

ça bouge!

22  
Mars  
2019

ça bouge!

N°1400

## Mardi Gras aux Bords de Marne



Bonjour à tous !

Cette semaine dans Ça Bouge, les Résidences ont célébré Mardi Gras comme il se doit : déguisements, spectacles et délicieux repas étaient au programme !

La Résidence de la Cristolienne a mis à l'honneur les Grand-mères à l'occasion de leur fête. Pour cela, elles ont pu apprécier un bon repas et passer un bon moment devant la représentation de Nelly Dequesne.

Un plongeur en Afrique du Sud s'est fait gobé par une baleine ! Retour sur son histoire incroyable mais vrai!

Pour finir, Meghan Markle s'affiche avec des boucles d'oreilles françaises, de quoi faire exploser les ventes du créateur.

Excellente semaine à tous.



Sophie RENAULT  
Chargée de communication

**Ça Bouge n°1400**

**23 > 29 mars 2019**

## L'ACTU DES RÉSIDENCES

CARNAVAL DU MULTI-ACCUEIL

MARDI GRAS AUX BORDS DE  
MARNE

MARDI GRAS À LA CITÉ VERTE

ÉLECTIONS CVS

FÊTE DES GRAND-MÈRES

## ANIMAUX

AFRIQUE DU SUD: UN PLONGEUR  
EST GOBÉ PAR UNE BALEINE  
AVANT D'ÊTRE RECRACHÉ SAIN ET  
SAUF

## ÉCONOMIE

MARSEILLE: MEGHAN MARKLE  
S'AFFICHE AVEC DES BOUCLES  
D'OREILLES FRANÇAISES, LES  
VENTES DE LA PMÉ EXPLOSENT

## JEUX

## CALENDRIER DES RÉSIDENCES

# ABBAYE

## Carnaval du multi-accueil



Mardi 5 mars, les enfants du multi-accueil de l'Abbaye ont défilé dans la résidence et ont pris un goûter au grand restaurant l'après-midi.

# ABBAYE



# ABBAYE



Ils ont beaucoup apprécié tous les compliments reçus de la part des résidents ainsi que les beignets du goûter !



# BORDS DE MARNE

## Mardi Gras aux Bords de Marne



Pour célébrer Mardi Gras, tout le personnel de la Résidence des Bords de Marne a joué le jeu. Soignants, animateurs, serveurs... tous ont revêtu leurs plus beaux costumes. Certains résidents ont aussi profité de l'occasion pour revêtir chapeaux et autres accessoires.

Pour conclure cette journée haute en couleurs, les résidents et les enfants de la Halte-Garderie ont pu assister à un beau spectacle de cirque !

Une belle journée pour s'évader et être qui on veut....

Clara, Animatrice

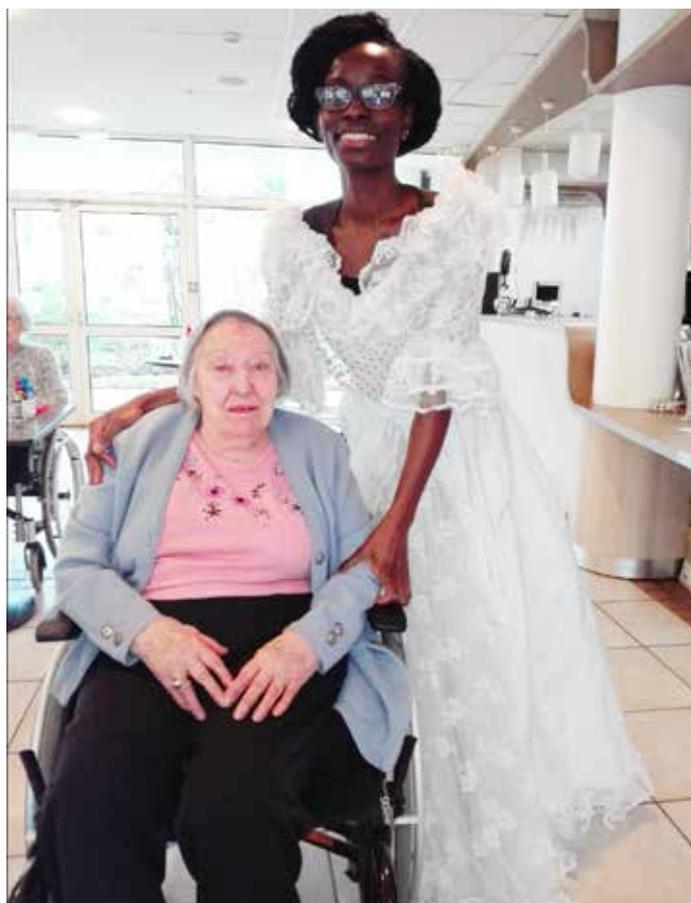
# BORDS DE MARNE



# BORDS DE MARNE



# BORDS DE MARNE



## Mardi Gras à la Cité Verte



Le carnaval s'est invité à la Cité Verte : dès le matin, résidents et personnels se sont parés de leur plus beau costume pour parader.

