

ça bouge!

22
Novembre
2019

ça bouge!

N°1432

Sortie au Memphis



Bonjour à tous !

Cette semaine dans Ça Bouge la résidence de l'Abbaye est en effervescence. Elle organise son 18ème marché de Noël autour de l'art ainsi que son Festival d'improvisation théâtrale. Nous vous attendons nombreuses et nombreux ce week-end.

Les résidents des Bords de Marne ont voyagé de l'autre côté de la méditerranée lors d'un petit déjeuner orientale bien gourmand.

Quant aux résidents de la Cristolienne ils ont pris plaisir à réaliser des Irish Coffee et cuisiner un feuilleté au citron.

Bonne semaine à tous.

Sophie RENAULT
Chargée de communication

Ça Bouge n°1432

23 > 29 novembre 2019

L'ACTU DES RÉSIDENCES

18ÈME MARCHÉ DE NOËL

FESTIVAL D'IMPROVISATION
THÉÂTRALE

SORTIE AU MEMPHIS

PETIT DÉJEUNER ORIENTAL

INAUGURATION DE LA
CRISTO'COOP

ATELIER IRISH COFFEE

QUELLE EFFERVESCENCE À LA
CRISTOLIENNE !

PLANÈTE

PIONNIÈRE DE L'ANTI-GASPI ET
ÉCOLO SANS LE SAVOIR, LA MÉMÉ
EN PLEIN RETOUR DE « HYPE »

JEUX

CALENDRIER DES RÉSIDENCES

Premier prix pour l'Abbaye

MDRS a attribué hier soir à la résidence de l'Abbaye le 1^{er} prix du meilleur rapport qualité prix de France pour les établissements pour personnes âgées C'est ce même guide qui avait attribué l'an dernier la deuxième place à la Cristolienne.

Voici une belle récompense à la veille de l'anniversaire des 50 ans !

Bravo à toute les équipes de salariés et de bénévoles qui contribuent au quotidien à cette qualité et merci à toutes celles et tous ceux qui ont envoyé des messages sur le site de MDRS !

C'est une belle victoire d'équipe!

P. CHAMPVERT, Directeur ABCD

ABBAYE

18ème Marché de Noël de l'Abbaye Autour de l'Art



Entrée libre

A l'Intérieur de la Résidence

Samedi 23 Novembre 2019 de 11h à 19h et

Dimanche 24 Novembre 2019 de 11h à 19h

Artistes, Artisans, Créateurs...

Marché de Noël autour de l'art

3, impasse de l'Abbaye ou 10A, quai Beaubourg

94100 Saint-Maur-des-Fossés

Au 01 55 12 17 20



*Peintures, Poteries, Sculptures,
Broderies, Bijoux...*

*Animations musicales,
Jeux pour enfants,*

Salon de thé, Vin chaud, Crêpes...

A poster for the 'Festival d'Improvisation Théâtrale' at the Abbaye. The background is a light grey wall with a large, colorful splash of paint in shades of red, orange, and green. A woman in a floral dress and a man in a striped shirt are performing on a wooden floor. A red curtain is on the left. The text 'Fest' Impro' is in a pink and green box at the top right. The main title 'FESTIVAL d'Improvisation Théâtrale' is in pink and green. The dates '22-23-24 nov 2019' are in black. Ticket prices 'adulte 12 € / enfant 8 €' and 'Possibilité Pass 2 et 3 spectacles' are in black. 'Restauration sur place' is in black. The venue name 'THÉÂTRE DE L'ABBAYE' and address '3 Impasse de l'Abbaye / 10A, Quai Beaubourg 94100 Saint-Maur-des-Fossés' are in pink and black. The reservation number '01 55 12 11 80' is in black. The 'Théâtre de l'Abbaye' logo is in a pink and green box at the bottom.

