

ça bouge!

**25
Octobre
2019**

ça bouge!
N°1428

Séjour au Croisic



Revue hebdomadaire des
Résidences - Services ABCD

Bonjour à tous !

(!) N'oubliez pas ce dimanche, nous changeons d'heure (!). A 3 heures du matin il sera 2 heures.

Cette semaine dans Ça Bouge, les résidents de l'Abbaye ont apprécié le concept mais surtout la balade en vélo-fauteuil.

Nous reviendrons également sur les animations que la résidence des Bords de Marne a organisé dans le cadre de la semaine bleue.

Mme Lenoir, résidente de la Cité Verte, nous racontera son histoire au temps de la seconde guerre mondiale.

Pour finir, M. Kerviel, nous racontera son séjour au Croisic.

Excellente semaine à tous.

Sophie RENAULT
Chargée de communication



Ça Bouge n°1428

26 octobre > 01 novembre 2019

L'ACTU DES RÉSIDENCES

CHANGEMENT D'HEURE

ALIZ'ART EXPOSE

BALADES VÉLO-FAUTEUIL, UN PROJET FORMIDABLE !!!

LA SEMAINE BLEUE À LA RÉSIDENCE DES BORDS DE MARNE

LA MAISON AUX INSECTES

UNE JEUNE FILLE DE 19 ANS...

SÉJOUR AU CROISIC

ANIMAUX

LES FOURMIS LES PLUS RAPIDES DU MONDE SE TROUVENT DANS LE SAHARA

SOCIÉTÉ

TITRE

ANIMAUX

TITRE

JEUX

CALENDRIER DES RÉSIDENCES

Changement d'heure

Changement d'heure

Le passage à l'heure d'hiver se déroulera dans la nuit
du samedi 26 au dimanche 27 octobre 2019.



-1 heure

À 3 heures du matin,
il sera alors 2 heures.

Infographie © Direction de l'information légale et administrative (Premier ministre), 2019.

ABBAYE



www.alizart.fr

ALIZ'ART expose



du 21 octobre au 25 novembre 2019

Huiles, Aquarelles, Acryliques...

Entrée libre

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

ABBAYE

Balades vélo-fauteuil, un projet Formidable !!!



C'est avec un enthousiasme non dissimulé qu'un groupe de Résidents de l'Abbaye a pu bénéficier d'un projet au concept original : Les balades en vélo-fauteuil.

Ce projet, initié et porté avec ardeur depuis son lancement en Mai 2019 par M. Henri DEGUETTES, bénévole au Comité de Saint-Maur de l'APF France Handicap et président de l'association La Coccinelle (Loisirs et Sports partagés) vise, en effet, à permettre aux personnes à mobilité réduite de goûter à nouveau les plaisirs d'une balade à vélo sur les bords de Marne et d'en être véritablement les acteurs...de premier plan!

Grâce à une idée ingénieuse et à la ténacité des bénévoles investis dans cette initiative solidaire, les vélos « customisés » permettent de joindre un fauteuil roulant à l'avant d'un vélo, permettant ainsi aux personnes transportées d'occuper une position privilégiée à l'avant du dispositif,

ABBAYE

telle qu'elle l'occuperait si elle pilotait elle-même le véhicule.

Il faut, bien entendu, compter sur l'investissement sans faille des bénévoles pédaleurs qui n'hésitent pas à donner de leur temps et de leur énergie pour animer de tels dispositifs, actuellement au nombre de trois.

Ce merveilleux projet ne pouvait trouver qu'un écho favorable auprès des Résidents fervents des Sorties/balades au grand air et...Ce fut manifestement le cas !

Diogo, animateur à l'Abbaye accompagnant cette sortie, a même été sollicité par les organisateurs pour « donner un coup de pédale ! »

Mme BRUNAUD, M. BILLET, Mme CHAVY, Mme FOLLETET, Mme LOMBART, Mme MARINAÏ et Mme POIGNANT ont ainsi pu profiter d'une balade « FORMIDABLE ! » d'environ 30 minutes le long des Bords de Marne du Square, sur la piste cyclable située entre le square des Rupins et le Pont de Bonneuil. Les équipages Résidents/pédaleurs ont même été félicités à plusieurs reprises par les promeneurs qu'ils croisaient sur leur parcours !

