

ça bouge !

25
mars
2022

ça bouge !

N°1549

REPAS IRLANDAIS
À LA RÉSIDENCE DES BORDS DE MARNE



Revue hebdomadaire des
Résidences - Services ABCD

Bonjour à toutes et à tous,

La Résidence des Bords de Marne a fêté la Saint Patrick avec un repas à thème irlandais.

A la Résidence de l'Abbaye, Mardi Gras, sur le thème du Carnaval de Venise, a ravi les Résidents.

L'unité PHV a passé une journée au Salon de l'Agriculture.

La Résidence de la Cristolienne se prépare pour les beaux jours et réouvre son patio. Des Résidents ont célébré la Saint-Patrick autour d'un repas.

Un Résident de la Cité Verte vous partage l'une de ses poésies, en hommage à son père, passionné de jardinage.

Le Printemps a été fêté en musique.

Je vous souhaite une excellente semaine à toutes et à tous,

Margaux MESLET
Responsable communication

L'ACTU DES RÉSIDENCES

- REPAS IRLANDAIS AUX BORDS DE MARNE

- CARNAVAL À LA RÉSIDENCE DE L'ABBAYE

- RÉOUVERTURE DU PATIO DE LA CRISTOLIENNE

- POÈME EN LIBERTÉ, RÉSIDENCE DE LA CITÉ VERTE

- REPAS SAINT PATRICK À LA RÉSIDENCE DE LA CRISTOLIENNE

- CÉLÉBRATION DU PRINTEMPS À LA RÉSIDENCE DE LA CITÉ VERTE

- LA PHV DE L'ABBAYE VISITE LE SALON DE L'AGRICULTURE 2022

- CITOYENNAGE : CHOIX DU THÈME DE CETTE ANNÉE ET TÉMOIGNAGES

ACTUALITÉS

- À 16 ANS, UN ADOLESCENT FAIT LE TOUR DU MONDE EN ULM

- JEUX : SUDOKU

- PLANNING ACTIVITÉS

BORDS DE MARNE

REPAS IRLANDAIS À LA RÉSIDENCE DES BORDS DE MARNE

A l'occasion de la Saint Patrick, ce sont toutes les équipes des Bords de Marne qui se sont mobilisées afin de réaliser un déjeuner festif.

Le chef nous a concocté un menu d'exception : en entrée, toast de truite fumée sur son lit d'avocat et mascarpone, suivi d'un saumon Wellington accompagné de ses pommes de terre et pour finir un cheesecake avec son véritable irish coffee.

Musique irlandaise en fond, arrosé de Guinness et whisky, ce fut un repas somptueux qui a énormément plu aux Résidents.

« Je suis partie, à mes 80 ans, en Irlande et ce repas m'a permis de m'en rappeler et de retrouver des souvenirs et saveurs » Mme C.

« Encore un super repas à thème, nous remercions toutes les équipes pour la décoration et ce bon repas, comme à chaque fois » Mme M.

L'équipe de la vie sociale



ABBAYE

CARNAVAL À LA RÉSIDENCE DE L'ABBAYE

Pour le 1^{er} Mars, la Résidence de l'Abbaye s'est transformée et a célébré le carnaval.

Le thème de cette année était le carnaval de Venise. L'équipe d'animation s'est donc vêtue de ses plus beaux costumes. L'ensemble du personnel, allant de la restauration aux soignants en passant par l'administration, a joué le jeu en enfilant des masques colorés et des déguisements.

L'équipe de l'animation a offert un véritable spectacle de danse traditionnelle pendant le repas. Les Résidents étaient ravis de cette animation et des déguisements qui sont venus colorer la Résidence.

L'équipe de la vie sociale



ABBAYE



LA CRISTOLIENNE

RÉOUVERTURE DU PATIO

Les beaux jours sont arrivés et La Cristolienne a réinstallé ses terrasses. Pour marquer ce début de printemps, un magnolia a été planté !

Trois nouveaux compagnons se sont rajoutés au bassin ce qui fait 6 poissons et 5 moules anodontes au total.

Et un petit arbre à thé tout fleuri pour accompagner le tout.

Les Résidents de la Cristolienne auront un joli patio pour profiter cet été.

L'équipe de la vie sociale



CITÉ VERTE

POÈME EN LIBERTÉ

UN JARDIN POUR TOUS POTAGES

A mon père

L'enfant regarde.
L'homme bleu a pris sa bêche
au manche poli par les cals
l'outil s'enfonce dans la terre
frappe d'estoc et de taille
fend les mottes les égalise
et peu à peu organise le
chaos.