Fest' Impro

FESTIVAL d'Improvisation Théâtrale

22-23-24 nov 2019

adulte 12 € / enfant 8 €
Possibilité Pass 2 et 3 spectacles

Restauration sur place

THÉÂTRE DE L'ABBAYE

3 Impasse de l'Abbaye / 10A, Quai Beaubourg 94100 Saint-Maur-des-Fossés

Réservation : **01 55 12 11 80**

Théâtre de
l'Abbaye

ABBAYE

Le groupe ABCD célébrera les



ans de la **Résidence de l'Abbaye** le :

Mercredi 4 décembre à 11h30



Résidence de l'Abbaye - 10 A quai Beaubourg - 94100 Saint Maur

ABBAYE

Sortie au Memphis



Le 14 novembre, les résidents de l'Abbaye ont déjeuné au restaurant typiquement américain le "Memphis".

Memphis offre un véritable voyage dans le temps et dans l'espace grâce à son ambiance inimitable issue des Happy days.

Dans une ambiance conviviale, ils ont dégusté d'authentiques recettes américaines.

Tous se sont régalés et ont passé un agréable moment.

ABBAYE



BORDS DE MARNE

Petit déjeuner oriental



Mercredi 6 novembre la résidence des Bords de Marne a organisé un petit déjeuner oriental pour l'ensemble des résidents...

Ce dernier s'est déroulé dans une ambiance conviviale. Nous avons dansé au rythme de la musique orientale et des youyous.

Au menu nous avons des crêpes aux mille trous (aussi appelé Baghrir), des Msemms (crêpe feuilletée) et des gâteaux enroulés de noix de coco le tout accompagné de thé à la menthe.

Merci aux cuisinières de nous avoir régalé avec ces préparations maison!

Christal, animatrice

BORDS DE MARNE



BORDS DE MARNE



CRISTOLIENNE

Inauguration de la Cristo'coop



Invitation



Le **groupe ABCD** vous convie à l'inauguration de la coopérative alimentaire «Cristo'coop» le :

Mercredi 11 décembre à 12h

Résidence de la Cristolienne
16 bis avenue du chemin de Mesly - Créteil

La Cristo'coop est une « coopérative alimentaire » c'est à dire une épicerie autogérée fondée sur le bénévolat, axée sur l'achat en circuit court de produits de qualité répondant à des critères sociaux et environnementaux exigeants. Elle revend ces produits à prix coûtant.

L'ouverture de cette coopérative illustre à nouveau l'ouverture des résidences ABCD sur l'extérieur.

À cette occasion seront présents les Résidents, les membres du Conseil d'Administration et du Conseil de la Vie Sociale, les familles, bénévoles et personnels de la Cristolienne.

CRISTOLIENNE

Atelier Irish coffee



Cette boisson aurait été créée par Joseph Sheridan à la fin des années 1930 à Foynes en Irlande, où arrivaient de 1939 à 1945 les vols transatlantiques en hydravion. Les passagers, pour la plupart militaires alors frigorifiés et effrayés voulaient boire une boisson chaude et revigorante. Elle devait ressembler à un verre de Guinness. Le chef de l'établissement, Joseph Sheridan eut l'idée de faire cette boisson pour redonner de l'énergie à ces voyageurs. Une plaque visible à l'aéroport de Shannon commémore cette création.

L'Irish coffee a ensuite été revisitée en 1952 après plusieurs jours de recherche par Jack Koeppler, propriétaire du Buena Vista à San Francisco. L'écrivain Stanton Delaplane qui lui demanda s'il était capable de faire cette célèbre boisson servie à l'aéroport de Shannon.

CRISTOLIENNE

Alors que la version originale était préparée avec de la crème liquide, qui était rajoutée pour refroidir la boisson trop brûlante pour être bue rapidement, les recettes modernes utilisent le plus souvent de la crème chantilly.

