

ça bouge!

15  
Décembre  
2017

ça bouge!  
N° 1336

## Les Résidents des Bords de Marne se délectent à la Pizzeria Del Piano



Bonjour à tous !

Cette semaine la Résidence de l'Abbaye a reçu deux Députées : Mme IBORRA et Mme Fiat. Nous reviendrons sur cette visite dans le prochain numéro.

Samedi 16 décembre auront lieu les élections des représentants des familles au conseil de la vie sociale à l'accueil de chaque Résidence.

Nous vous invitons à découvrir dans ce numéro un article sur la nouvelle Résidence de Créteil "La Cristolienne" dont l'ouverture est prévue début 2018.

Monsieur Weber, Résident de l'Abbaye, souhaite partager avec vous un article qu'il a écrit au sujet des personnes handicapées.

Quant aux Résidents des Bords de Marne ils ont passé un moment très convivial et gourmand à la pizzeria Del Piano.



Sophie RENAULT  
Chargée de communication

## L'ACTU DES RÉSIDENCES

### INFOS FAMILLES

"ÉCLAIREURS DE LA RENCONTRE,  
BÂTISSEURS DE PAIX"

PÉTITION DE LA FÉDÉRATION  
HOSPITALIÈRE DE FRANCE

COMME CHEZ SOI À LA RÉSIDENCE  
LA CRISTOLIENNE

CONNAÎTRE LES HANDICAPÉS

LES RÉSIDENTS DES BORDS DE  
MARNE SE DÉLECTENT À LA  
PIZZERIA DEL PIANO

## SOCIÉTÉ

LES FRANÇAIS DE PLUS EN PLUS  
OPPOSÉS AUX PRATIQUES DE  
CHASSE

## JEUX

## CALENDRIER DES RÉSIDENCES

# INFOS FAMILLES

## Élections des représentants des Familles au Conseil de la Vie Sociale

Le Conseil de la Vie Sociale (CVS) est l'instance consultative permettant d'associer les Résidents, les clients du Services à Domicile ainsi que leurs proches au fonctionnement des établissements et du service à domicile.

Il donne des avis au Conseil d'Administration sur l'ensemble des sujets concernant les structures.

Les candidats sont les suivants :

### RÉSIDENCE DE L'ABBAYE :

- M. BAEGERT Jean-Claude
- Mme BOUDIER Marceline
- M. GIRIN Alain
- Mme HENRY Danièle

### RÉSIDENCE DE LA CITÉ VERTE :

- Mme ALLOT Henriette
- Mme HECTOR Anne-Marie
- Mme NORMAND Sylviane

### RÉSIDENCE DES BORDS DE MARNE :

- Mme CAPTUS-GLASSE Danièle
- Mme COUOT Sylvie
- Mme LABE Catherine

## MODALITÉS DE VOTE

Inscrivez les noms du ou des candidats de votre choix, se présentant dans la résidence de votre (vos) parent(s), sur papier libre.

Sont à pourvoir :

- Résidence de l'Abbaye : 2 postes titulaires + 2 postes suppléants,
- Résidence des Bords de Marne : 2 postes titulaires + 1 postes suppléants,
- Résidence de la Cité Verte : 3 postes titulaires

### ● VOTE PAR CORRESPONDANCE

Insérez le bulletin dans une 1ere enveloppe qui sera cachetée et incluse dans une 2ème, mentionnant au dos vos coordonnées et le nom de votre parent(e) / vos parents.

Les bulletins de vote devront être envoyés avant le 14 décembre 2017 (cachet de la poste faisant foi), à l'adresse suivante :

Monsieur le Directeur «Élections CVS»  
3 impasse de l'Abbaye - 94100 Saint Maur

### ● VOTE SUR PLACE

Un bureau de vote sera ouvert à l'accueil de chaque Résidence :

Samedi 16 décembre de 10h30 à 15h45

### ● DÉPOUILLEMENT

Le dépouillement aura lieu le lundi 18 décembre.

**Le vote aura lieu à bulletin secret.**

**Un seul vote par famille sera comptabilisé** (par correspondance ou sur place).

# PAGE DE L'AUMÔNERIE

---

## "Éclaireurs de la rencontre, Bâtisseurs de paix"

La lumière de la Paix de Bethléem est une opportunité à saisir pour porter ensemble une joie et une espérance au monde. Nous devenons ainsi des éclaireurs de la rencontre et des bâtisseurs de paix.

La paix n'est pas seulement l'absence de conflit, c'est aussi un état intérieur où chacun se sent à sa place, soi-même et aimé.