Durant notre trajet de retour à la Résidence, nous avons recueilli leurs impressions à chaud :

Mme CHAVY : « Une première fois pour moi, très positive. Promenade agréable et à renouveler ++++. Cette sortie m'a fait le plus grand bien, mais à la fin l'attente dans le froid était difficile ».

M. BILLET : « Très belle sortie à recommencer. La Météo était de la partie, j'ai apprécié ».

Mme LOMBART : « J'ai trouvé sympathique et très reposant. J'aimerais la refaire si l'occasion se présente ».

Mme MARINAÏ : « Très bonne idée et très bonne sortie. Merci à ceux qui ont pédalé pour nous promener ».

ABBAYE



ABBAYE

Mme POIGNANT : « J'ai trouvé cela très bien et je me suis senti heureuse. J'ai passé une très bonne journée grâce à ça ».

Mme FOLLETET : « Excellente sortie. J'ai vraiment passé un super moment, à renouveler si possible ».

Mme BRUNAUD : « Très, très bien, j'aurais trouvé normal qu'il y ait une participation financière. Moi qui habitais à Saint-Maur, je ne connaissais pas ce coin là et j'ai trouvé ça très beau ».

Nous formons l'espoir que ce beau projet, encore en phase de test, puisse évoluer et permettre à terme au plus grand nombre de pouvoir bénéficier de cette épatante initiative.

Gilles, animateur



ABBAYE



BORDS DE MARNE

La semaine bleue à la Résidence des Bords de Marne

Cette année, le thème de la semaine bleue était « pour une société plus respectueuse de la planète : ensemble agissons. » A cette occasion, le planning habituel des activités s'est vu complètement chamboulé pour proposer aux résidents des activités autour de l'écologie.

La semaine a commencé dès le lundi sur le thème des abeilles. Le matin était proposé une conférence sur les abeilles et leur rôle dans notre écosystème. L'après-midi, un documentaire sur les abeilles a été diffusé suivi d'une dégustation de plusieurs types de miel pour le bonheur des plus gourmands.

Le mardi, les enfants de l'école Notre Dame sont venus pour confectionner une maison des insectes avec les résidents. La maison est installée dans le parc de la résidence, ainsi les enfants pourront venir voir son évolution et si elle se retrouve habitée dans les mois à venir. Ensuite, les résidents ont pu tester leurs connaissances sur les insectes avec un jeu de questions.

Le mercredi était placé sous le thème du recyclage. Les résidents, leurs familles et les professionnels étaient invités à donner les pantalons en jean non-utilisés et des rouleaux de papier toilette ou de sopalin. L'après-midi, les résidents de l'atelier création couture, ont confectionné des sacs à partir des jeans, et lors de l'atelier créatif, les rouleaux en carton ont été transformés en magnifiques fleurs qui ont ornés des miroirs. Ensuite un jeu de l'oie géant sur le recyclage a opposé l'équipe des boîtes de conserve et l'équipe des boîtes en carton avec une victoire des boîtes de conserve.

Le jeudi c'était le papier qui était à l'honneur. Le matin, les résidents ont pu assister à une conférence sur l'histoire du papier et de l'industrie du papier. L'après-midi les enfants du Multi-accueil nous ont rejoints pour faire du papier recyclé.

BORDS DE MARNE



BORDS DE MARNE

Le thème du vendredi était les énergies renouvelables. Le matin, une exposition photos sur les énergies renouvelables était proposée à la cafétéria et l'après-midi, les résidents ont pu découvrir un jeu de société sur le sujet.

Le samedi, nous avons reçu la visite des adolescentes du projet JANAC qui nous ont présenté les difficultés d'accès à l'eau potable à Madagascar et leur projet de voyage humanitaire. L'après-midi, les résidents ont échangé autour de leurs astuces du quotidien. Ces astuces seront présentées dans un prochain numéro « ça bouge ».

La semaine s'est clôturée dimanche avec un Grand Bingo où les résidents ont pu gagner les créations faites le mercredi à partir de produits recyclés.

Cette semaine avait pour objectif de sensibiliser petits et grands sur les enjeux écologiques que nous connaissons aujourd'hui pour mieux agir pour le respect de la planète.

Clara STEMPEL, Bureau de la vie sociale



BORDS DE MARNE

La Maison aux insectes



Pendant la semaine bleue, tournée vers l'écologie, la résidence des Bords de Marne a construit avec l'aide des enfants de Notre Dame, une cabane à insectes ! Mais pourquoi ??