Il existe de nombreuses façons de préparer l'Irish coffee, variant selon l'établissement ou le serveur. Soit le café chaud et fortement sucré est versé sur du whisky, soit, à l'inverse, on fait fondre du sucre dans du whisky qu'on chauffe doucement. On verse alors le café sur le whisky. Ce cocktail peut se préparer directement dans un verre préalablement chauffé à l'eau chaude pour éviter qu'il n'éclate au contact du mélange. Le café mélangé à l'alcool peut aussi être réchauffé avec la buse vapeur d'une machine à expresso.

La difficulté est d'arriver à ce que la crème flotte sur le liquide chaud. Pour cela, soit la crème liquide est versée sur une cuillère affleurant tout juste du liquide chaud, soit la crème est légèrement battue pour lui donner plus de légèreté, la solution de facilité restant le nappage à la crème chantilly.



CRISTOLIENNE



CRISTOLIENNE

Quelle effervescence à la Cristolienne !



"Nous étions un petit groupe d'apprentis pâtissiers et avons confectionné un feuilleté au citron meringué et sa baignade au caramel. Quelle ambition ! Ce fut tout de même très réussi....

Mais que s'est-il produit ? Une chimère bien smog a envahi la cuisine provoquant ainsi une panique générale car le détecteur de fumée a éclaté. Tous nos appareils de cuisine ont sauté. Plus d'électricité, plus d'ascenseur, portes bloquées... Notre vie fut en suspens le temps d'une éternité.

Notre chère Catherine Jayet nous expliqua rapidement que la situation était sous contrôle. Rassurés, nous pûmes goûter ce caprice des dieux. Ce fut un très beau gâteau, nous avons l'air moins tarte !

PS : Comme dirait l'autre : Tout est bien qui finit bien !

Signé par « Les aspirants »

CRISTOLIENNE



CRISTOLIENNE



PLANÈTE

Pionnière de l'anti-gaspi et écolo sans le savoir, la mémé en plein retour de « hype »



Et si les mamies avaient eu raison avant tout le monde ? Incarnation du bon sens et de l'anti-gaspi, la mémé, cette écolo qui s'ignorait, prend sa revanche.

On avait beau l'adorer, ses réflexions agaçaient. « Ferme la porte, tu chauffes le cul du bon Dieu... », « Attention tu fais des épluchures trop grosses ! », « Toutes ces feuilles de papier toilette pour des petites fesses d'enfant ? » Chez Léonie, à Villeneuve-l'Archevêque, dans l'Yonne, la vaisselle se faisait en bassine, dans l'évier, la douche devait être désencombrée avant exceptionnel usage, la télé se regardait, agglutinés autour de la cuisinière, la température des chambres poussait à s'enfouir jusqu'aux yeux sous l'édredon, les pulls étaient tricotés main, les rangs de haricots verts arrosés à l'eau de pluie, les croûtes de pain échangées contre les tomates du voisin, qui élevait poules et lapins, et le biclou du grand-père tenait lieu de SUV (véhicule utilitaire sportif).

PLANÈTE

Près d'un demi-siècle plus tard, hommage doit lui être rendu : Léonie dite « mémère Nini » avait raison. Cette grand-mère de la campagne et de peu de moyens, qui n'avait que trop connu la guerre, les tickets de rationnement et les rutabagas, était, par nécessité, écologiste avant même que le mot existe ; elle pratiquait, sans s'imaginer pionnière, la sobriété, le zéro déchet, l'économie circulaire, la permaculture, le locavorisme, l'échange de services et le do it yourself.