Un défilé haut en couleurs a eu lieu au restaurant avec un quizz spécial carnaval. Petit bonus le fils de Mme Sadoux a égayé la matinée en musique en nous gratifiant d' un petit concert.

L'après-midi s'est conclu par un savoureux goûter de bugnes faits maison par une joyeuse bande de gais lurons.

L'équipe d'animation

# CITÉ VERTE



# CITÉ VERTE



# CITÉ VERTE



# CRISTOLIENNE



## Élections du représentant des Familles au Conseil de la Vie Sociale

Le 13 avril 2019 sera organisée l'élection du représentant des familles ou proches de la Résidence *La Cristolienne* au Conseil de la Vie Sociale (CVS). Cette instance répond aux obligations légales. Son objectif est de favoriser l'expression des Résidents et de leurs représentants dans la vie des Résidences.

### Déroulement des élections :

#### Dépôt de candidature

- Date limite de dépôt de candidature : 25 mars 2019

#### Quand ?

- Élection le samedi 13 avril 2019

#### Qui peut se présenter ?

- Parent ou ami référent d'un Résident

#### Qui vote ?

- pour l'ensemble des familles, un seul représentant référent par résident

#### Nombre de postes à pourvoir

1 poste titulaire + 1 poste suppléant

#### Durée du mandat

- À titre exceptionnel, mandat limité à la fin de l'année 2020

#### Où et comment ?

- Date limite le 11 avril (le cachet de la poste faisant foi)
- À la Résidence *La Cristolienne* le 13 avril 2019

#### Rôle

- Associer les familles ou proches référents au fonctionnement de la Résidence au travers leur participation aux réunions du CVS
- Attention : la prise en compte des situations individuelles n'est pas de la compétence du CVS, ceci étant le rôle de l'association des familles (AFABEC)

### Planning 2019:

- Date limite de réception des candidatures : **25 mars**
- Établissement de la liste des candidats : **26 mars**
- Date limite de réception des votes par correspondance : **11 avril**
- Élections à l'accueil de la Résidence *La Cristolienne* : **13 avril** (10h30 à 15h45)
- Dépouillement des résultats : **13 avril à partir de 16h**

# CRISTOLIENNE

## Fête des Grand-Mères



À l'occasion de la fête des grand-mères la Cristolienne a offert une belle journée de réjouissance à ses habitants. Au restaurant, vers midi, quand beaucoup descendent pour manger, les tables étaient décorées de nappes colorées et de serviettes fleuries. Les serveurs et serveuses étaient habillés de vêtements de couleurs, et un gigot d'agneau fut servi pour l'occasion.

Chaque dame a reçu un joli bouquet de fleurs.

Arrivée 16h, les résidents ont pu descendre pour assister au spectacle émouvant de Nelly Dequesne, "il était une fois grand-mère..." Spectacle racontant la belle histoire d'amour de sa grand-mère et de son grand-père qui dure depuis 60 ans !

# CRISTOLIENNE



Témoignages :