Le but d'un hôtel à insectes est d'offrir un abri aux auxiliaires du jardin bourdons, papillons et autres pollinisateurs, coccinelles et autres prédateurs naturels des nuisibles du potager et du verger. Dites adieu aux traitements chimiques! Il faut protéger les insectes qui malheureusement disparaissent de plus en plus.

Au printemps, ils sortiront pour polliniser nos fleurs et nos cultures, et manger les pucerons de nos belles roses.

Alexandre, animateur

BORDS DE MARNE



CITÉ VERTE

Une jeune fille de 19 ans...

L'équipe de la vie sociale a créé un atelier "Edito de la Cité Verte" dans lequel Tiziana discute le lundi soir avec les résidents de tout et de rien. Cette semaine, elle nous fait parvenir pour le Ca Bouge ses échanges autour des souvenirs de jeunesse de Mme LENOIR.



En 1940 je suis une jeune fille de 19 ans, je vis chez mes parents avec ma sœur Paulette et ma grand-mère maternelle « Gillotte ». J'espérais une vie heureuse ou à tout le moins profiter de ma jeunesse.

Nous étions en vacances à Houlgate lorsque les allemands déclarèrent la guerre à la France ». Mon père, pharmacien, fut mobilisé à l'hôpital de Melun. La famille put le rejoindre assez facilement.

Les mois s'écoulèrent presque tranquillement, on parlait de « drôle de guerre », les allemands progressaient dans le nord de l'Europe, jusqu'au mois de juin où ils envahirent la France.

Leur avancement fut rapide et nous contraignit à quitter Melun pour Angers où une cousine nous attendait.

Les allemands aux trousses, la famille prit le train pour Eymoutiers dans le Limousin. Mes parents avaient convenu de se rejoindre chez une connaissance dès le début de la guerre en cas de séparation.

Le train s'acheminait péniblement avec de fréquents arrêts lorsqu'un survol par l'aviation allemande obligea les voyageurs à se réfugier dans un champ de blé au grand dam du cultivateur.

Un matin rattrapés par les allemands en gare de Luçon en Vendée, la locomotive fut détachée.

CITÉ VERTE

Ma mère se mit en quête d'un logis et trouva une famille qui voulut bien nous héberger. Nous étions toujours en zone occupée. Nous passâmes plusieurs semaines là jusqu'à ce que l'on puisse rejoindre Eymoutiers en zone libre où l'on entendit l'appel du général de Gaulle fomentant un gouvernement de France libre et appelant à la résistance.

Un jour arriva enfin des nouvelles de mon père mobilisé dans un hôpital de Tarbes où nous le rejoignîmes. Plusieurs mois s'écoulèrent jusqu'à sa démobilisation et nous repartîmes de nouveau pour Eymoutiers dans l'attente de la suite des événements.

Puis mon père fut obligé de rentrer à Courbevoie pour réouvrir la pharmacie.

Le retour en train s'effectua sur la paille des wagons à bestiaux, nous regagnâmes la zone occupée la mort dans l'âme.

Le quotidien reprit son cours sauf que nous vivions sous les bombardements, les descentes à la cave de jour comme de nuit dès que les sirènes hurlaient, les restrictions de nourriture, les tickets de rationnement, les files interminables aux boutiques d'alimentation. Je me souviens que l'on a même élevé des lapins dans notre appartement. Ce fut le quotidien des citadins jusqu'à la libération de Paris où les américains furent accueillis dans la joie pour ne pas dire la liesse générale.

Bien que la paix soit revenue le quotidien d'après-guerre restait pénible jusqu'au jour où je rencontrai un jeune homme charmant, Roger, que j'épousai. Je fus très heureuse en ménage, nous eûmes trois fils, et nous coulâmes des jours heureux pendant 64 ans.

Aujourd'hui je vis en maison de retraite où je suis bien entourée par un personnel très dévoué.

Je vis de mes souvenirs en pensant à mes 3 fils, mes 7 petits-enfants et mes 12 arrières petits-enfants.

Finalement malgré la parenthèse de la guerre, la vie m'aura offert une belle compensation au travers de mon bonheur marital et familial.

CITÉ VERTE

Séjour au Croisic



" J'ai été le seul résident de l'Abbaye à être allé passer une semaine de vacances au Croisic du 22 au 28 Septembre, séjour organisé par la résidence de la Cité Verte.