Mouchoirs en tissu et poêles à bois

Qui veut réduire son empreinte carbone adopte peu ou prou, aujourd'hui, le mode de vie des mémés à blouse de la France rurale. Montreuil (Seine-Saint-Denis) et Villeneuve-l'Archevêque : mêmes mouchoirs en tissu, mêmes poêles à bois, mêmes vélos, même combat ! Le rapprochement ne réjouit pas forcément les militants écologistes, las d'être renvoyés aux temps éclairés à la bougie. Pour mobiliser la jeunesse, Greta Thunberg vaut mieux que mémère Nini. Quoique... « Mémé [L'Iconoclaste, 2014], c'est un label politique, estime Philippe Torreton. C'est mon livre le plus engagé même si telle n'était pas mon intention initiale. »

Début 2014, l'acteur publiait cette ode à son aïeule normande Denise et à « sa simplicité de vivre », qui n'a cessé, depuis, de se vendre (185 000 exemplaires) et de lui valoir du courrier. « Je me méfie, pondère-t-il, de notre regard nostalgique. Son existence était rude tout de même. Mais une partie de la survie de l'espèce humaine dépend de notre capacité à nous réapproprier sa sobriété, après avoir été tant poussés à consommer, à jeter. Ce n'est ni passéiste ni réactionnaire. C'est un retour au bon sens. »

Retour que l'ancien sociétaire de la Comédie-Française opère lui-même en famille. Ses deux enfants, jure-t-il, savent se transmettre les vêtements, éteindre les lumières et finir leur assiette. Dans le jardin de la maison, en Val-de-Marne, les poules, récupérateur d'eau et salades ont leur place. « Je me lave au lavabo, poursuit-il, je ne prends plus qu'une douche par semaine, comme mémé. Ne pas gaspiller, cuisiner

PLANÈTE

les restes, recycler... je l'entends me parler ! »

L'urgence environnementale offre une belle revanche à la culture « mémé », en ce début de troisième millénaire. Celle-là même qu'avaient ringardisée la modernité consumériste des « trente glorieuses », le tout-jetable, le tout-plastique. Sur les blogs écolos, et sur fond de tendres photos noir et blanc, le quotidien exhumé des grands-parents ou arrière-grands-parents, leur vie modeste, économe, leur proximité avec la nature et les saisons, redeviennent source d'inspiration. Les bocaux, les filets à provisions, le verre consigné, le compost, le potager, les poules, le bidon d'eau de pluie au milieu du jardin, les conserves maison, l'art d'accommoder restes et épluchures, le garde-manger à la cave, l'achat en vrac chez le commerçant du coin, les serviettes de table et mouchoirs en tissu, les bouillottes, les couches lavables, le savon noir et le vinaigre blanc : tout ressort comme par magie de l'armoire normande.

Retraité de la SNCF, Frédéric Wetzel poursuit l'énumération sur son site Internet Jeuxsauverlaplanete. Le sexagénaire a transformé son pavillon de Baisieux (Nord) en laboratoire de basse consommation d'eau et d'électricité pour « reproduire l'exemple » de sa grand-mère Aurélie, qui l'a élevé dans les années 1950. « Son équipement électrique se limitait à quatre ou cinq ampoules et une radio qu'elle ne laissait jamais allumées inutilement. La lessive et le lavage des sols s'effectuaient à l'eau de pluie. Aurélie était écolo malgré elle. Elle faisait attention, c'est tout. Ça la ferait rigoler, toutes ces choses auxquelles on revient. A cette époque, les conditions de vie des femmes n'étaient pas très agréables...

Une websérie avec mamie

Difficile en effet de qualifier d'« heureuse » la sobriété du monde rural après-guerre. « Les femmes aujourd'hui nonagénaires étaient aliénées, elles menaient une vie de labeur, sans aucun loisir », rappelle Christine Castelain-Meunier, sociologue de la famille et de l'environnement à l'EHESS et au CNRS. Et pourtant, crise écologique aidant, les mémés se muent, selon elle, en « modèle porteur » conforme aux aspirations des plus jeunes : « Leurs pratiques font sens aujourd'hui. A cette différence

PLANÈTE

près que les tâches sont désormais partagées dans le couple. Et que ce mode de vie est un choix, effectué pour épargner la nature, qui procure une certaine fierté. On est passés de la frugalité imposée à la sobriété heureuse, grâce aux technologies et services qui viennent à notre secours. »