L'enfant écoute.
L'homme bleu dit :
la terre est vivante
capable de terribles
colères mais généreuse
avec ceux qui l'aiment et
lui donnent leur sueur et
leur peine.
Il faut de la patience et
laisser le temps faire ses
métamorphoses.

CITÉ VERTE

L'enfant regarde.

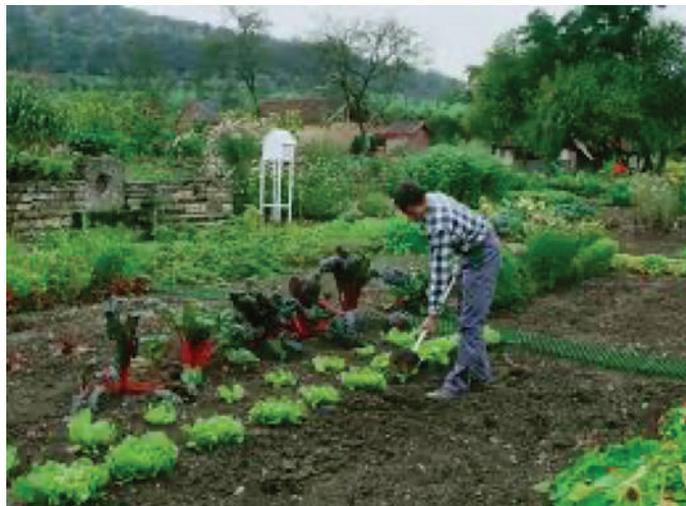
Sur la planche de semis le râteau
casse émiette pulvérise et calme
l'effervescence du bêchage

Le cordeau trace ses lignes de force
organisées par la serfouette
les graines dans leur sillon vont
commencer leur lent travail
d'enfancement

germination éclaircissement

repiquage des plantules

jeunesse adolescence maturité.



LA CRISTOLIENNE

REPAS DE LA SAINT PATRICK

A l'occasion de la Saint-Patrick, la Cristolienne était vêtue de vert et de blanc. Les Résidents et le personnel ont joué le jeu avec des costumes de Leprechaun et des accessoires avec des trèfles. La bière coulait à flot jusqu'à la sauce Guinness de l'Irish Stew. Pour finir en beauté, les Irish coffee ont été préparés en direct avec whisky et boules à cocktails. Un joyeux voyage en Irlande avec sa musique traditionnelle qui nous a accompagnée tout le repas.

L'équipe de la vie sociale



CITÉ VERTE

CÉLÉBRATION DU PRINTEMPS

Dimanche 20 mars, nous avons célébré en chansons le premier jour du Printemps à la Cité verte.

Jean-Patrick Talmond et sa chanteuse Sylvie nous ont offert un récital de chansons printanières agrémenté d'une jolie décoration florale faite de primevères et jonquilles.

Les Résidents ont fredonné sur d'anciennes romances telles que le temps des cerises, à bicyclette, petite fleur et bien d'autres.

Pour clore ce récital chaque Résidente a eu droit à une rose offerte par les chanteurs et quelques douceurs sucrées.

Une belle après-midi revigorante, bienvenue après les frimas et la grisaille hivernale.

Tiziana, équipe de la vie sociale



ABBAYE - PHV

LA PHV DE L'ABBAYE AU SALON DE L'AGRICULTURE

L'équipe de l'unité PHV de l'Abbaye a organisé une sortie, en petit groupe, pour aller redécouvrir le salon de l'agriculture.

Le trajet s'est effectué en voiture jusqu'à porte de Vincennes où nous avons pris le tramway pour rejoindre la porte de Versailles. Les Résidents étaient contents de traverser Paris en transport en commun.

A notre arrivée, il y avait une grande foule avec une ambiance formidable. Nous avons rendu visite aux nombreux animaux : dromadaires, chameaux, lapins, vaches, chevaux, ânes, etc..

Après une longue balade à travers les différents univers où nous avons dégusté toutes sortes de spécialités (cacao, café, chocolat, jambon, viande, boissons et fruits exotiques...), nous nous sommes installés au restaurant Brésilien où nous avons savouré des mets typiquement "Do Brazil".

Les Résidents ont apprécié la sortie et souhaitent y retourner l'année prochaine.

Carine et Jamila, équipe de la PHV



ABBAYE - PHV



CITOYENNAGE

CHOIX DU THÈME ANNUEL DE DISCUSSION

Participer au choix du thème annuel pour Citoyennage présente pour moi chaque fois un double intérêt :

- Rencontrer de nouvelles personnes
- S'exprimer sur de nombreux sujets qui préoccupent les personnes âgées tant sur le plan personnel que sur le plan sociétal.