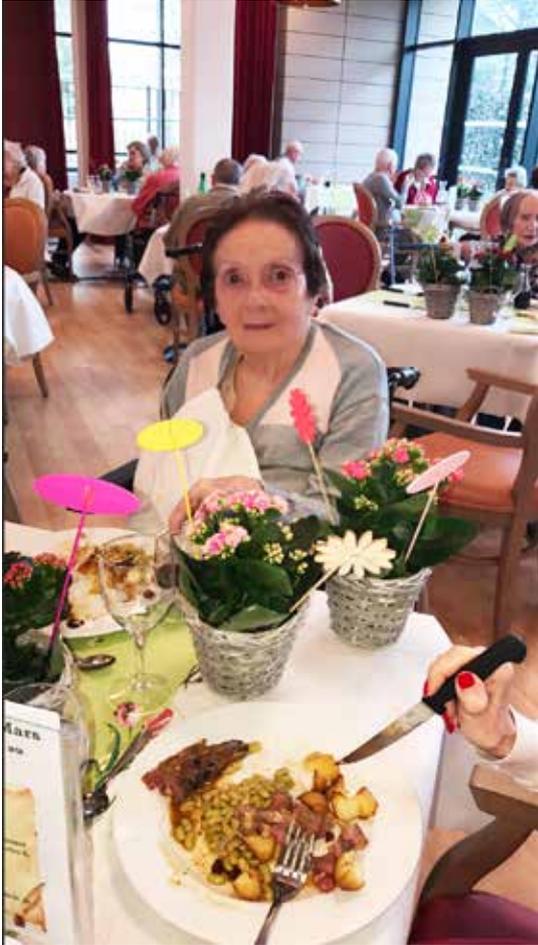
\*la fille d'une résidente : « j'ai beaucoup aimé le spectacle, il est très bien expliqué avec beaucoup d'humour"

\*une résidente : "Il y a des choses où je me suis reconnue. La comédienne chante extrêmement bien"

Une belle journée pour tous, et encore bonne fête à toutes les grand-mères !

Vanina, Animatrice

# CRISTOLIENNE



# CRISTOLIENNE



# ANIMAUX

## Afrique du Sud: Un plongeur est gobé par une baleine avant d'être recraché sain et sauf



**Le plongeur a eu le réflexe de retenir sa respiration en attendant que le cétacé ne le libère.**

Un plongeur a été happé par une baleine près des côtes sud-africaines. Le cétacé l'a gardé quelques secondes dans sa gueule avant de le relâcher, rapporte The Telegraph.

Rainer Schimpf n'avait jamais vécu cela. Le mammifère aquatique de plusieurs tonnes l'a avalé alors que l'homme de 51 ans était au milieu d'un banc de sardines près des côtes de Port Elizabeth. Rainer Schimpf essayait d'obtenir des clichés d'un requin quand « tout est allé très vite ».

# ANIMAUX

## Sans rancune

Le quinquagénaire a retenu sa respiration par réflexe, le temps que le cétacé le libère. « J'ai senti une pression sur les hanches. J'ai su tout de suite qu'une baleine m'avait attrapé. Je n'ai jamais vécu ce genre de situation. Je pense que c'était une surprise pour la baleine aussi », a raconté le plongeur sud-africain, qui s'en est tiré sain et sauf.

« Les baleines ne mangent pas les humains. Ce n'était pas une attaque, ce n'était pas la faute de la baleine et ce sont des êtres vraiment sensibles. Ce n'était qu'un accident », a déclaré une collègue de Rainer Schimpf, Claudia Weber-Gebert. Ajoutant que, lorsqu'elles ont la gueule grande ouverte, les baleines ne voient pas devant elles.

Source : 20 minutes



## Marseille: Meghan Markle s'affiche avec des boucles d'oreilles françaises, les ventes de la PME explosent



**La société Gas Bijoux, qui fête ses 50 ans, fait face à un engouement inattendu depuis que Meghan Markle s'est affichée avec l'une de leurs boucles d'oreilles**

Dans l'atelier niché dans une petite rue du centre-ville de Marseille, personne n'a vraiment d'explication. « On l'a appris par la presse », confie Nadine Hatchondo, responsable des collaborations. Le 25 février dernier, Meghan Markle s'est affichée avec une paire de boucles d'oreille fabriquée entre ces quatre murs, ceux de Gas Bijoux, lors d'un voyage officiel à Rabat. « On pense qu'elle l'a achetée elle-même ou qu'un de ses stylistes l'a achetée dans une de nos boutiques », suggère Olivier Gas, le président de l'entreprise et fils du fondateur, qui se réjouit de cette « jolie surprise ».

# ÉCONOMIE

Depuis ce voyage, les demandes pleuvent pour la petite entreprise marseillaise qui compte 130 salariés, dont 80 artisans. « On prévoyait de faire une cinquantaine de pièces de ce modèle dans la saison, explique Olivier Gas. Mais on est en rupture de stock et, les commandes sont sur liste d'attente. Pour l'heure, nous enregistrons 300 commandes non satisfaites. »

## Sur liste d'attente

Il faut dire que dans cette petite structure, tout est fait à la main, et la production réalisée à flux tendu demande du temps. « Il faut attendre six à huit jours », explique Olivier Gas, qui tient à défendre le côté artisanal de son activité. Des dizaines d'autres bijoux sont fabriquées chaque jour dans cet atelier, à petite échelle. Une rareté qui a un prix : la paire sur laquelle la duchesse de Sussex a jeté son dévolu coûte 130 euros.