Baden Powell disait que "la paix est l'oeuvre de Dieu par l'amour pour tous. C'est ici que s'ouvre pour chaque membre de notre fraternité une mission splendide : celle de contribuer à la promotion de l'amitié et la bonne volonté parmi les différents pays monde."

C'est une marche confiante vers les autres et vers la foi avec la promesse que Dieu nous accompagne.

Xavier DE VERCHERE et Daniel CREMER,  
Chefs scouts et éclaireurs

La lumière de la Paix de Bethléem sera apportée et déposée à l'oratoire le :

**Dimanche 17 décembre à 16h**

par de jeunes "estafettes" du mouvement scout, au cours d'un temps de prière suivi d'un goûter. Les jeunes apporteront des gâteaux, nous offrirons des boissons.

Monique BOUCHOT

# ACTU DES RÉSIDENCES

## Halte à la baisse des moyens financiers des maisons de retraites

Le groupe ABCD étant adhérent de la Fédération Hospitalière de France (FHF), nous vous invitons à signer cette pétition sur : <https://www.change.org/p/madame-la-ministre-des-solidarités-et-de-la-santé-halte-à-la-baisse-des-moyens-des-maisons-de-retraite-publiques>

### HALTE À LA BAISSSE DES MOYENS FINANCIERS DES MAISONS DE RETRAITE

Marie-Louise, 97 ans



Si nous laissons se poursuivre une réforme qui réduit les budgets des maisons de retraite, c'est l'accueil des plus fragiles qui sera remis en cause.

Une société qui se veut juste et solidaire doit prendre soin de ses aînés.

**VOUS PARTAGEZ CES VALEURS ?  
SIGNEZ LA PÉTITION SUR  
CHANGE.ORG**

LES MAISONS DE RETRAITE  
PRENNENT SOIN DE NOUS, **PRENONS SOIN D'ELLES**

[www.fhf.fr](http://www.fhf.fr)   



FÉDÉRATION HOSPITALIÈRE DE FRANCE

# ACTU DES RÉSIDENCES

## Comme chez soi à la Résidence La Cristolienne

Vous trouverez ci-dessous l'article paru dans le magazine municipal de la ville de Créteil du mois de décembre au sujet de la nouvelle Résidence du groupe ABCD : La Cristolienne. Bonne lecture à vous.

## Comme chez soi à la résidence La Cristolienne

La nouvelle résidence pour personnes âgées, "La Cristolienne", ouvrira ses portes en fin d'année avec 90 logements et 10 places d'accueil de jour. Et un fonctionnement pensé pour se sentir "à la maison".



Répondre aux besoins des aînés : voilà l'objectif de la nouvelle résidence pour personnes âgées, "La Cristolienne", dont l'ouverture est prévue à la fin de cette année. Située non loin du Centre Ancien, juste à côté de l'hôpital Albert Chenevier, la structure bénéficie d'un environnement calme. Sur place, 90 logements individuels et cosy pour les personnes âgées, dont une trentaine est réservée à celles atteintes par la maladie d'Alzheimer. La maison de retraite comprend également 10 places en accueil de jour ainsi qu'un Pôle d'activités et de soins adaptés. Plus communément appelé "Pasa", celui-ci permettra de recevoir en journée les résidents présentant des troubles modérés du comportement. Édifié sur un terrain acquis par Créteil-Habitat-Semic, pour 17 millions d'euros,

l'établissement sera géré et animé par ABCD 94. Soutenue par la Ville, cette structure publique dispose d'une réelle expérience, géant déjà, en effet, trois établissements dédiés aux seniors dans le Val-de-Marne : la Résidence de l'Abbaye à Saint-Maur, Les Bords de Marne à Bonneuil et La Cité Verte à Sucy-en-Brie. Autre atout, La Cristolienne, accessible à toutes les aides sociales, pourra accueillir les personnes âgées, y compris celles aux revenus modestes. Un gros effort a été fait côté architecture. En forme de U, le bâtiment sera accessible par une entrée marquée de deux "voiles" en panneaux de terre cuite rouge. Particularité intéressante : l'importance des surfaces vitrées. En effet, que ce soit le hall d'accueil, les locaux de vie ou encore les logements, tous ces espaces sont dotés de grandes baies. Objectif : offrir

# ACTU DES RÉSIDENCES



En forme de U, la résidence offre des appartements très lumineux de 30 m<sup>2</sup> en moyenne.

un large champ de vision sur l'extérieur, toujours agréable pour les résidents comme pour les visiteurs. Dans le même sens, la résidence est entourée de végétation, visuellement prolongée par de jolies terrasses étagées. La Cristolienne, dont l'architecture s'intègre harmonieusement à celle des constructions voisines, répond aussi à des critères de performance énergétique, l'établissement ayant obtenu une série de labels de certification (BBC, HQE pour Haute Qualité environnementale, etc.).