Ce séjour a été agréable dans l'ensemble malgré un temps tout à fait défavorable, grâce aux animatrices qui ont fait un travail extraordinaire pour nous permettre, malgré nos handicaps, de profiter au maximum du site, avec, en particuliers Martine et Marie.

Nous avons d'abord fait une promenade au bord de la mer malgré le temps, puis l'après-midi visite de la maison des paludiers de Guérande. Ensuite, visite (très intéressante) des marais salants, complétée par une visite au musée avec un film très documenté sur le travail des paludiers. Puis visite de l'aquarium du Guérande où nous avons l'impression

CITÉ VERTE

de nous balader au milieu des poissons très variés et impressionnants (avec des baleines, les crocodiles, etc).

Ensuite nous sommes allés visiter le village de Kerhinet avec les maisons au toit de chaume.

Nous avons terminé par une promenade au marché du Croisic où nous avons pu faire des achats.

Merci donc, à la résidence de la Cité Verte de m'avoir invité à passer de bonnes vacances."

M. KERVIEL Claude



CITÉ VERTE



CITÉ VERTE



ANIMAUX

Les fourmis les plus rapides du monde se trouvent dans le Sahara



Les *Cataglyphis bombycinas* étaient déjà célèbres pour leur capacité à arpenter les dunes à la recherche de leur futur repas. Désormais, ces fourmis argentées du Sahara viennent de décrocher le titre de fourmis les plus rapides du monde avec des pointes à 0,855 m/s, indique une étude publiée ce jeudi par le *Journal of Experimental Biology*.

« En calculant les vitesses maximales des insectes », Harald Wolf et Sarah Pfeffer, chercheurs de l'université d'Ulm en Allemagne, ont été « impressionnés de constater que les animaux atteignaient un incroyable 0,855 m/s, soit 108 fois leur propre longueur corporelle par seconde », explique un communiqué de la *Company of Biologists*, une association scientifique qui a commenté ces résultats.

ANIMAUX

Un jeu de pattes étonnant

Pour en savoir un peu plus, les deux chercheurs sont allés filmer les fourmis en pleine action dans le désert tunisien, en 2015. En plus de définir ces vitesses records, les scientifiques ont découvert que ces sprinteuses étaient plus rapides quand les températures étaient très chaudes. Au frais, à 10°C en laboratoire, leurs performances déclinent en effet (0,057 m/s).

La taille de leurs pattes est un atout majeur : elles sont 20 % plus courtes que celles de leurs cousines des marais salants tunisiens, les *Cataglyphis fortis*. Et tout est dans la technique : elles sont capables d'agiter leurs petites pattes à des vitesses incroyables, pouvant effectuer jusqu'à 47 pas par seconde. Et si besoin, ces fourmis passent au « galop », propulsant simultanément leurs six pattes dans les airs et ne les reposant que 7 millisecondes. Le tout dans un mouvement parfaitement synchronisé.



JEUX

ADULE		ACCUEIL- LIR AVEC JOIE		COUVRIT D'UN JAUNE SOUTENU		SOUILLÉE		AGENCE DE TRI		ENTRE L'EST ET LE SUD
COMME UN NAVIRE VIDE		CRÈME AU CHOCOLAT		ANIMAL AGILE DES SOMMETS		ANTI- CHAMBRE		BELLE DE CON- COURS		RÉPÉTER ENCORE
				AUROCHS						
TAXI- DERMISTE										
MÉDECIN POUR TOUS										METTANT EN ÉVEIL
EXCEP- TIONNEL				CAUSERA DU TORT						
BOUCHE DE CORBEAU								ARTICLE CASTIL- LAN		
								BON VOULOIR		
ELLE TIENT SON LOGIS AVEC SES DOIGTS	PAS VRAIMENT TIEDE									
								INDIQUE QU'ON DOIT REJOUER LA BALLE	VILLE ANGLAISE CÉLÈBRE POUR SON COLLÈGE	
BRUIT À RÉ- PÉTITION	LES ENFANTS Y PARTENT L'ÉTÉ									
			ÉLÉGANT ET À LA MODE	PRODUITS COSMÉ- TIQUES		PLANTE TROPÍ- CALE		BIEN À TOI		
			C'EST LA FÊTE !	VOIES FERRÉES		LE FER AU LABO		DÉMONS- TRATIF		
COPIE FRAUDU- LEUSE										
PER- FIDEMENT										
CON- TRAIRE DU TANGAGE						IL SE MESURE SUR LA RÈGLE				
MENTION MOYENNE										
		DEVANT L'HOMME QUAND IL EST BEAU				PRÉFIXE SIGNI- FIANT AVEC				
ON Y FORME DES TECH- NOCRATES				IL ASSURE UN SERVICE RAPIDE ET SOIGNÉ						