Par ce coup de projecteur, Meghan Markle a ainsi offert un joli cadeau d'anniversaire pour les 50 ans de l'entreprise. Le Marseillais André Gas, son fondateur, a commencé par vendre des bijoux sur la plage de Saint-Tropez, avant d'ouvrir une boutique dans la célèbre commune varoise. Cinquante ans plus tard, l'entreprise compte 532 points de vente dans le monde entier et n'a cessé de conquérir le cœur de nombreuses célébrités... dont Lady Di, il y a 35 ans.

Source : 20 minutes



## Le mot le plus long

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

**T I G E N A N L E M**

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

## Anagrammes

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

Avec les 7 lettres de RIANTES, vous pouvez trouver 3 autres mots.

Avec les 9 lettres de CAPITULER vous pouvez trouver 1 autre mot.

## Syllabes en folie

Avec ces 15 syllabes vous pouvez faire 5 mots :

RIA – MEN – TOI – CHA – CHE – RE – CAR – CER – TER – MOIS – COM – RI  
– MA – TOU – GE

## D'un mot à l'autre

Comment passer du mot SAINT au mot VANNE en changeant une seule lettre à chaque fois.

SAINT

-----

-----

VANNE

# CALENDRIER D'ACTIVITÉ

## ABBAYE

### Samedi 23 mars

**15h00** Lecture de la revue «ça bouge»,  
**15h30** Grand loto spécial printemps,  
3ème Bellay  
**11h00** Jeux de table  
**11h00** Panier du jour en cuisine  
**15h30** Grand loto spécial printemps,

### Dimanche 24 mars

**\*\*PRINTEMPS DE LA POÉSIE\*\***

**16h00** Spectacle Eric Mille «La Beauté»,  
3ème Bellay  
**11h00** Diffusion de la messe  
**15h00** Atelier « beauté et bien-être »  
**16h00** Spectacle Eric Mille «La Beauté»,  
4ème Bellay  
**15h00** Salle Espace sensoriel

### Lundi 25 mars

**10h15** Atelier NTIC  
**15h15** Vidéo « Yves Saint Laurent »,  
**17h15** Chorale, T.Ganchou,  
**17h30** Jeu mystère,  
3ème Bellay  
**11h00** Lecture de la revue «ça bouge»  
**11h00** Panier du jour en cuisine / En route pour le pressing  
**15h15** Vidéo « Yves Saint-Laurent »,

### Mardi 26 mars

**10h30** Atelier intergénérationnel « Nos attentes »,  
**11h00** Sortie restaurant  
**15h00** Atelier Petites Mains,  
**15h30** L'heure musicale « Chants et danses de l'armée soviétique » 2ème partie,  
**17h00** Club mémoire, M. Bouchot,  
**17h00** Jeu de questions,  
3ème Bellay  
**11h00** Atelier boulangerie  
**11h00** Panier du jour en cuisine / En route pour le pressing  
**15h30** L'heure musicale «Chants et

danses de l'armée soviétique » 2ème partie,  
**16h30** Atelier tricot  
4ème Bellay  
**15h00** Salle Espace sensoriel

### Mercredi 27 mars

**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** jeu interactif  
**15h30** Atelier créatif  
**17h30** petit loto

### Judi 28 mars

**11h10** Jeu de marche et équilibre,  
**14h30** Tir à l'arc  
**16h00** Après midi gourmand en compagnie de Pierre Guerin  
**16h00** Messe,  
3ème Bellay  
**11h00** Atelier dessin  
**11h00** Panier du jour en cuisine ou En route pour le pressing,  
**15h00** Après-midi gourmand.