Dans nos échanges d'idées, de réflexions vont apparaître des points de convergence qui vont déterminer un thème qui devra satisfaire l'ensemble des personnes réunies.

Le jeudi 10 mars 2022, c'est ce qui s'est passé à la « Résidence de la Seigneurie » à Pantin.

Nous étions 4 Résidents de l'Abbaye, plus deux personnes du domicile à participer à cette réunion, accompagnés par des professionnels sympathiques. Nous avons été accueillis chaleureusement par tout le personnel de cette Résidence.

A notre grande surprise, nous avons constaté qu'il y avait un très grand nombre de participants. La séance a débuté par les mots de bienvenue de M. PRONO, Directeur de la Résidence La Seigneurie. Il nous a fait part de sa volonté d'engager les personnes âgées de son établissement à s'associer à la démarche de Citoyennage en participant ce jour même à l'élaboration du thème.

Il a félicité les représentants des Résidences qui ont eu la même initiative que lui et qui sont venus si nombreux. Il nous a précisé l'organisation mise en place pour le déroulement des phases de cette réunion, est venu à chaque table pour nous encourager à nous exprimer.

CITOYENNAGE

J'avais à ma table un groupe de 10 personnes, 2 anciens, 8 nouveaux adhérents. Ceux-ci étaient ravis de parler librement de leurs sujets de mécontentement, de reproches ou de leur engouement pour la camaraderie, la solidarité... J'ai apprécié leurs points de vue qu'Hélène, la psychologue de la Résidence de Luzarches a très bien résumés.

Les résumés des différents groupes de travail permettent de déterminer des points de convergence qui sont utilisés pour l'élaboration du thème qui doit être soumis à l'approbation de tous les adhérents, corrigé pour une meilleure formulation.

Avant de connaître le thème, M. Wender, Président de l'association Citoyennage, nous a informé des résultats de ses travaux et a remercié l'ensemble des personnes présentes.

Il y a eu ensuite un moment de détente agréable où l'on nous a offert boissons et gâteaux. C'est l'occasion de plaisanter et d'échanger avec ses voisins. On fait connaissance, on parle du lieu, de la commune d'Île-de-France où l'on habite.

Nous avons subi de dures épreuves dues à la pandémie et maintenant nous sommes confrontés à de graves événements.

J'ai observé dans tout ce que j'ai entendu une forte charge émotionnelle, un grand besoin de réagir et de s'exprimer, preuve de la vitalité et de la combativité des personnes âgées à la recherche de meilleures conditions de vie.

Rencontres où chacun fait des découvertes personnelles, rencontres riches d'enseignements pour tous.

Mme Planchais, Résidente de l'Abbaye



CITOYENNAGE

Les groupes de travail qui ont eu lieu lors de cette réunion Choix du Thème 2022 ont été particulièrement riches et animés !

Des thèmes sont ressortis en commun dans tous les groupes : le conflit en cours en Ukraine, la bienveillance / maltraitance dans les établissements et à domicile, les liens avec le personnel, l'importance d'avoir un espace et une liberté d'expression.

Après plusieurs délibérations, le thème retenu est :

« Cultiver la bienveillance, les liens et le dialogue pour faire face à cette époque troublée »

Par ailleurs, de nombreux participants ont fait part de leur désarroi et leur tristesse face à la situation en Ukraine. Des Résidents ont émis le souhait d'apporter leur soutien, leur aide à la population et aux victimes de ce conflit. Lors de la réunion, il a été proposé que chacun des établissements, au sein des Comités Citoyennage, puisse travailler sur ce désir d'aider et sur des propositions concrètes.

N'hésitez pas à faire part de vos idées, suggestions et propositions lors du prochain Comité Citoyennage ou auprès des référents du Comité de votre résidence !