CALENDRIER D'ACTIVITÉ

ABBAYE

Samedi 26 octobre

15h30 Comité des sorties d'hiver,
20h30 Le Théâtre vous propose sur
réservation « Turbulence(s) »

3ème Bellay

11h00 Jeux de table
11h00 Espace Sensoriel
11h00 Panier du jour en cuisine
15h30 Comité des sorties d'hiver,

Dimanche 27 octobre

15h00 Lecture de la revue «ça bouge»,
16h00 Spectacle de country par Jim
Stuart,

3ème Bellay

11h00 Diffusion de la messe
16h00 Spectacle de country par Jim
Stuart,

4ème Bellay

15h00 Salle Espace sensoriel

Lundi 28 octobre

10h15 Atelier NTIC,
11h00 Rencontre avec les élèves AMP
en compagnie de Marielle,
15h15 Conférence « Le Népal » par
Art Bohème, suivi d'un temps de
rencontre,

17h30 Jeu mystère,

3ème Bellay

11h00 Lecture de la revue «ça bouge»

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

15h15 Conférence « Le Népal » par
Art Bohème, suivi d'un temps de
rencontre,

Mardi 29 octobre

10h30 Tranche de vie,
15h00 Atelier Petites Mains,
15h30 L'heure musicale de Gilles
«Sound Breaking – Trouver sa voix»,
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 de Gilles «

Sound Breaking – Trouver sa voix »,
4ème Bellay

15h00 Salle Espace sensoriel

Mercredi 30 octobre

10h30 Atelier poterie Groupe 1,

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 « avec la Voix » en compagnie de
Cathy

17h00 petit loto

4ème Bellay

16h00 « Mise en Voix » en compagnie
de Cathy

Jeudi 31 octobre

11h00 Sortie restaurant

11h10 Jeu de marche et équilibre,

14h30 Tir à l'arc,

16h00 Après midi gourmand en
compagnie d'Yvan Lubrany,

16h00 Messe de la Toussaint,

3ème Bellay

11h00 Atelier dessin

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

Vendredi 1er novembre

10h à 12h : Les résidents vous
accueillent à La Boutique,

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, M. Bouchot,

3ème Bellay

11h00 Atelier tricot

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

14h45 espace sensoriel

16h15 Gym Douce

CALENDRIER D'ACTIVITÉ

BORDS DE MARNE

Samedi 26 Octobre

11h00 Jeux de motricité
12h00 Repas rencontre
15h00 Cocktail /Club pâtisserie
17h00 La grande roue
Animation 3ème étage
11h00 Club vidéo
11h00 Les moments détente sur RDV

Dimanche 27 Octobre

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

Lundi 28 Octobre

10h15 Espace détente sur RDV
11h00 Bonjour chez vous sur RDV
11h00 Exercices corporels
14h30 Espace détente sur RDV
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 29 Octobre

10h30 Atelier peinture
14h30 Sortie : « faites votre shopping Primark » à Créteil Soleil
14h30 Atelier peinture
15h00 Atelier Créatif
17h00 Loto musical
Animation 3ème étage
11h00 Atelier beauté
15h00 Salade de fruits
16h00 Collation entre amis

Mercredi 30 Octobre

10h00 Espace détente sur RDV
11h00 Tai-chi
12h00 Repas rencontre
15h00 Atelier créatif
17h00 Bingo
17h30 Chorale
Animation 3ème étage
10h30 Atelier couture

Judi 31 Octobre

11h00 La petite boutique
11h00 Documentaire
15h00 Atelier Citrouille
17h00 Jeux mystère
Animation 3ème étage
11h00 Activité à la carte
15h15 Nos souvenirs
16h00 Collation entre amis

Vendredi 1er Novembre

11h00 Gym douce
14h45 Tir à l'arc
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 26 octobre