## La convivialité avant tout

Dès l'arrivée dans les lieux, la convivialité est de mise. Les espaces dédiés à la vie collective sont au rez-de-chaussée. *"Tout est fait pour que chacun se sente comme chez soi"*, indique Pascal Champvert, qui dirige les établissements d'ABCD 94. En témoignent l'espace bar ou les salons aménagés à chaque niveau de l'établissement, avec la possibilité de prendre un café et de se poser en famille pour discuter. Les résidents disposent aussi d'une superbe bibliothèque et d'un ensemble de services allant du pressing au salon de coiffure, en passant par des soins esthétiques. Tout au long de la journée, les équipes de l'Ehpad auront aussi à cœur de proposer aux résidents des animations variées et adaptées aux envies de chacun.

*"Les espaces privés seront dans le même esprit que les lieux de vie collective"*, résume de son côté l'architecte du projet, Jacques Menninger. Le bâtiment est réparti sur trois niveaux : les résidents les plus autonomes intégreront les deuxième et troisième étages, tandis que ceux atteints de troubles cognitifs occuperont le premier niveau. Exit les chambres vieillottes des maisons de retraite d'antan ! D'environ 30 m<sup>2</sup>, très lumineux, chacun des 90 appartements aura son propre caractère. En effet, ils ne sont pas meublés afin que les résidents les aménagent avec leurs objets personnels.

En outre, les résidents pourront intégrer la Cristolienne avec leurs animaux domestiques.

## Des structures participatives

Le personnel, quant à lui, ne portera pas de blouse blanche : *"Habituellement, l'accent est mis sur les soins, la santé, la maladie des résidents, explique Pascal Champvert. Même si cela reste des données importantes, nous souhaitons, pour notre part, mettre davantage en valeur la libre expression des résidents, leur liberté de choix, leur citoyenneté."* Outre les activités "classiques" d'une maison de retraite (jeux de cartes, de mémoire, activités culturelles, gymnastique douce, tir à l'arc...), l'équipe de La Cristolienne souhaite mettre en place des structures participatives (conseil des résidents, commissions loisirs, sorties, etc.) pour que les résidents s'investissent pleinement dans le fonctionnement de leur nouvelle "maison".

Au sein de cette résidence, un centre d'accueil de jour de 10 places permettra par ailleurs d'accompagner les personnes ayant des troubles significatifs de la mémoire. Des activités sociales et thérapeutiques y seront organisées le temps d'une journée. *"Il s'agit d'un hébergement temporaire, idéal pour soulager les aidants familiaux et permettre aux résidents d'y prendre leurs marques tranquillement"*, conclut Pascal Champvert. ■

## UN ACCÈS FACILITÉ

Dans un premier temps, pour rejoindre La Cristolienne, l'entrée et la sortie des véhicules se feront par l'entrée principale de l'hôpital Chenevier, rue de Mesly. Puis, d'ici juin 2018, sera créée une voie particulière afin de permettre l'entrée des véhicules par l'arrière de la résidence et le long de la Maison d'accueil spécialisé Paul Gachet, rue du Chemin de Mesly. La sortie continuera de se faire par l'accès principal de l'hôpital.

# ACTU DES RÉSIDENCES

## Connaître les Handicapés

**Bernard WEBER, venu à la Résidence de l'Abbaye en 2016 pour accompagner son épouse, nous parle de son approche du monde des handicapés.**

Les « ZANDICAPÉS », comme disent certains bonimenteurs de la Télévision, eux-mêmes handicapés de la prononciation.

Pour parler des handicapés, il faut les connaître et pour les connaître, il faut les rencontrer, et aussi les comprendre.

Mais qui est handicapé ?

La majorité des gens associe l'appellation « handicapé » aux utilisateurs de fauteuils roulants, ou de déambulateurs.

Or, la réalité n'est pas aussi simple, car on peut être apparemment en bonne forme physique, mais être atteint d'une affection neurodégénérative qui rend la personne plus dépendante qu'un handicapé en fauteuil roulant. Et il y a la foule des malentendants, des malvoyants, tous dépendants d'appareils auditifs, de lunettes, et ceux équipés de prothèses plus ou moins visibles, mais qui, de fait, appartiennent aussi à la grande famille des personnes handicapées.

De plus, dans notre société où la violence se développe, chacun est maintenant exposé à devenir, de façon inattendue, une personne handicapée.

ALLER VERS L'AUTRE, et se mettre à sa place, pour connaître ses attentes, cela ne va pas de soi. J'ai dû faire un apprentissage solitaire en accompagnant des personnes handicapées jusqu'à l'intérieur de leurs logements.

