARTICIPATIVES



Tous les ans, c'est le même schéma. Dans chaque région qui compte des structures engagées dans la démarche, les personnes âgées ont carte blanche pour décider d'un thème de réflexion. Il constituera le fil rouge de l'année et animera les débats organisés en interne, avant de faire l'objet d'un colloque annuel. « Comment tisser les liens et les faire vivre ? », « L'intégration en résidence : cohabiter, créer et maintenir les liens », ou encore « S'ouvrir aux autres et s'ouvrir au monde, pour éviter l'isolement ». « Les thèmes choisis tournent généralement autour de valeurs fortes telles que la solidarité, la fraternité et le partage » souligne Saliha Beauné, psychologue à la Résidence de l'Abbaye. Le colloque régional représente la pierre angulaire de la démarche. Les participants y échangent sur les pratiques de leurs structures et en ressortent avec une « synthèse des synthèses », comprenant des propositions concrètes à mettre en oeuvre. Comme nous le résume Romain Gizolme : « Il s'agit vraiment d'une forme de démocratie participative, puisque les personnes présentes font valoir leurs idées, les défendent,

# CITOYENNETÉ

---

tout en réfléchissant aux moyens nécessaires à leur réalisation ». De quoi également élargir des horizons, en se confrontant aux réalités d'autres structures.

## AMÉLIORER LE QUOTIDIEN DE TOUS

Certains, à l'instar de Renée Planchais, souhaitent développer au maximum les initiatives intergénérationnelles, afin de se « sentir plus en phase avec la société ou au moins la connaître ». D'autres, comme les actrices du clip « Les mémés s'éclatent », s'attèlent à la lutte contre les préjugés. Dans tous les cas, les synthèses obtenues à l'issue de chaque colloque, et les propositions d'actions qu'elles contiennent, sont vouées à être diffusées au plus grand nombre, via Internet. Elles sont également remises aux directions des structures participantes, en vue d'une mise en oeuvre concrète. « La démarche permet ainsi aux résidents de devenir acteurs du fonctionnement de leurs établissements » souligne Romain Gizolme. Le directeur de l'AD-PA prend d'ailleurs l'exemple d'une proposition imaginée dans le cadre d'une thématique sur la solidarité. Celle-ci mettait en avant l'intérêt commun qui ressortirait de l'organisation de pots d'accueil pour les nouveaux arrivants en établissement. « Les résidents d'une structure souhaitaient mettre en place ces pots d'accueil, mais cette dernière faisait face à un manque de personnel. Un compromis a finalement été trouvé. La structure s'est engagée à recruter un bénévole qui aiderait les personnes âgées membres du comité d'accueil, d'un point de vue logistique, mais en contrepartie, ces dernières s'occuperaient elles-mêmes de présenter leur lieu de vie aux nouveaux venus. »

## DONNER UN SENS À SA NOUVELLE VIE

« Ce qui est intéressant avec cette démarche, c'est que chacun peut y trouver sa place. Certains résidents se contentent de venir écouter les débats en interne alors que d'autres sont très actifs » commente Saliha Beauné. Pour d'autres encore, les trois jours de colloque offrent une belle opportunité de sortir de leur routine et de partager des moments conviviaux. « Le soir nous avons fait un loto sur la terrasse, c'était très

# CITOYENNETÉ

---

sympa de voir le soleil se coucher... et il y avait une super ambiance. Tout le monde était là, on n'a pas vu le temps passer », relate ainsi Mme Dubois dans le 15ème numéro des Échos de Citoyennage. Enfin, la démarche Citoyennage offre la possibilité d'exprimer ses idées et de vivre de nouvelles expériences. « Le fait de se retrouver à la tribune peut permettre de se découvrir des ressources que l'on n'imaginait pas » explique ainsi la psychologue. Et de donner un sens nouveau à sa vie, comme en témoigne parfaitement Mme Planchais : « Cela nous donne l'opportunité d'évoluer, d'accepter notre nouvelle façon de vivre. Et même de réussir cette dernière partie de notre vie ! ».