### Vendredi 29 mars

**10h30** Atelier peinture,  
**14h00** Atelier peinture,  
**14h30** Atelier écriture,  
**14h30 à 16h30** Bibliobus,  
**15h30** Exercices corporels,  
**15h30** Atelier peinture,  
**16h45** Revue de presse,  
**17h00** Club mémoire,  
3ème Bellay  
**11h00** Atelier tricot  
**11h00** Panier du jour en cuisine / En route pour le pressing  
**14h45** Carré musical ou espace sensoriel  
**16h15** Gym Douce

# CALENDRIER D'ACTIVITÉ

## BORDS DE MARNE

### Samedi 23 Mars

- 10h15 Sortie marché à Sucy en Brie
- 11h00 Jeux de motricité
- 15h00 Cocktail /Club pâtisserie
- 17h00 Loto
- Animation 3ème étage
- 11h00 Club vidéo
- 11h00 Les moments détente sur RDV

### Dimanche 24 Mars

- 11h00 O 'plaisirs fruités
- 15h00 Club évasion
- 17h00 Grand loto
- Animation 3ème étage
- 11h00 Les moments détente sur RDV

### Lundi 25 Mars

- 11h00 Espace détente sur RDV
- 11h00 Bonjour chez vous sur RDV
- 11h00 Exercices corporels
- 12h00 Repas rencontre
- 15h00 Jeux de table
- 15h00 Assemblée de prière
- 16h00 Heures Savoureuses
- 16h30 Ambiance musicale
- Animation 3ème étage
- 10h15 Exercices corporels
- 10h45 Préparation de la pâte à crêpes
- 15h45 Heures savoureuses/ accordéon

### Mardi 26 Mars

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

### Mercredi 27 Mars

- 10h00 Espace détente sur RDV
- 11h00 Tai-chi
- 12h00 Repas rencontre
- 15h00 Création couture – crochet et atelier créatif
- 15h30 Épisode de vie sur RDV
- 17h00 Bingo
- 17h30 Chorale
- Animation 3ème étage
- 10h30 Atelier couture

### Jeudi 28 Mars

- 11h00 Documentaire
- 11h30 Sortie : Restaurant Indien
- 15h00 Jeux de mémoire
- 17h00 Jeux mystère
- Animation 3ème étage
- 11h00 Contes et rires
- 15h15 Nos souvenirs
- 16h00 Collation entre amis

### Vendredi 29 Mars

- 10h15 Atelier musical
- 11h00 Gym douce
- 12h00 Repas rencontre
- 14h30 Poterie
- 14h45 Tir à l'arc
- 15h15 Jeux inter génération
- 15h30 Atelier « Do, ré, mi »
- 17h00 Jeux de questions
- Animation 3ème étage
- 11h00 Atelier musical
- 15h00 Préparation de la soupe
- 16h00 Collation entre amis

# CALENDRIER D'ACTIVITÉ

## CITÉ VERTE

### **Samedi 23 Mars** Printemps des Marmots

- 8h00** r.d.c Petit déjeuner gourmand
- 9h30** r.d.c Concert de l'Harmonie Municipale
- 15h30** r.d.c Quizz sur le printemps
- 17h00** r.d.c Jeux de table
- 18h00** r.d.c Billard Hollandais
- 11h00** 3ème En compagnie d'Élise
- 13h30** 3ème Vie quotidienne
- 15h30** 3ème Spectacle de chansons avec Nelly
- 17h15** 3ème Au fil du temps

### **Dimanche 24 Mars**

- 11h00** Messe TV
- 15h30** r.d.c Après-midi gourmand « Salade d'oranges à la cannelle et thé à la menthe »
- 18h00** r.d.c Billard hollandais
- 11h00** 3ème Messe TV
- 13h30** 3ème Vie quotidienne
- 15h30** 3ème Après-midi gourmande « Salade d'oranges à la cannelle et thé à la menthe »
- 17h15** 3ème Au fil du temps

### **Lundi 25 Mars**

- 10h30** r.d.c Art floral spécial printemps avec le RAM
- 11h00** r.d.c Gym Douce
- 11h00** « Entre nous... »
- 15h30** r.d.c Atelier créatif
- 17h00** r.d.c Chiffres et lettres
- 18h00** r.d.c Billard hollandais
- 11h00** 3ème En compagnie d'Élise
- 13h30** 3ème Vie quotidienne
- 15h30** 3ème Atelier créatif
- 17h15** 3ème Au fil du temps

### **Mardi 26 Mars**

- 10h30** r.d.c Point guichet
- 10h30** r.d.c Petite boutique

- 11h00** « Entre nous... »
- 14h30** r.d.c Tir à l'arc
- 15h30** r.d.c Équilibre et prévention des chutes
- 17h00** r.d.c Mots croisés
- 18h00** r.d.c Jeux de société
- 11h00** 3ème Panneau photos
- 13h30** 3ème Couture
- 15h30** rdc Clef des chants I.Simon
- 17h15** 3ème Au fil du temps