J'y ai découvert que la vieillesse cachait souvent un trésor de souvenirs enfouis dans la mémoire, et qu'il suffisait d'une attention, d'un sourire,

# ACTU DES RÉSIDENCES

---

d'un entretien personnalisé pour la réveiller, et réanimer une vie déjà ensommeillée.

Car la vraie souffrance ne me semble pas être dans l'immobilisation, mais dans le manque d'écoute, l'absence de dialogue, et de considération. D'autant que dans notre société, où la forme physique et la jeunesse sont constamment valorisées, une personne handicapée peut ressentir un sentiment d'exclusion, pouvant mener à la résignation.

D'où l'importance des animations CONSTRUCTIVES, comme, par exemple, l'atelier de peinture, qui est une manière de dire des choses, ou celui de poterie, le pétrissage étant un défoulement, ou encore, l'atelier informatique, et internet qui ouvre une fenêtre sur le monde. A propos d'internet, j'ai constaté que pour ne pas se sentir seul, pour rester avec l'extérieur, certains résidents handicapés se tournent vers les radios et la télé, ou se connectent aux réseaux sociaux (E-MAIL / SMS / FACEBOOK ou autres).

Ces contacts, bien qu'utiles et pratiques, risquent cependant d'enfermer leurs utilisateurs dans une bulle artificielle d'inhumanité.

Le moyen d'échapper à ce nouveau risque d'isolement consiste simplement à ne pas négliger les activités mises en place par l'équipe d'animations de la résidence pour favoriser la communication et les échanges entre les résidents afin de maintenir de véritables contacts humains.

Ma première rencontre avec un handicapé remonte à mon enfance. Je devais avoir 3 ou 4 ans, quand, me promenant avec ma mère, j'ai vu venir vers nous un homme qui, avec un bâton blanc, frappait la bordure du trottoir. Cet homme portait des lunettes noires.

Stupéfait et inquiet, j'ai demandé à ma mère de m'expliquer. Elle m'a dit qu'il s'agissait d'un aveugle, c'est-à-dire, d'une personne qui ne peut voir. Je lui ai alors demandé pourquoi il portait des lunettes s'il ne pouvait rien voir. Cette rencontre m'a perturbé durablement.

# ACTU DES RÉSIDENCES

Plus tard, je devais avoir 10 ou 11 ans, j'avais une petite copine de mon âge, Marie, qui habitait dans un pavillon près du notre. J'allais quelque fois chez elle, jouer dans son jardin. Un jour, j'y ai vu un vieil homme occupé à fendre du bois sur un billot. Il posait les bûches debout, à tâtons, et il abaissait sa serpe après avoir tâté de la main gauche l'endroit où frapper.

« C'est Pépé », me dit Marie, « il est aveugle depuis un accident de travail, il y a 10 ans ». J'étais fasciné, puis admiratif par son adresse, son courage et, je le pressentais, pour son besoin d'être utile en participant aux tâches familiales.

Ma troisième rencontre m'a laissé un souvenir amer. Nous étions quatre camarades d'école, âgés d'environ 15 ou 16 ans, dans le métro et assez turbulents, après un bon déjeuner d'anniversaire.

On braillait en chœur une chanson débile qui se terminait ainsi : « ... et on tuera tous les affreux », et on riait, quand soudain, j'ai vu, recroquevillé sur un strapontin, un homme avec deux jambes artificielles, qui me regardait avec des yeux effarés et angoissés. Honteux, nous sommes descendus rapidement à la prochaine station.

Mais quelle souffrance ! Quel reproche dans ce regard !

Quelques années plus tard, j'avais un camarade d'école, Jean, un solide et beau garçon qui avait un bel avenir devant lui.

Mais tout a basculé quand il a été appelé pour combattre en Indochine. Il en est revenu avec un bras en moins.

Plusieurs mois après, Jean me racontait : « Quand je rencontre des gens, certains me disent : Ah la guerre ?... Vous n'avez pas eu de chance. Et je leur répondais : Si j'ai eu de la chance, la chance d'en revenir vivant ».

Mais plus tard, seul à seul, il me confiait : « tu sais, ça a été dur. Après

# ACTU DES RÉSIDENCES

l'amputation, je pensais que ma vie était foutue. Heureusement, j'ai été bien entouré et bien conseillé par des spécialistes qui m'ont expliqué que ma vie n'était pas terminée, mais qu'elle avait pris une direction imprévue.

Explication facile à comprendre, ajoutait-il, mais difficile à assimiler. Pourtant, tu vois, maintenant j'assume pleinement mon statut d'handicapé ».

Ces quatre approches successives m'ont fait prendre conscience des difficultés de la vie des personnes handicapées, et je me suis posé cette question : Comment devient-on handicapé ?