## MISE EN OEUVRE

Afin de s'assurer la réussite de la mise en oeuvre du projet au sein d'un établissement, Romain Gizolme souligne l'importance de s'appuyer sur quelques personnels engagés et motivés. La direction, elle aussi, doit adhérer pleinement à la démarche. « Cela demande un peu de temps et d'énergie, mais c'est le propre de la démocratie » conçoit-il. Pour les structures intéressées, il recommande d'ailleurs de prendre contact avec Citoyennage par le biais du site internet ou de l'AD-PA. « On les accompagnera au début pour faciliter leur organisation, mais en général, ils sont complètement autonomes au bout de deux ans » précise-t-il encore. Présente depuis plus de 20 ans dans quatre régions historiques, Citoyennage commence à faire quelques émules. « Depuis deux ans, nous recevons le soutien de la CNSA et de la Fondation de France. S'en est suivi la participation de quatre nouvelles régions, portant à huit le nombre total de régions engagées dans la démarche » raconte Romain Gizolme. Et pour expliquer ce déploiement encore timide, il conclut : « Il s'agit tout de même d'un changement de culture profond qui consiste à intégrer le fait que les personnes âgées sont en capacité d'agir et qu'il suffit de leur faire confiance. Mais quand les actions fonctionnent, cela peut contribuer à faire bouger l'opinion publique ».

Source : Ehpadia  
Écrit par Anaïs Guilbaud, journaliste

## Les temps forts de la démarche

- **Étape 1 : Des réunions inter-structures**

Des réunions inter-structures sont organisées chaque année par le coordinateur de la région, afin de déterminer le thème de l'année et du colloque à venir.

- **Étape 2 : Des réunions au sein d'établissements**

Afin de débattre sur le thème choisi, des réunions sont organisées dans chaque établissement et service à domicile. Chaque structure participant à la démarche doit rédiger une synthèse des débats qui sera présentée lors du colloque.

- **Étape 3 : Un colloque régional annuel**

Tous les membres des « comités Citoyennage » des établissements de la région se rencontrent afin de débattre du thème et de partager le travail réalisé au sein de chacune des structures. Il en ressort la « synthèse des synthèses ».

- **Étape 4 : L'après-colloque – Amélioration de la vie quotidienne**

Au sein de chaque structure, la « synthèse des synthèses » est reprise afin de permettre aux personnes âgées qui n'étaient pas présentes au colloque, d'avoir un retour et d'échanger avec celles qui ont défendu leurs idées. Cette synthèse est également rapportée aux instances de la structure, qui peuvent décider de la manière de mettre en oeuvre les propositions qu'elle contient.

- **Étape 1 : Des réunions inter-structures**

Des réunions inter-structures sont organisées chaque année par le coordinateur de la région, afin de déterminer le thème de l'année et du colloque à venir.

# CITOYENNETÉ

## « Les mémés s'éclatent » à l'Assemblée Nationale et au Sénat

En avril dernier, la Résidence du Parc à Audincourt et une association de service de soins à domicile du territoire de Belfort faisaient le buzz avec leur clip « Les mémés s'éclatent », imaginé dans le cadre de la démarche Citoyennage et vu près de 300 000 fois sur Youtube. Une notoriété à laquelle les six résidentes à l'origine du projet ne s'attendaient pas, et qui leur a valu d'être invitées à l'Assemblée Nationale et au Sénat.

« On a pris le train et un sénateur nous a accueillies » raconte ainsi Mauricette Cassis. Au programme : visite du Sénat, restaurant, champagne, et survol de Paris à bord du ballon du Parc André Citroën. Le lendemain, direction l'Assemblée Nationale. « On a vu tous ces messieurs qui travaillaient bien, qui lisaient leur journal » se souvient Mauricette, un brin de malice dans la voix. « On a même croisé le Premier Ministre. Il était bien gentil »

Au-delà de leur faire découvrir les ors de la République, ce voyage a été l'occasion de lire et de remettre au député de leur circonscription, Frédéric Barbier, trois courriers appelant à plus de considération pour les personnes âgées et plus de moyens humains pour les établissements et services à domicile.

Quand on demande à Mauricette ce qu'elle retire de toute cette expérience, voici sa réponse : « On a l'impression que les gens nous regardent différemment et d'être plus sûres de nous. Si on nous écoute, nous sommes contentes. Mais dans le fond, l'essentiel c'est de se faire plaisir ! ». Marie-Thérèse Saintvoirin, à ses côtés, acquiesce même si elle regrette de n'avoir pas pu faire partie du voyage en raison de son handicap et faute d'accessibilité. Comme quoi, beaucoup reste à faire !