15h30 r.d.c Conférence sur le Brésil avec P. Prévot
17h00 r.d.c Jeux de table
18h00 r.d.c Billard Hollandais
11h00 3ème Jeu de questions
13h30 3ème Vie quotidienne
15h30 3ème Ecoute musicale
17h15 3ème Au fil du temps

Dimanche 27 octobre

11h00 Messe TV au 1er
15h30 r.d.c Qui veut gagner des millions
17h00 r.d.c Mots croisés
18h00 r.d.c Billard Hollandais
11h00 3ème Messe TV
13h30 3ème Vie quotidienne
15h30 3ème Quizz « Fruits et fleurs d'automne »
17h15 3ème Au fil du temps

Lundi 28 octobre

10h30 r.d.c Atelier peinture Gildas
11h00 r.d.c Décoration Halloween
11h00 « Entre nous... »
16h00 r.d.c Atelier modelage Gildas
17h00 r.d.c Chiffres et lettres
18h00 r.d.c Edito de la Cité verte
11h00 3ème Atelier mémoire
13h30 3ème Vie quotidienne
15h30 3ème Préparation des bonbons Halloween
17h15 3ème Au fil du temps

Mardi 29 octobre

10h30 r.d.c Point guichet
10h30 r.d.c Petite boutique
11h00 « Entre nous... »
14h30 r.d.c Tir à l'arc
14h30 2ème Club lecture
15h30 r.d.c Atelier équilibre
17h00 r.d.c Mots croisés
18h00 r.d.c Jeux de table

11h00 3ème Atelier culinaire
13h30 3ème Couture
15h30 r.d.c Clef des chants I.Simon
17h15 3ème Au fil du temps AS

Mercredi 30 octobre

Journée Halloween
11h00 Sortie en ville
11h00 Qi-Gong
15h00 r.d.c Chasse aux Bonbons pour Halloween
16h00 r.d.c Sculpture de ballons suivi du Goûter
18h00 r.d.c Billard hollandais
10h30 3ème Atelier musical
13h30 3ème Vie quotidienne
15h30 3ème Chansons avec JP Talmond
17h15 3ème Au fil du temps

Judi 31 octobre

11h00 « Entre nous... »
15h30 r.d.c Art Floral Hortensia
17h00 r.d.c Jeux de table
17h00 r.d.c Relaxation
18h00 r.d.c Jeux de lettres
11h00 3ème Écoute musicale
13h30 3ème Vie quotidienne / DVD
15h30 3ème Panneau photos
17h15 3ème Au fil du temps

CALENDRIER D'ACTIVITÉ

CRISTOLIENNE

Samedi 26 Octobre

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

Dimanche 27 Octobre

15h30 « L'avare » (durée 2h00)
1er Étage
10h30 Emissions Religieuses
11h30 et 18h30 « Dressons la table »

Lundi 28 Octobre

08h00 Petit déjeuner Gourmand, sur inscription
15h00 Loto
16h30 Gossip Cristo
18h00 Bingo
1er Étage
09h30 Nouvelles du jour
10h30 Ballades
15h00 Le tricot c'est du gâteau
16h00 Café des amis
16h30 Atelier bien-être
11h30 et 18h30 « Dressons la table »

Mardi 29 Octobre

11h00 à vos baskets si le temps le permet
15h00 Faisons connaissance
16h30 Atelier Créatif
17h00 Atelier bien-être
18h00 Jardinage
1er Étage
09h30 Nouvelles du jour
10h30 Atelier peinture ou Atelier créatif
15h00 Chanson souvenir
16h00 Café des amis
16h30 Jeux de table
11h30 et 18h30 « Dressons la table »

Mercredi 30 Octobre

11h00 à vos baskets si le temps le permet
15h00 Atelier Gym douce
16h00 Chorale
17h00 Le tricot c'est facile
1er Étage
09h30 Nouvelles du jour
10h30 Jeu de mémoire
11h30 Déjeunons ensemble
15h00 Vidéo « Le jour se lève » (durée 86 minutes)
16h00 Café des amis
11h30 et 18h30 « Dressons la table »

Judi 31 Octobre

15h30 Yoga
16h30 Jeux de table
17h30 Apéro party
21h00 Pyjama Party, sur inscription
1er Étage
09h30 Nouvelles du jour
10h30 atelier gym/équilibre
15h00 Atelier pâtisserie
16h00 Café des amis
16h30 Jeu de question
11h30 et 18h30 « Dressons la table »