Vous êtes client à domicile, et vous souhaitez aussi réagir, faire part de votre avis et pourquoi pas participer à une réunion du Comité Citoyennage ? Faites-vous connaître :

Résidence de l'Abbaye et à domicile - Saint-Maur des Fossés :

Saliha BEAUNE : 01 55 12 17 32 - sbeaune@abcd94.fr

Résidence des Bords de Marne - Bonneuil-sur-Marne :

Anne BÉGUIN : 01 45 13 91 20 - abeguin@abcd94.fr

Résidence de la Cité Verte - Sucy-en-Brie:

Juan Vazquez : 01 56 73 20 42 - jvazquez@abcd94.fr

Résidente de la Cristolienne - Créteil :

Juliette LAETHEM : 01 49 80 20 90 - JLAETHEM@abcd94.fr

CITOYENNAGE

RETOUR D'EXPÉRIENCES

« La démarche Citoyennage nous apporte le fait de pouvoir progresser dans la vie des seniors, en faisant avancer les projets de lois concernant les personnes âgées vivant à domicile, celle vivant aussi en Ehpad et surtout les personnes seules. L'intérêt des bénéficiaires, c'est de prendre conscience que nous sommes aidés, soutenus dans nos démarches lors des différents colloques, congrès, et autres, et aussi que nous sommes écoutés lorsque nous prenons la parole pour défendre l'intérêt que l'on porte aux personnes âgées. » M. MORT



« Venue habiter Saint Maur à la suite du décès de mon mari me rapprochant ainsi de ma fille je me suis intéressée à trouver une possibilité d'un voyage accompagné. C'est la dame de "Domicile & Services" avec laquelle d'excellentes relations s'échangeaient, qui m'a indiqué à qui m'adresser à l'Abbaye. Acceptée pour un séjour en bord de mer j'ai pu ainsi faire la connaissance des habitants de l'Abbaye et en particulier de Renée Planchais. Entre nous des éléments d'amitié et de correspondance dans la manière de penser m'ont amenée à prolonger mes contacts avec l'Abbaye. Il était naturel qu'elle évoque Citoyennage dont les bases m'ont paru tout à fait intéressantes.

Invitée et reçue par Saliha Beauné j'ai participé aux réunions de préparation du colloque du 21 au 24 juin au domaine du Mont Evray. Toute la réflexion qui a porté sur les conditions faites aux résidents, de séparation, de solitude, ne pouvait que faire écho à ce que j'avais

CITOYENNAGE

vécu suite à l'interdiction de rejoindre nos semblables. Les paroles d'indignation, le regret d'avoir subi et non choisi les règlements d'exclusion, j'ai pu les partager bien que ma position de "liberté" ait été plus douce que celle des résidents.

Concernée par toutes ces rencontres et tous ces sujets qui se rapportent à notre vieillissement j'apprécie d'y participer. Ces rencontres qui ont pour thèmes les orientations à développer pour que notre âge reste une étape intéressante de notre vie comme le fut la rencontre Citoyennage du 27 septembre 2021 ouvrent des perspectives et indiquent des pistes à développer. » **Mme Montagnier**

« Membre de l'association Citoyennage, je vis seule à mon domicile mais je vais régulièrement participer aux réunions de réflexions et aux activités qu'elle initie. On y porte haut le respect des droits des plus âgés en tant que citoyens libres et responsables. On y écoute leur parole et on la prend en compte. Dans une bienveillance jamais prise en défaut et beaucoup d'intelligence.

Citoyennage est pour moi une occasion et un cadre pour aborder autrement le vieillissement : j'ai 84 ans, une grande envie de lutter contre l'âgisme inconscient qui sévit encore dans toutes les couches de la société et une grande envie de vivre, active encore dans la mesure de mes moyens, utile à la société. Citoyennage est pour moi une occasion et un cadre pour réfléchir et proposer les conditions d'un vieillir mieux, concret et utile, et plus généralement pour faire évoluer la situation faite aux personnes âgées dans notre société.

Citoyennage a pour moi les atouts démultiplicateurs d'un collectif qui génère des forces, donne de la visibilité et du poids.

Enfin, je vois dans Citoyennage une occasion et un cadre pour tâcher de rester aussi longtemps que possible actrice de mon propre vieillissement en le pensant et le défendant, pour aborder simplement l'idée de ma finitude, en conscience et en responsabilité, en essayant d'être un exemple positif et mobilisateur en général et tout particulièrement pour mes enfants. » **Mme Hartvig**

CITOYENNAGE

Poème partagé pendant la journée, par un Résident de la Résidence
La Seigneurie à Pante, hôte.

Souvenir d'un été

Non, tu ne te souviens plus
de la chanson des beaux jours.
Non tu ne te souviens plus
de la chanson d'un amour.
Mais dans tes grands yeux noirs
Je retrouve l'espoir
de t'avoir près de moi
et de t'offrir mon coeur
pour un plus grand bonheur
Mais tu es trop volage
en regarde mon âge
De ne plus te revoir
Notre amour s'estompe
dans l'ombre de ce soir.