Source : Ehpada



# CALENDRIER D'ACTIVITÉ

## ABBAYE

### Samedi 16 février

10h30 Atelier pâtisserie  
16h30 Spectacle Chorale A Croch'Choeur  
3ème Bellay

11h00 Jeux de table

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

16h30 Spectacle Chorale A Croch' Choeur

### Dimanche 17 février

15h00 Lecture de la revue « ça bouge »

16h30 spectacle Accord Mineur

3ème Bellay

11h00 Diffusion de la messe

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

16h30 spectacle Accord Mineur

4ème Bellay

15h00 Salle Espace sensoriel

### Lundi 18 février

10h15 Atelier NTIC

12h00 Repas à thème Sud-Ouest

15h15 Vidéospécial Brexit « Couronnement d'Elisabeth II & Mr Bean »

17h15 Chorale

17h30 Jeu mystère

3ème Bellay

11h00 Lecture de la revue « ça bouge »

11h00 Panier du jour / En route pour le pressing

12h00 Repas à thème Sud-Ouest

### Mardi 19 février

10h30 Atelier intergénérationnel « Nos attentes »

15h30 L'heure musicale live programmation en cours

17h00 Club mémoire

3ème Bellay

11h00 Atelier boulangerie

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

15h30 Contes pour rire et rêver

16h30 Atelier tricot

4ème Bellay

15h00 Salle Espace sensoriel

### Mercredi 20 février

10h30 Atelier poterie Groupe 2

11h00 Club lecture

14h00 Club Bridge

15h00 Jeux de table

16h30 P'tit loto

17h30 QI Gong

3ème Bellay

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

15h00 Préparation « Smoothies »

17h30 Chorale avec E.Solunter

### Jeudi 21 février

11h10 Jeu de marche et équilibre

13h00 Sortie cinéma

14h30 Tir à l'arc

16h00 Après midi gourmand en compagnie de Sébastien Charlué

16h00 Temps de prière

3ème Bellay

11h00 Atelier dessin

11h00 & 18h30 Atelier « la vie quotidienne »

15h00 Après-midi gourmand

### Vendredi 22 février

10h30 Atelier peinture

14h00 Atelier peinture

14h30 Atelier écriture

14h30 à 16h30 Bibliobus, Entrée Bellay

15h30 Exercices corporels

15h30 Atelier peinture

16h45 Revue de presse

17h00 Club mémoire

3ème Bellay

11h00 Atelier Crochet « dentelles et cotons »

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

16h15 Gym douce

# CALENDRIER D'ACTIVITÉ

## BORDS DE MARNE

### Samedi 16 Février

11h00 Jeux de motricité  
15h00 Documentaire à la carte  
17h00 Loto  
Animation 3ème étage  
11h00 Club vidéo  
11h00 Les moments détente sur RDV

### Dimanche 17 Février

11h00 Revue de presse  
14h30 Jeux de table  
17h00 Grand bingo  
Animation 3ème étage  
11h00 Les moments détente sur RDV

### Lundi 18 Février

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 19 Février

10h30 Atelier peinture  
11h00 Atelier informatique  
14h30 Atelier peinture  
15h00 Jeux de mémoire  
17h00 La grande roue  
Animation 3ème étage  
11h00 Atelier beauté  
15h00 Salade de fruits  
16h00 Collation entre amis

### Mercredi 20 Février

10h00 Espace détente sur RDV  
11h00 Tai-chi à la salle du parc  
12h00 Repas rencontre  
15h30 Episode de vie sur RDV  
17h00 Bingo à la cafétéria  
17h30 Chorale  
Animation 3ème étage  
10h30 Atelier couture  
15h30 Musico thérapie

### Jeudi 21 Février

10h30 Karaoké intergénérationnel  
11h00 Documentaire  
11h45 Sortie : Restaurant « la criée » à Bonneuil  
15h00 Jeux de mémoire  
17h00 Jeux mystère  
Animation 3ème étage  
11h00 Contes et rires  
15h15 Nos souvenirs  
16h00 Collation entre amis

### Vendredi 22 Février

10h15 Atelier musical 2è étage  
11h00 Gym douce  
12h00 Repas rencontre  
14h30 Poterie  
14h45 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 16 Février

- 19h30 sortie « La compagnie créole »
- 15h30 r.d.c Atelier créatif casino
- 17h00 r.d.c Jeux de table
- 18h00 r.d.c Billard Hollandais
- 11h00 3ème En compagnie d'Elise
- 13h30 3ème Vie quotidienne
- 15h30 3ème Ecoute musicale
- 17h15 3ème Au fil du temps As