Généralement, on devient handicapé après la naissance. Les causes en sont multiples, par exemple :

- Suite à un accident de la route
- Suite à une guerre
- Suite à un attentat
- Suite à une chute malencontreuse ...

Mais si le nombre de victimes d'accidents de la route peut être réduit par le respect des règles de conduite, les guerres et les attentats demeurent des fatalités auxquelles nous demeurons exposés, et la personne valide aujourd'hui est peut-être l'invalidé de demain. Mais s'il y a un domaine dans lequel chacun peut intervenir efficacement, c'est bien celui de la prévention des chutes ;

## CAR LES CHUTES NE SONT PAS UNE FATALITÉ.

Confronté aux conséquences des chutes chez les personnes âgées, Monsieur Pascal CHAMPVERT a demandé aux résidences de retraite dont il assure la direction, de conjuguer leurs efforts pour créer et animer une semaine de sensibilisation aux risques de chutes.

Cette semaine particulière s'est déroulée du 16 au 21 novembre 2017. Supervisée par le Dr DAILLOUX, une équipe de spécialistes (podologue, psychomotricienne, ergothérapeute) a mis en place une batterie d'aides

# ACTU DES RÉSIDENCES

pour prévenir les chutes :

- Des conférences comme par exemple « Entretien sa forme, et garder l'équilibre »,
- Des exercices corporels spécifiques,
- Des ateliers comme celui dénommé « Equilibre »,
- Des jeux divers comme « Marche et équilibre », jeux des « 1001 buches » ...

Mais comment vivent les personnes handicapées ?

Autrefois, dans les campagnes, les handicapés demeuraient dans leurs familles, lesquelles n'avaient pas les moyens d'accéder à un établissement spécialisé, d'ailleurs peu nombreux à cette époque.

Ecartés de la vie active, ils étaient un peu oubliés, voire tournés en dérision par certains imbéciles, qui les affublaient de noms désobligeants, comme manchot ou cul-de-jatte !

Depuis les dernières guerres, et les récents attentats, une prise de conscience collective a permis de mieux comprendre les personnes handicapées, de mieux les intégrer dans la société, où, bien que diminuées, elles sont reconnues citoyennes à part entière.

Mais blessés dans leur chair, et meurtris dans leur âme, certains handicapés sont devenus des êtres hypersensibles, qui n'apprécient guère les démonstrations de commisération, mais qui reçoivent avec reconnaissance des marques de considération et de sympathie.

Si certaines personnes handicapées demeurent silencieuses ou résignées, c'est parfois par crainte de déranger leur entourage, et si d'autres s'accommodent de la solitude, c'est parce que, pour elles, solitude rime avec liberté, ou plus simplement, parce qu'elles refusent d'aller vers les autres.

D'ailleurs en maison de retraite, les personnes qui expriment le plus grand sentiment de solitude ne sont pas celles qui reçoivent le moins

# ACTU DES RÉSIDENCES

---

de visites.

Mais dans une maison de retraite où l'on est bien accueilli et bien entouré, une personne handicapée peut retrouver le plaisir de vivre, grâce aux animations, aux spectacles, aux moyens de communiquer, aux jeux proposés, ou aux sorties accompagnées.

A ce sujet, je n'oublierai jamais la sortie du jeudi 19 octobre 2017 pour un déjeuner et un après-midi dansant, à la guinguette du « MARTIN-PECHEUR ». Après le déjeuner, les animateurs-accompagnateurs ont fait évoluer des personnes handicapées assises dans leur fauteuil, au rythme de la musique.

Plus surprenant, une dame âgée a quitté son fauteuil roulant, et en s'aidant de ses cannes, s'est rendue sur la piste de danse pour valser, seule, une canne dans chaque main. Quel moment d'émotion ! ... Quel exemple pour ceux qui désespèrent !

A la résidence de l'Abbaye, les personnes handicapées qui « espèrent », participent aux nombreuses activités mises à leur disposition, et aux exercices corporels comme la pétanque ou le tir à l'arc.

En d'autres lieux, ces personnes participent à des sports individuels comme l'équitation, la natation voire le pilotage d'avion, ou des sports collectifs comme le basket ou le hockey, ou encore à des courses par catégorie.

Et que dire des « jeux handisports », qui démontrent qu'un individu diminué physiquement peut, en contrepartie, fortifier son mental et aussi son corps.

A l'aube de mes 89 ans, je me retourne pour mesurer le chemin parcouru par tous ceux qui consacrent leur temps à l'amélioration des conditions de vie des personnes handicapées, et je les félicite.