Tandis qu'Ehpad et villages crient misère, la « mémémania » s'impose, beau paradoxe, hissant l'aïeule qui n'en demandait pas tant au sommet de la pyramide de la hype. Une websérie collaborative en témoigne, qui lancera bientôt sa deuxième saison grâce au financement participatif : Grandmas Project. De jeunes réalisateurs se filment en cuisine avec leur grand-mère. Comme Irvin Anneix, artiste vidéaste de 29 ans, et sa mamie Yoda, confectionnant en duo et rires complices un lait de poule à la campagne. Les treize premiers films ont cumulé plus de 100 000 vues. Jonas Parienté, créateur du projet, évoque sa mémé polonaise qui n'utilisait jamais qu'un sachet de thé quel que fut le nombre de tasses. « Elle me semblait trop près de ses sous. Elle avait l'art de consommer le moins possible. Aujourd'hui, je la vois d'un autre œil, avec mes trois enfants que je sensibilise à l'épuisement des ressources... »

Un filon pour les marques

La publicité et le marketing font les mêmes yeux doux à cette rassurante, bienveillante, immuable incarnation de la simplicité. Cette « antithèse de la figure de modernité froide et superficielle », comme la caractérise Mme Castelain-Meunier. Mémé est mise à toutes les sauces. Quoi de plus tendance que de nommer son restaurant Odette ou Albertine et Louison ? Elaborer la carte d'après les recettes de l'aïeule, ou en sa compagnie ! Jean Imbert, chef trentenaire et médiatique, joue sur du velours nostalgique. Après avoir inauguré un restaurant à Miami avec le chanteur Pharrell Williams, il a ouvert Mamie par Jean Imbert, en mars, à Paris, avec sa grand-mère Nicole, 92 ans, au blanc chignon, dont le portrait devant un baba au rhum chantilly peut déclencher 18 000 mentions enamourées sur Instagram.

PLANÈTE

Au menu, poulet rôti, blanquette de veau, œufs à la neige... De l'enfance en cocotte que concoctent aussi les seniors recrutés par les deux restaurants Nos grands-mères ont du talent, le traiteur Mamie Foodie ou le service de chefs à domicile Lou Papé. Les produits d'épicerie bio Mémé Georgette font un tabac. Mamie Colette permet de se doter en ligne d'accessoires zéro déchet, Mamy Factory ou Gang de grands-mères de commander des vêtements de bébé tricotés main de mémés, Mamie & Co de faire le ménage à la mode de Marie-Thérèse, la mamie du fondateur. A moins d'opter, en grande surface, pour les produits ménagers Paulette.

N'en jetez plus, des mémés ! « La société n'avance pas dans le bon sens, alors on prend le contre-pied, défend David Couthon, 46 ans, fondateur et patron de Mamie & Co. Ce n'est pas une tendance, c'est un courant de fond. » Une angoisse, soudain : le courant nous portera-t-il jusqu'aux napperons en crochet, aux blouses de ménage à fleurs, aux capuchons en plastique des jours de pluie ? Parce que, là, avouons-le, mémé n'avait pas forcément raison.

Source : lemonde.fr



Le mot le plus long

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

R I L O P A V C I N

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

Anagrammes

Avec les 6 lettres de PAVEUR vous pouvez trouver 2 autres mots.

Avec les 8 lettres de MENISQUE, vous pouvez trouver 1 autre mot.

Avec les 10 lettres de MEMORISANT vous pouvez trouver 1 autre mot.

1 pour tous

Trouvez le verbe commun à ces expressions :

- Sur ses pas
- A la charge
- Au point de départ
- Aux sources

D'un mot à l'autre

Comment passer du mot SOBRE au mot TABLE en changeant une seule lettre à chaque fois.