### **Mercredi 27 Mars**

- 11h00** Sortie en ville
- 11h00** « Entre nous... »
- 15h30** r.d.c Thé dansant avec J.P T.
- 16h30** r.d.c Réunion Citoyennage
- 18h00** r.d.c Billard hollandais
- 10h30** 3ème En compagnie d'Élise
- 13h30** 3ème Vie quotidienne
- 15h30** 3ème Thé dansant
- 17h15** 3ème Au fil du temps

### **Jeudi 28 Mars**

- 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 Mélissa
- 11h00** 3ème Petit Bac
- 13h30** 3ème Vie quotidienne / DVD
- 15h30** 3ème Contes
- 17h15** 3ème Au fil du temps

### **Vendredi 29 Mars**

- 11h00** « Entre nous... »
- 15h00** r.d.c Chorale avec Charles
- 17h00** r.d.c Jeu de questions
- 18h00** r.d.c Jeu de société
- 11h00** 3ème Revue de presse
- 13h30** 3ème Vie quotidienne / DVD
- 15h30** 3ème Karaoké
- 17h15** 3ème Au fil du temps As

# CALENDRIER D'ACTIVITÉ

## CRISTOLIENNE

### Samedi 23 Mars

**12h00** Repas à thème Fruit de mer  
(sur inscription places limitées)  
**15h00** Atelier pâtisserie  
**17h30** Lecture de la revue « ça bouge »  
1er Étage  
**11h30 et 18h30** « Dressons la table »

### Dimanche 24 Mars

**15h00** Ciné-club Documentaire  
«Doisneau»  
1er Étage  
**A partir de 10h30** Émissions  
Religieuses  
**11h30 et 18h30** « Dressons la table »

### Lundi 25 Mars

**15h30** Jeu de question  
**17h30** Atelier Bien-être  
1er Étage  
**10h30** Jeu de questions  
**15h00** Lecture  
**11h30 et 18h30** « Dressons la table »

### Mardi 26 Mars

**15h00** Atelier peinture avec Gildas  
**15h30** Atelier Gym douce  
**16h30** Loto  
**18h00** Revue de presse  
1er Étage  
**11h00** Atelier peinture avec Gildas  
**15h00** Quizz musical  
**11h30 et 18h30** « Dressons la table »

### Mercredi 27 Mars

**14h30** Sortie Maison des Arts de  
Créteil  
**15h30** Chorale  
**16h30** « De fil en aiguille »  
**18h00** Brainstorm  
1er Étage  
**10h00** Atelier Gym/équilibre  
**11h30 et 18h30** « Dressons la table »

### Jeudi 28 Mars

**15h00** « Faisons connaissance »  
**17h30** Atelier créatif  
1er Étage  
**10h30** Atelier bien-être  
**15h00** Atelier pâtisserie  
**11h30 et 18h30** « Dressons la table »

### Vendredi 29 Mars

**16h00** Après-midi gourmand en  
compagnie musicale de Pier Guérin  
1er Étage  
**10h30** Atelier mémoire  
**11h30 et 18h30** « Dressons la table »

# SOLUTION JEUX

## DROIT À L'IMAGE

L'un des objectifs de la revue hebdomadaire "ça bouge" est de relayer les événements - grands et petits - de la vie au sein des Résidences grâce aux articles et aux photos qui sont adressés à la rédaction.

Afin de respecter les souhaits de chacun en termes de droit à l'image, nous attirons votre attention sur le fait que :

- Les personnes ayant posé pour les photos sont présumées avoir donné leur accord pour leur publication.
- "ça bouge" est mis en ligne sur le site internet des Résidences Services ABCD une semaine après sa parution. Les personnes opposées à la publication de leur(s) photo(s) sont invitées à en informer la rédaction dans un délai d'une semaine suivant la parution papier.

D'un mot à l'autre  
SAINT  
SAIN  
VAINE  
VANNE

Syllabes en folie  
TERRITORE  
COMMENCER  
CARTOUCHE  
MARIAGE  
CHAMOIS

Anagrammes  
• ERIGES – GRISEE – REGIES – GESIER  
• RIANTES – SATINER – TRAINES – TSARINE  
• CAPITULER – PARTICULE

Le mot le plus long  
ALIGNEMENT

Solutions des  
jeux



# COMITÉ DE RÉDACTION

Rédacteur en chef  
Responsable communication  
Documentation, mise en page  
Edition

Pascal Champvert  
Sophie Renault  
Sophie Renault  
Hamida Mortaza

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