M. Bridoux

ACTUALITÉS

Cet ado de 16 ans veut devenir le plus jeune pilote d'ULM à faire un tour du monde en solo

A seulement 16 ans, Mack Rutherford veut devenir le plus jeune pilote d'ULM à boucler un tour du monde en solitaire. L'adolescent belgo-britannique a décollé ce mercredi de Bulgarie pour son périple.



« On a dû modifier l'itinéraire à cause de la guerre en Ukraine », a expliqué Mack Rutherford avant son décollage, vêtu d'une combinaison et d'une casquette de baseball bleue. « Je ne passe plus par la Russie mais par le Pakistan, l'Inde, la Chine, la Corée du Sud et le Japon pour gagner ensuite les États-Unis. »

30 pays en moins de trois mois

La guerre en Ukraine n'a cependant pas dissuadé le jeune aventurier, dont la sœur a déjà relevé le même défi à l'âge de 19 ans. Issu d'une lignée de pilotes, il a pris les commandes dès ses 7 ans et veut battre le record établi en 2021 par le Britannique Travis Ludlow, alors âgé de 18 ans.

« Je veux montrer qu'il n'est pas nécessaire d'avoir la majorité pour faire quelque chose de spécial », a déclaré Mack Rutherford qui va parcourir 30 pays et quatre continents en moins de trois mois. Le plus difficile selon lui a été de convaincre ses parents, assez sceptiques quant à son âge et à sa volonté d'aller jusqu'au bout. Il a promis de retourner à l'école après et doit passer le bac en 2023.

Concernant la météo, c'est le moment idéal pour partir : il ne fait pas encore trop chaud en Afrique et le temps sera parfait pour revenir dans l'hémisphère nord. Une petite appréhension reste le voyage en mer. Les parents et la grande sœur du jeune pilote étaient présents pour le grand départ. Pour seule compagnie à bord, sur le siège passager : son ours en peluche réconfortant.

Source : 20minutes

JEUX

SUDOKU

				3		6	5	
5					1			4
		2	5	4	8	3		9
	2		3		9	5		7
	6		8		4		1	
7		9	1		2		6	
1		6	7	2	3	4		
2			9					8
	3	7		8				

Grille A

	5		2		6	1		
6	8	7	1			5		
		2		8	4			
4	2			3		7		8
			7	2	8			
8		9		6			3	1
			6	4		3		
		1			7	9	4	2
		5	3		9		6	

Grille B

PLANNING ABBAYE

Samedi 26 mars

10h à 11h45 : Les Résidents vous accueillent à La Boutique - Allée Commerçante

14h30 : Commission des menus - Grand restaurant

15h30 : Ordre du jour du Conseil des résidents - Grand restaurant

17h00 : Grand jeu « Baccalauréat » - Grand restaurant

20h30 : Le Théâtre vous propose sur réservation « Salvador et Monsieur Henri »

3ème Bellay

11h00 : Atelier dessin

11h00 : En route pour le pressing

15h30 : Jeux de table

4ème Bellay

10h30 : Danse

11h30 : Vie quotidienne

14h00 : Temps calme

16h30 : Poésies et Fables

17h00 : Temps de parole

Unité PHV :

10h00 : Accompagnement Individuel « Prendre soin de son chez soi »

13h00 : La Balade

13h30 : Temps de repos

20h00 : Raconte-moi une Histoire

Dimanche 27 mars

15h00 : Lecture de la revue « ça bouge » - Petit restaurant

16h00 : Le Théâtre vous propose sur réservation « Salvador et Monsieur Henri »

17h00 : RDV Projet Shareami

3ème Bellay

11h00 : Diffusion de la messe

15h00 : Jeu de table

4ème Bellay

10h30 : Retransmission de la messe

11h30 : Vie quotidienne

14h00 : Temps calme

16h00 : Goûter du Dimanche

16h30 : Petit Bac

17h00 : Temps de parole

Unité PHV :

10h00 : Accompagnement individuel « Prendre soin de son chez soi »

13h00 : La Balade

13h30 : Réunion des résidents – Rotonde 3ème

20h00 : Raconte-moi une Histoire

PLANNING ABBAYE

Lundi 28 mars

10h00 : Bonjour chez vous

10h15 : Atelier NTIC - Café littéraire

15h00 : Conférence « L'Afrique du Sud » par Eric Mille - Théâtre

17h00 : Chorale de l'Abbaye - Salle bien-être

17h00 : Bingo - Espace bar

3ème Bellay

11h00 : En route pour le pressing

15h00 : Jeu interactif ou Club Vidéo - Théâtre

17h00 : Jeux « le mot le plus long »