Bernard WEBER, Représentant des Résidents

# ACTU DES RÉSIDENCES

## Les Résidents des Bords de Marne se délectent à la Pizzeria Del Piano



C'est un 12 décembre et par un temps gris, pluvieux et froid que les résidents du Club de la Résidence des Bords de Marne sont partis chercher un peu de soleil à la Pizzeria Del Piano à St-Maur.

Leur spécialité ? Une 1/2 pizza au choix accompagné d'une salade riche en copeaux de parmesan et en cœurs de palmier. Hummmm ! Servi avec un bon petit vin italien pour faire glisser le tout, c'est dans une humeur joyeuse que chacun a pu se délecter du plat de son choix.

# ACTU DES RÉSIDENCES



# ACTU DES RÉSIDENCES



# ACTU DES RÉSIDENCES



Il paraît qu'un repas sans dessert n'est pas un repas !! Alors nous nous sommes lâchés sur la carte des desserts. Entre les mousses au chocolat, les tartes tatin, les crèmes brûlées, les fondants au chocolat....le choix a été cornélien !

Après le café, il ne nous restait plus qu'à rentrer, repus et heureux de ce moment passé ensemble.

Et maintenant.....une bonne sieste s'impose !

Rédaction : Elisabeth, Animatrice ABCD

# SOCIÉTÉ

## Les Français de plus en plus opposés aux pratiques de chasse



Une majorité de Français s'oppose aux pratiques de chasse, selon un sondage publié jeudi 7 décembre par la Fondation Brigitte Bardot et dévoilé par Le Monde.

Ainsi, 84 % des sondés se disent contre la chasse à courre. Un chiffre en progression puisque 73 % des Français s'y étaient dits opposés lors d'un précédent sondage en 2005.

## **Les sondés favorables à une période de chasse réduite**

Par ailleurs, 71 % des personnes interrogées indiquent ne pas se sentir en sécurité lorsqu'ils se promènent en forêt en période de chasse. Là aussi, le chiffre est en augmentation. Ils étaient 54 % en 2009 et 61 % en 2016, rappelle la Fondation Brigitte Bardot.

Pour 79 % des sondés, la durée de la période de chasse devrait être réduite tandis que 82 % d'entre eux sont pour que le dimanche soit une journée non chassée.

Les opposants à ces pratiques se retrouvent autant chez les Parisiens que les habitants des autres régions, dans les communes rurales comme dans les agglomérations, note Le Monde, soulignant qu'ils se retrouvent également de manière égale chez toutes les tranches d'âge.

« Certaines pratiques, comme la chasse à courre, prolongent l'agonie et le stress de l'animal. Cela me heurte profondément. Ce n'est pas l'idée que je me fais de la civilisation », avait expliqué en novembre le ministre de l'Ecologie Nicolas Hulot, après qu'un cerf a été abattu dans le jardin d'une propriété privée de l'Oise après une chasse à courre. Il avait par ailleurs estimé que leur activité donne aux chasseurs « plus de devoirs que de droits ».

\*Sondage réalisé les 21 et 22 novembre auprès d'un échantillon de 1.014 personnes selon la méthode des quotas

Source : 20minutes.fr

## Le mot le plus long

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

O T A Q M I R U N E

Sachez qu'il y a 1 mot de 10 lettres à trouver.

## Anagrammes

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

Avec les 7 lettres de COPINER, vous pouvez trouver 2 autres mots.

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

## Syllabes en folie

Avec ces 23 syllabes vous pouvez faire 9 mots

SON \* LET \* CO \* TA \* REAU \* TRAC \* LA \* POU \* MENT \* CHON \* PIN \*  
CA \* MOIS \* STA \* TAU \* BU \* NARD \* JU \* TION \* NEU \* DE \* TEUR \* SE

## D'un mot à l'autre

Comment passer du mot PAIRE au mot VITRE en changeant une seule lettre à chaque fois :

PAIRE

-----  
-----

VITRE

*Solutions en fin de numéro*

# CALENDRIER D'ACTIVITÉ

## ABBAYE

### Samedi 16 décembre

14h00 Art floral, groupe 1, petit rest

15h00 Art floral, groupe 2, petit rest

16h00 Concert Mr LÉ, Grd rest

3ème Bellay

11h00 Jeux de table

11h00 & 18h30 Atelier «la vie quotidienne»,

15h00 Carré Musical »

### Dimanche 17 décembre

15h00 Lecture de la revue « ça bouge », petit rest

16h00 Temps de prière autour de la lumière de Bethleem, Oratoire

16h00 Chorale choeur des marronniers, Grd rest

3ème Bellay

11h00 Diffusion de la messe

11h00 & 18h30 Atelier «la vie quotidienne»,

15h00 Atelier «Beauté et Bien-être»

### Lundi 18 décembre

10h30 « Réunion Citoyennage », salle du conseil

15h15 Vidéo, «Les comiques de toujours», Grd rest

17h15 Chorale, T.Ganchou, Salle bien être

17h30 Jeu mystère, Esp. Bar

3ème Bellay

11h00 Lecture de la revue « ça bouge »

11h00 & 18h30 Atelier «la vie quotidienne»,

17h30 Chorale en compagnie de Karen Harris

4ème Bellay

11h00 & 18h00 Atelier «la vie quotidienne»,

16h30 Chorale en compagnie de Karen Harris

### Mardi 19 décembre

10h30 Tranche de vie, Café litt.