### Dimanche 17 Février

- 11h00 Messe TV au 1er
- 15h30 r.d.c Spectacle de chansons
- 17h00 r.d.c Jeux de table
- 18h00 r.d.c Billard Hollandais
- 11h00 3ème En compagnie d'Elise
- 13h30 3ème Vie quotidienne
- 15h30 3ème Spectacle de chansons
- 17h15 3ème Au fil du temps As

### Lundi 18 Février

- 11h00 r.d.c Gym douce
- 15h30 r.d.c Atelier chant
- 16h30 r.d.c Comité « Annonces et pratiques liées au décès »
- 17h00 r.d.c Chiffres et lettres
- 18h00 r.d.c Billard Hollandais
- 11h00 3ème En compagnie d'Elise
- 13h30 3ème Couture
- 15h30 3ème Atelier chant
- 17h15 3ème Récital de piano

### Mardi 19 Février

- 10h30 r.d.c Point guichet
- 10h30 r.d.c Petite boutique
- 14h30 r.d.c Tir à l'arc
- 15h30 r.d.c Equilibre et prévention des chutes
- 17h00 r.d.c Mots Croisés
- 18h00 r.d.c Jeux de société
- 11h00 3ème Jeu de questions
- 13h30 3ème Couture
- 15h30 r.d.c Clef des chants I.Simon
- 17h15 3ème Au fil du temps As

### Mercredi 20 Février

- 11h00 3ème Sortie en ville Delphine
- 11h00 « Entre nous... »
- 15h30 r.d.c Thé dansant
- 17h00 r.d.c Jeux de question
- 18h00 r.d.c Billard hollandais
- 11h00 3ème En compagnie d'Elise
- 13h30 3ème Vie quotidienne / DVD
- 15h30 3ème Thé dansant
- 17h15 3ème Au fil du temps

### Judi 21 Février

- 11h00 « Entre nous... »
- 11h00 r.d.c Gym douce
- 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 En compagnie d'Elise
- 13h30 3ème Vie quotidienne / DVD
- 15h30 3ème Contes
- 17h15 3ème Récital de piano

### Vendredi 22 Février

- 11h00 « Entre nous... »
- 15h30 r.d.c Chorale
- 17h00 r.d.c Jeu de questions
- 18h00 r.d.c Panneau photo
- 11h00 3ème En compagnie d'Elise
- 13h30 3ème Vie quotidienne / DVD
- 15h30 3ème Chorale
- 17h15 3ème Au fil du temps As

# CALENDRIER D'ACTIVITÉ

## CRISTOLIENNE

### Samedi 16 Février

15h00 Atelier pâtisserie  
17h30 Lecture de la revue « ça bouge »  
1er Etage  
11h30 et 18h30 « Dressons la table »

### Dimanche 17 Février

15h00 Ciné-club « Ben Hur » (durée 214 Minutes)  
1er Etage  
10h30 Emissions Religieuses  
11h30 et 18h30 « Dressons la table »

### Lundi 18 Février

11h30 Sortie résidence de l'Abbaye repas sud-ouest hall d'accueil (sur inscription)  
15h00 salon du patio « Gravure sur polystyrène »  
16h30 Carré Musical  
18h00 Jeu de question  
1er Etage  
10h30 Jeu de questions  
15h00 Lecture  
11h30 et 18h30 « Dressons la table »

### Mardi 19 Février

15h30 Atelier Gym douce  
16h30 Loto des senteurs et des saveurs  
18h00 Atelier bien-être  
1er Etage  
10h30 Quizz musical  
15h00 Jeu de question  
11h30 et 18h30 « Dressons la table »

### Mercredi 20 Février

15h30 Chorale  
16h30 « Le tricot c'est facile »  
18h00 P'tit bac  
1er Etage  
10h30 Atelier Gym/équilibre  
14h30 Loto  
11h30 et 18h30 « Dressons la table »

### Judi 21 Février

13h30 Hall d'accueil  
15h30 Atelier motricité  
17h00 Jeux de table  
1er Etage  
10h30 Atelier bien-être  
15h00 Ciné-club « Little miss sunshine »  
11h30 et 18h30 « Dressons la table »

### Vendredi 22 Février

11h00 Messe  
16h00 Après-midi gourmand en compagnie musicale de Marc Sax  
1er Etage  
10h30 Atelier mémoire  
11h30 et 18h30 « Dressons la table »