SOBRE

TABLE

CALENDRIER D'ACTIVITÉ

ABBAYE

Samedi 23 novembre

****MERCHE DE NOËL****

16h00 Spectacle chorale A tout cœur,
20h30 Le Théâtre vous propose sur
réservation le spectacle d'improvisation
« Fushigi »

3ème Bellay

11h00 Jeux de table

11h00 Espace Sensoriel

11h00 Panier du jour en cuisine

15h00 Spectacle chorale A tout cœur

Dimanche 24 novembre

****MARCHÉ DE NOËL****

Déambulation Spectacle Orgue de
Barbarie par Cathy

16h00 Le Théâtre vous propose sur
réservation le spectacle d'improvisation
« Zoom »

3ème Bellay

11h00 Diffusion de la messe

15h00 Atelier « beauté et bien-être »

16h00 Le Théâtre vous propose sur
réservation le spectacle d'improvisation
« Zoom »

4ème Bellay

15h00 Salle Espace sensoriel

Lundi 25 novembre

10h15 Atelier NTIC,

15h00 Spectacle chorale de Villiers sur
Marne,

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

15h00 Spectacle chorale de Villiers sur
Marne,

Mardi 26 novembre

10h30 Tranche de vie,

15h30 L'heure musicale «Don Pascale
– Opéra Bouffe de Donizetti» 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 Contes pour rire et rêver

4ème Bellay

15h00 Salle Espace sensoriel

Mercredi 27 novembre

10h30 Atelier poterie,

14h15 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

Judi 28 novembre

11h10 Jeu de marche et équilibre,

13h30 Sortie Institut du Monde Arabe

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 en
compagnie de Pierre Guerin.

Vendredi 29 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 23 Novembre

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

Dimanche 24 Novembre

10h00 Sortie : marché de noel à l'Abbaye de Saint maur
11h00 Revue de presse
14h30 Jeux de table
16h30 Ambiance musical avec Jean Patrick accompagner d'un piano
Animation 3ème étage
11h00 Les moments détente sur RDV

Lundi 25 novembre

10h15 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 Novembre

11h00 Atelier informatique
14h30 Sortie : Cinéma à Ormessons
15h00 Visite des enfants de l'école Notre Dame sur RDV
17h00 jeux mystère
Animation 3ème étage
11h00 Atelier beauté
15h00 art floral
16h00 Collation entre amis

Mercredi 27 Novembre

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

Jeudi 28 Novembre

11h00 La boutique
11h00 Documentaire
15h00 club culture
17h00 loto
Animation 3ème étage
15h15 Nos souvenirs
16h00 Collation entre amis

Vendredi 29 Novembre

10h15 Atelier musical 2è étage
12h00 REPAS FRUITS DE MER
14h30 Poterie
4h45 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 23 novembre

15h30 r.d.c Atelier créatif
« Pliage de serviettes »
17h00 r.d.c Jeux de table
18h00 r.d.c Billard Hollandais
11h00 3ème Panneau photos
13h30 3ème Vie quotidienne
15h30 3ème Écoute musicale
17h15 3ème Au fil du temps

Dimanche 24 novembre

11h00 Messe TV au 1er
15h30 r.d.c LOTO gagnant
17h00 r.d.c Jeux de table
18h00 r.d.c Billard Hollandais
11h00 3ème Messe TV
13h30 3ème Vie quotidienne
15h30 3ème Décorations de Noël
17h15 3ème Au fil du temps

Lundi 25 novembre

10h30 r.d.c Atelier peinture
11h00 « Entre nous... »
16h00 r.d.c Atelier modelage
17h00 r.d.c Les causerie de Jacqueline
« Toutânkhamon »
18h00 r.d.c Revue de presse
11h00 3ème Atelier culinaire
13h30 3ème Vie quotidienne
15h30 3ème Goûter gourmand
17h15 3ème Au fil du temps