4ème Bellay

10h30 : Motricité jeux de Ballons

11h30 : Vie quotidienne

14h00 : Émission temps calme

15h30 : Petit BAC

17h00 : Lecture / Temps de parole

Unité PHV :

10h30 : Écoute Musicale

13h00 : La Balade

13h30 : Temps de repos

14h00 : Cinéma / Bowling (Au choix, durant réunion des Résidents)

18h00 : Conte avec Annie

20h00 : Raconte-moi une Histoire

Mardi 29 mars

10h00 : Bonjour chez vous

14h00 : Tranche de vie - Petit restaurant

14h00 : Sortie cinéma

15h00 : Atelier créatif groupe 1 - Café littéraire

15h00 : Atelier Petites mains - Atrium

15h30 : L'heure musicale «Staatskapelle Dresden 1^{ère} partie (orchestre allemand)»
- Théâtre

17h00 : Jeu de questions - Espace bar

17h00 : Club mémoire avec Monique Bouchot - Café littéraire

3ème Bellay

11h00 : Atelier boulangerie

11h00 : En route pour le pressing

15h30 : Heure musicale - Théâtre

17h00 : Baccalauréat

4ème Bellay

10h30 : Danse

11h30 : Vie quotidienne

14h00 : Temps calme

PLANNING ABBAYE

15h00 : Atelier pâtisserie 1 mardi / 2

16h30 : Poésies et Fables

17h00 : Lecture / Temps de parole

Unité PHV :

10h30 : Atelier Esthétique

13h00 : La Balade

13h30 : Temps de repos

17h00 : Revue de Presse

20h00 : Raconte-moi une Histoire

Mercredi 30 mars

10h à 11h45 : Les Résidents vous accueillent à La Boutique - Allée Commerçante

10h00 : Bonjour chez vous

10h30 : Conseil des Résidents - Grand restaurant

15h00 : Jeux de table - Espace bar

16h45 : Loto - Espace bar

17h00 : Club mémoire avec Monique Bouchot - Café littéraire

3ème Bellay

11h00 : En route pour le pressing,

15h00 : « Mise en voix » avec Cathy

16h45 : Jeu de Questions

4ème Bellay

10h30 : Motricité

11h30 : Vie quotidienne

14h00 : Temps calme

16h00 : Mise en voix avec Cathy

17h00 : Lecture / Temps de parole

Unité PHV :

10h45/11h45 : Jeux au tableau

13h00 : La Balade

13h30 : Temps de repos

15h30-17h30 : Balneo (JG-PC-PJ)

20h00 : Raconte-moi une Histoire

Jeudi 31 mars

11h10 : Jeu de marche et équilibre groupe 1 - Salle Bien-être

14h30 : Tir à l'arc - Salle Castel

16h00 : Après-midi gourmand variétés françaises en compagnie de Pascal Ildo - Grand restaurant

16h00 : Temps de prière - Oratoire

3ème Bellay

11h00 : En route pour le pressing

PLANNING ABBAYE

15h00 : Après-midi gourmand

4ème Bellay

10h30 : Chant

11h30 : Vie quotidienne

14h00 : Temps calme

15h00 : Atelier pâtisserie 1 jeudi / 2

15h30 : Petit Bac

17h00 : Lecture / Temps de parole

Unité PHV :