15h30 Atelier Petites Mains, Atrium

15h30 L'heure musicale Rock de Gilles, Grd rest

17h00 Club mémoire, M. Bouchot, Café litt.

17h00 Jeux de questions, Esp. Bar  
3ème Bellay

11h00 Atelier boulangerie

11h00 & 18h30 Atelier «la vie quotidienne»,

17h00 Des Contes pour Rires et Rêver

4ème Bellay

15h00 Salle Espace sensoriel

### Mercredi 20 décembre

11h00 Club lecture, Café litt., Mme Tulasne

14h30 Présentation colloque citoyennage, Grd rest

16h30 P'tit loto, Esp. Bar

17h30 QI Gong, Salle du conseil

3ème Bellay

11h00 Livraison de pain et fruits

11h00 & 18h30 Atelier «la vie quotidienne»,

15h00 Préparation « Salade de fruits »

17h30 Chorale avec E.Solunter

### Judi 21 décembre

14h30 Tir à l'arc, Salle Castel

16h00 Après midi gourmand avec PIER GUERIN, Grd rest

16h00 1ère rencontre avec les enfants projet « A tous les âges », Grd rest

16h00 temps de prière, Oratoire

3ème Bellay

11h00 Atelier dessin

11h00 & 18h30 Atelier «la vie quotidienne»,

15h00 Après-midi gourmand

### Vendredi 22 décembre

10h30 Atelier peinture, Café litt., Anne

14h00 Atelier peinture, Café litt., Anne

14h30 Atelier écriture, salle jumeaux et plus

14h30 à 16h30 Bibliobus, Entrée Bellay

15h30 Exercices corporels, Salle bien être

15h30 Atelier peinture, Café litt., Anne

16h45 Jeu de questions, Esp. Bar

17h00 Club mémoire, M. Bouchot, Café litt.

3ème Bellay

11h00 Atelier Crochet « dentelles et cotons »

11h00 & 18h30 Atelier «la vie quotidienne»,

15h00 Espace sensoriel

16h15 Gym douce

# CALENDRIER D'ACTIVITÉ

## BORDS DE MARNE

### **Samedi 16 Décembre**

- 11h00 Club tricot salon
- 15h00 Documentaire à la carte
- 14h30 Atelier peinture à
- 17h00 Loto

#### Animation 3ème étage

- 11h00 Club vidéo
- 11h00 Les moments détente sur RDV
- 15h00 Club pâtisserie

### **Dimanche 17 Décembre**

- 12h00 Dégustation d'huîtres
- 14h30 Jeux de table
- 16h30 Grand loto de Noël
- Animation 3ème étage
- 08h30 Emissions religieuses
- 11h00 Les moments détente sur RDV
- 15h00 Art floral

### **Lundi 18 Décembre**

- 10h15 Espace détente sur RDV
- 11h00 Exercices corporels
- 14h30 Espace détente sur RDV
- 16h00 Heures Savoureuses
- 16h30 Quizz musical
- Animation 3ème étage
- 10h15 Exercices corporels
- 11h00 Préparation de la pâte à crêpes
- 15h45 Heures savoureuses/ accordéon
- 16h00 Collation entre amis

### **Mardi 19 Décembre**

- 08h00 Petit déjeuner gourmand Noël
- 10h30 Sortie « faites vos courses »
- 11h00 Conférence « Raconte-moi Israël »
- 14h30 Atelier peinture
- 15h00 Jeu de mémoire
- 16h30 Spectacle de Noël multi accueil

#### Animation 3ème étage

- 11h00 Atelier beauté
- 15h00 Salade de fruits
- 16h00 Collation entre amis
- 15h30 Contes et rires 3e Salle du club

### **Mercredi 20 Décembre**

- 10h00 Espace détente sur RDV
- 11h00 Tai-chi
- 15h00 Messe de Noël
- 16h30 Contes de fables de la Fontaine suivi d'un air de violon
- Animation 3ème étage
- 10h30 Atelier couture
- 15h30 Atelier « Do, ré, mi »