Mardi 26 novembre

10h30 r.d.c Point guichet
10h30 r.d.c Petite boutique
10h30 Atelier culinaire avec le RAM
14h30 r.d.c Tir à l'arc
15h30 r.d.c Atelier équilibre
17h00 r.d.c Mots croisés
18h00 r.d.c Jeux de table
11h00 3ème Atelier créatif
13h30 3ème Couture
15h30 r.d.c Clef des chants I.Simon
17h15 3ème Au fil du temps

Mercredi 27 novembre

11h00 Sortie en ville
11h00 Qi-Gong
15h00 r.d.c Thé dansant
avec JP Talmond
17h00 r.d.c Jeu de questions
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

Jeudi 28 novembre

11h00 « Entre nous... »
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 Écoute musicale
13h30 3ème Vie quotidienne / DVD
15h30 3ème Contes
17h15 3ème Au fil du temps

Vendredi 29 novembre

11h00 « Entre nous... »
15h00 r.d.c Karaoké
17h00 r.d.c Panneau photos
18h00 r.d.c Jeux de table
11h00 3ème Atelier mémoire
13h30 3ème Vie quotidienne
15h30 3ème Art floral
17h15 3ème Au fil du temps

CALENDRIER D'ACTIVITÉ

CRISTOLIENNE

Samedi 23 Novembre

15h00 Sortie Marché de Noël de l'Abbaye,
15h00 Atelier pâtisserie
18h00 Lecture de la revue « ça bouge »
1er Étage
11h30 et 18h30 « Dressons la table »

Dimanche 24 Novembre

Ciné-Club Salle PASA
15h00 « La Môme » (durée 2h21)
17h40 « Notre planète, les mondes gelés » (durée 50 minutes)
1er Étage
10h30 Emissions Religieuses
11h30 et 18h30 « Dressons la table »

Lundi 25 Novembre

15h00 Restaurant Loto
16h30 au restaurant Jeu de questions
18h00 salon du patio
1er étage
9h30 Nouvelles du jour
10h30 Atelier bien-être
15h00 Le tricot c'est du gâteau
16h00 Café des amis
16h30 Atelier bien-être
11h30 et 18h30 « Dressons la table »

Mardi 26 Novembre

14h30 Conférence sur le thème des senteurs en partenariat avec l'université inter âge
16h30 Atelier Créatif
17h30 Karaoké
1er Étage
09h30 Nouvelles du jour
10h30 Atelier créatif
15h00 Chanson souvenir
16h00 Café des amis
16h30 Jeux de table
11h30 et 18h30 « Dressons la table »

Mercredi 27 Novembre

11h30 Sortie restaurant « le bœuf sur le toit »,
15h00 Atelier Gym douce
16h00 Chorale
17h00 Le tricot c'est facile
1er étage
09h30 rotonde Nouvelles du jour
10h30 Jeu de mémoire
11h30 Déjeunons ensemble
15h30 « prémonition » (durée 1h40)
16h00 Café des amis
11h30 et 18h30 « Dressons la table »

Judi 28 Novembre

15h30 Yoga
16h30 Jeux de table
17h30 Bowling
1er étage
09h30 Nouvelles du jour
10h30 Gym/équilibre
15h00 Atelier pâtisserie
16h00 Café des amis
16h30 Jeu de question
11h00 et 18h30 « Dressons la table »

Vendredi 29 Novembre

08h00 Petit déjeuner à thème Portugais,
11h00 Sortie achats,
15h00 Rédigeons des articles
16h00 Après-midi gourmand en compagnie musicale de Pier Guerin
18h00 Jardinage
1er étage
09h30 Nouvelles du jour
16h00 Après-midi gourmand en compagnie musicale
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
SOBRE
SABRE
SABLE
TABLE

1 pour tous : REVENIR

Anagrammes
• PAVEUR - VAPUR - PAUVRE
• MENISQUE - MESQUINE
• MEMORISANT - ROMANTISME

Le mot le plus long
PROVINCIAL

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 et Cristolienne