10h30 : Atelier travaux manuel

13h00 : La Balade

13h30 : Temps de repos

17h30 : Tir à l'arc Gymnase Delaune-Champigny

20h00 : Raconte-moi une Histoire

Vendredi 01 avril

10h00 : Bonjour chez vous

10h30 : Atelier peinture avec Anne - Salle peinture

11h00 : Qi Gong - Salle bien-être

14h00 : Atelier peinture avec Anne - Salle peinture

PLANNING BDM

Samedi 26 Mars

11h00 : Réveil musculaire - Salle du parc

14h30 : Séance spéciale « La Dame de chez Maxim » - Salle du parc

15h00 : Visite avec Paro sur RDV

17h00 : La grande roue - Cafétéria

Animation 3ème étage

17h00 : La grande roue - RDC

Dimanche 27 Mars

11h00 : Revue de presse - Salle du parc

15h00 : Jeux de table - Cafétéria

17h00 : Grand loto - Cafétéria

Animation 3ème étage

11h00 : Activité à la carte

15h00 : Jeux de table

17h00 : Grand loto - RDC

Lundi 28 Mars

11h00 : Bonjour chez vous sur RDV

11h00 : Entraînement de Boxe - Salle du parc

15h00 : Jeux de connaissance - Cafétéria

15h00 : Assemblée de prière - Salle du parc

16h00 : Heures Savoureuses - Cafétéria

16h30 : Ambiance musicale - Cafétéria

Animation 3ème étage

10h15 : Entraînement de Boxe

11h00 : Jeux cognitif

15h00 : Heures savoureuses / accordéon

Activités club

10h45 : Atelier main verte

15h00 : Jouer avec les mots - 3e Salle du club

Mardi 29 Mars

11h00 : Réunion organisation élections Soleil au cœur - Salle du parc

11h00 : Atelier informatique sur RDV

15h00 : Club culture - Cafétéria

17h00 : Jeux de questions - Cafétéria

Animation 3ème étage

10h30 : Atelier peinture - Salon du 3e étage

10h30 : Gym détente

11h00 : Revue de presse

11h30 : Atelier cognitif

PLANNING BDM

15h00 : Jeux de table

15h00 : Atelier beauté

Activités club

10h45 : Atelier pâtisserie

15h00 : Correspondance de l'être

16h00 : Collation entre amis

Mercredi 30 Mars

11h00 : Tai-chi - Salle du parc

15h00 : Atelier créatif - Cafétéria

16h30 : Pièce de théâtre « l'Amant » - Cafétéria

17h30 : Chorale - Salle du parc

Animation 3ème étage

11h00 : Atelier théâtre

15h00 : Couture

16h00 : Chansonnages

Activités club

15h00 : Chansonâges

11h00 : Rencontre autour d'un thème

16h00 : Collation entre amis

Jeudi 31 Mars

11h00 : Documentaire « Quatre saisons dans les Cévennes » - Salle du parc

15h00 : Atelier de mémoire - Cafétéria

17h00 : Jeux mystère - Cafétéria

Animation 3ème étage

10h30 : Gym détente

11h00 : Revue de presse

Vendredi 1er Avril

11h00 : L'épicerie fine - Cafétéria

11h00 : Écoute musicale - Salle du parc

14h30 : Tir à l'arc - Salle du parc

15h00 : Color Art - Cafétéria

17h00 : Loto - Cafétéria

Animation 3ème étage

10h00 : Revue de presse

11h00 : Atelier cognitif

15h00 : Jeux de table

PLANNING BDM

PLANNING CITÉ VERTE

Samedi 26 Mars

16h00 : Intermède musical et goûter d'anniversaire pour le centenaire de Mme Charbonnier - Salle de restaurant Karine et Françoise
3ème étage : 11h00 : Atelier réminiscence Karine
15h30 : Écoute musicale As

Dimanche 27 Mars

15h30 : LOTO gagnant - Espace bar Karine et PHV
17h00 : Jeux de société - Étages et RDC
3ème étage : 11h00 : Revue de presse Karine
15h30 : Loto - RDC
17h00 : Documentaire animalier As

Lundi 28 Mars

15h30 : Loto plaisir - Espace bar Shandy et Hawa
16h45 : Réunion citoyennage autour du thème « Cultiver la bienveillance, les liens et le dialogue pour faire face à cette époque troublée » - Accueil de jour Hortense
3ème étage : 11h00 : Temps de lecture Déborah
15h30 : Promenade Déborah

Mardi 29 Mars

10h30 : Boutique et Point Guichet Françoise, Sylviane et Geneviève
14h30 : Tir à l'arc avec Haïthem - Salle d'activités
15h30 : Atelier équilibre avec Haïthem - Salle d'activités
17h00 : Mots croisés - Bibliothèque Tiziana
3ème étage : 11h00 : Atelier créatif Déborah
15h30 : Jeux corporels Déborah

Mercredi 30 Mars

10h30 : Sortie en ville Karine
15h30 : Spectacle de chansons avec J.P Talmont - Restaurant Déborah
17h00 : Scrabble Catherine / Billard Hollandais Stagiaire
3ème étage : 11h00 : Atelier bien-être Déborah
15h30 : Spectacle de chansons avec J.P Talmont - RDC

PLANNING CITÉ VERTE

Jeudi 31 Mars

11h00 : Gym douce avec Magali - Salle d'activités

15h30 : Art floral pour le groupe « paquerette » et 3ème

Tiziana

17h00 : Le Goût des livres - Accueil de jour

Karine

3ème étage : 11h00 : Écoute musicale

Karine

15h30 : Contes

Pasa

Vendredi 1er Avril

11h00 : Messe avec l'Aumônerie avec bénédiction des malades - Salle d'activités

15h30 : Élections et adhésion à l'association le Temps de Vivre Françoise et Tiziana