### **Jeudi 21 Décembre**

- 11h00 Documentaire
- 11h00 Piscine
- 15h00 Jeu de mémoire
- 16h30 Concert classique ALBERT CAMUS
- Animation 3ème étage
- 11h00 Motricité
- 15h15 Nos souvenirs
- 16h00 Collation entre amis

### **Vendredi 22 Décembre**

- 10h15 Atelier musical
- 11h00 Gym douce
- 14h30 Poterie
- 14h45 Tir à l'arc
- 15h15 Jeux inter génération
- 16h30 Musique créole
- Animation 3ème étage
- 11h00 Atelier musical
- 16h30 Musique créole

---

### **Planning Intergénérationnel du Multi-Accueil**

#### **LUNDI 18 DECEMBRE**

- 10H30 Atelier Gymnastique
- 16H Goûter gourmand de Noël

#### **MARDI 19 DECEMBRE**

- 9H30 Petit Déjeuner Gourmand « Spécial Noël »
- 10H Contes et Chansons au
- 16H30 SPECTACLE FIRMIN LE PETIT SAPIN
- Suivi d'un goûter festif

#### **JEUDI 21 DECEMBRE**

- 10H Atelier Pâtisserie : Sablés de Noël
- 16H Goûter intergénérationnel

#### **VENDREDI 22 DECEMBRE**

- 10H Jeu sonore des animaux
- 11H Découverte du piano
- 16H00 Goûter et spectacle sur le thème « Créole »

# CALENDRIER D'ACTIVITÉ

## CITÉ VERTE

### Samedi 16 Décembre

#### RDC

Sortie « Illuminations de Paris »

15h30 Documentaire

17h00 Mots croisés

18h00 Billard Hollandais

#### 3ème

11h00 Au fil du temps

Sortie « Illuminations de Paris »

16h00/21h

### Dimanche 17 Décembre

#### RDC

10h30 Messe TV

15h30 Loto

17h00 Jeux de lettres

18h00 Billard Hollandais

#### 3ème

11h00 Cocktail Apéritif

15h30 au fil du temps

17h15 jeux musicaux

### Lundi 18 Décembre

#### RDC

10h30 Point guichet

10h30 Petite boutique

15h30 Equilibre et conscience corporelle

16h00 Salon de thé avec

17h00 Jeu des chiffres et des lettres

18h00 Jeux de table

#### 3ème

11h00 Jeux de mémoire

15h30 atelier cuisine

16h30 Gouter Spécial

### Mardi 19 Décembre

#### RDC

Expo vente Maroquinerie

11h00 Gym douce

10h30 Atelier Créatif « Noël » avec le Ram

14h30 Tir à l'arc et Phv

15h35 Atelier équilibre et prévention des chutes

17h00 Mots croisés

18h00 Scrabble et jeux de table  
3ème

11h00 Gym douce Françoise

15h30 la Clef des chants

17h15 Au fil du temps

### Mercredi 20 Décembre

#### RDC

10h30 Sortie au marché

11h00 Panneau photos

15h30 Ciné-Club

17h00 Jeu de question

18h00 Billard Hollandais

#### 3ème

10h30 Sortie au marché

15h30 Ciné-Club

17h15 Au fil du temps

### Jeudi 21 Décembre

#### RDC

10h45 Qi Gong

15h30 Art floral « Hortensias »

16h30 Belote

17h00 Eveil des sens

17h00 Grand jeux

18h00 Grand jeux suite

#### 3ème

11h00 Voyage musical

15h30 sortie marché de Noël

### Vendredi 22 Décembre

#### RDC

10h30 Atelier peinture

15h30 Karaoké

16h00 Atelier modelage

17h00 Brainstorm

18h00 Jeux de table Phv

#### 3ème

11h00 Atelier cuisine

12h00 « Table des gourmets »

15h30 espace Snoezelen

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  
PAIRE  
PATRE  
PITRE  
VITRE

Syllabes en folie :  
I-CANARD - JUMENT - COCHON - PINTADE  
- POULET - MOISSONNEUSE  
TAUREAU - STABULATION

Anagrammes  
• TONER - TENOR - ETRON - TRONE  
- NOTER - NOTRE  
• COPINER - PIONCER - PORCINE  
• ESTIMERAS - MAITRESSE

Le mot le plus long  
ROMANTIQUE

Solutions  
des jeux



# COMITÉ DE RÉDACTION

Rédacteur en chef

Responsable de communication

Documentation, mise en page

Edition

Pascal Champvert

Romain Gizolme

Sophie Renault

Hamida Mortaza

Et pour ce numéro : M. BOUCHOT, l'équipe d'animation Bords-de-Marne