17h00 : Jeux de société avec Bernard - Espace bar

3ème étage : 11h00 : Messe - RDC

15h30 : Écoute musicale

Tiziana

PLANNING CRISTOLIENNE

Samedi 26 Mars

11h00 : Revue de presse - Salon du Patio

15h00 : Atelier Pâtisserie - PASA

17h00 : Jeux de questions - Restaurant

Dimanche 27 Mars

11h00 : Émission Religieuse - PASA

15h00 : Club Vidéo « Les Petits Mouchoirs » - PASA

16h30 : Printemps des poètes - Restaurant

Animation 1er étage

14h30 : Activité à la carte

17h00 : Souvenirs en chansons

Lundi 28 Mars

11h00 : Bulle de Savoir - Salon du Patio

15h00 : Lecture à haute voix - Bibliothèque

16h00 : Carré Musical - Restaurant

17h00 : La Grande Roue - Restaurant

17h45 : Atelier Créatif - Salon du Patio

Activités du 1er étage

15h00 : Carré Musical

Activités du PASA

10h30 : Atelier autour de la lecture

11h00 : Atelier cuisine

14h30 : Rythmes et percussions

Mardi 29 Mars

10h00-12h00 : La Boutique de la Cristolienne - RDC

11h00 : Boxe & Réflexes - Salon du Patio

14h30 : Séance cinéma - Restaurant

15h00 : Atelier Peinture de Gildas - Salon du Patio

17h00 : Bingo - Restaurant

Activité du 1er étage

10h30 : Boxe

10h30 : Atelier Peinture de Gildas

14h30 : Activité à la carte

17h00 : La rencontre des amis

Activités PASA

10h30 : Atelier danse adaptée

PLANNING CRISTOLIENNE

14h30 : Atelier peinture

Mercredi 30 Mars

11h00 : Cristo Rédac - Salon du Patio

15h00 : Atelier Mémoire - Salon du Patio

16h00 : Chorale avec Thierry - Salon du Patio

17h00 : Jeu Rétro Cristo

Activités du 1er étage

11h00 : Nouvelles du jour

14h30 : Atelier Pâtisserie

17h00 : Lecture de fables

Activités du PASA

12h00 : Couscous Party

14h30 : Atelier bien être

Jeudi 31 Mars

11h00 : Activités Manuelles - Salon du Patio

15h00 : Jeux de Table - Restaurant

15h00 : YOGA avec Nathalie - Salon du Patio

17h00 : Loto - Restaurant

Activité du 1er étage

11h00 : L'horoscope du jour

14h30 : Jeux de table

17h00 : Loto

Activités PASA

10h30 : Atelier photolangage

14h30 : Atelier tricot

Vendredi 1er Avril

11h00 : Messe avec le père Jacques - PASA

15h00 : Jeux de Lettres - Salon du Patio

16h00 : Moment Gourmand - Restaurant

16h30 : Ambiance Musicale avec Marie - Restaurant

Activité du 1er étage

11h00 : Nouvelles du jour

14h30 : Jeux de mémoire

17h00 : La rencontre des amis

LE MOT DE LA FIN ET SOLUTIONS

SOLUTIONS DES JEUX

Grille A

4	9	8	2	3	7	6	5	1
5	7	3	6	9	1	2	8	4
6	1	2	5	4	8	3	7	9
8	2	1	3	6	9	5	4	7
3	6	5	8	7	4	9	1	2
7	4	9	1	5	2	8	6	3
1	8	6	7	2	3	4	9	5
2	5	4	9	1	6	7	3	8
9	3	7	4	8	5	1	2	6

Grille B

9	5	4	2	7	6	1	8	3
6	8	7	1	9	3	5	2	4
1	3	2	5	8	4	6	7	9
4	2	6	9	3	1	7	5	8
5	1	3	7	2	8	4	9	6
8	7	9	4	6	5	2	3	1
7	9	8	6	4	2	3	1	5
3	6	1	8	5	7	9	4	2
2	4	5	3	1	9	8	6	7

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.

COMITÉ DE RÉDACTION

Rédacteur en chef

Pascal CHAMPVERT

Documentation, mise en page

Margaux MESLET

Édition

Les équipes d'animation

Et pour ce numéro : Les équipes d'animation Abbaye, Bords-de-Marne, Cité Verte et Cristolienne