

ça bouge !

29  
avril  
2022

ça bouge !

N°1554

VISITE DE L'ABBAYE DE ROYAUMONT POUR  
DES RÉSIDENTS DES BORDS DE MARNE



Bonjour à toutes et à tous,

Cette semaine, des Résidents des Bords de Marne ont visité l'Abbaye royale de Royaumont. Des Résidents ont découvert l'exposition sur Cézanne et Kandinsky à l'atelier des Lumières.

A la Résidence de l'Abbaye, des Résidents ont rendu visite aux animaux de la ferme pédagogique de Saint Maur. M. Lacout, Résident, vous partage ses poèmes.

Une karaoké party a enflammé la Résidence de la Cristolienne. Des bénévoles proposent des balades aux Résidents pour profiter du beau temps.

A la Résidence de la Cité Verte, les Résidents découvrent les oeuvres réalisées pendant l'atelier de Gildas grâce à un vernissage. Un après-midi gourmand ravi des Résidents.

Bonne semaine à tous,

Margaux MESLET  
Responsable communication

**Ça Bouge n°1554**

**30/04 > 06/05/2022**

## L'ACTU DES RÉSIDENCES

- VISITE DE L'ABBAYE DE ROYAUMONT POUR LES BORDS DE MARNE
- VISITE DE LA FERME PÉDAGOGIQUE DE ST MAUR
- KARAOKÉ PARTY À LA CRISTOLIENNE
- VERNISSAGE DES OEUVRES RÉALISÉES PENDANT L'ATELIER DE GILDAS
- VISITE DE L'ATELIER DES LUMIÈRES POUR LES BORDS DE MARNE
- POÈMES PARTAGÉS PAR UN RÉSIDENT DE L'ABBAYE
- BAINS DE SOLEIL POUR LES RÉSIDENTS DE LA CRISTOLIENNE
- APRÈS-MIDI GOURMAND À LA CITÉ VERTE
- VISITE DU MUSÉE DE LA MAGIE POUR LA PHV DE L'ABBAYE
- ÉLECTIONS CVS FAMILLES : DÉROULEMENT ET BULLETIN DE CANDIDATURE
- ÉLECTIONS CVS RÉSIDENTS : DÉROULEMENT
- PARTENARIAT POUR LE RALLYE DU 4L TROPHY

## ACTUALITÉS

- JESSICA WATKINS, 1ÈRE FEMME NOIRE À BORD DE LA STATION SPATIALE INTERNATIONALE
- JEUX : SUDOKU
- PLANNING ACTIVITÉS

# BORDS DE MARNE

## VISITE DE L'ABBAYE DE ROYAUMONT

Les Résidents des Bords de Marne ont découvert ou redécouvert l'Abbaye de Royaumont.

Si vous ne la connaissez pas, nous vous invitons à y aller, c'est fabuleux. Les dimanches après-midis, concerts, spectacles ou animations sont proposés.

Une abbaye royale, un chef d'œuvre de l'architecture gothique qui a été fondé par le jeune Louis IX, futur Saint Louis, et sa mère Blanche de Castille. Cette abbaye rattachée à l'ordre cistercien a connu au XIIIe siècle un grand rayonnement. Elle est classée monument historique en 1927. Les bâtiments de l'abbaye sont disposés autour d'un magnifique cloître dont les galeries desservaient les lieux de travail et de prière des moines.

Depuis 1964, la fondation Royaumont, pour le progrès des sciences de l'homme, conserve et enrichit ce patrimoine. Elle a restauré et réaménagé l'essentiel des bâtiments, notamment le cloître et le réfectoire des moines, qui reste l'un des plus beaux exemples de réfectoire gothique en France.

*« Nous avons eu la chance de pouvoir déjeuner dans ses lieux si magiques »* Mme L.

Nous vous partageons nos assiettes, aussi belles que délicieuses.



# BORDS DE MARNE

Puis nous nous sommes promenés dans les jardins pour nous rendre à un concert de musiques de Bach et Couperin. « *C'était agréable à entendre mais après ce copieux repas nous avons surtout envie de fermer les yeux* » M. B.

« *Une belle journée ensoleillée comme nous les aimons* », les accompagnatrices.

Christal, équipe de la vie sociale



# ABBAYE

## VISITE DE LA FERME PÉDAGOGIQUE DE SAINT MAUR

Mme Mulle, Mme Taillemite, Mme Sandoz, Mme Larou et M. Aberard, Résidents de l'Abbaye ont profité d'un bel après-midi ensoleillé pour se balader à la Ferme Pédagogique présente au Parc de l'Abbaye depuis plusieurs semaines.

Rires, discussions et bonne humeur étaient au rendez-vous. Les Résidents ont apprécié cette promenade.

Eline, équipe de la vie sociale



# LA CRISTOLIENNE

## KARAOKÉ PARTY À LA CRISTOLIENNE

Ce dimanche, des Résidents de la Cristolienne ont participé à la «karaoké party» organisé au restaurant !

Accompagnés de quelques familles, les Résidents ont chanté à leurs guises les chansons qui leur plaisaient le plus. Les Résidents ont traversé les époques à travers différents hits et artistes connus, qui leur ont rappelé des beaux souvenirs de leurs artistes préférés.

Des solos, des duos, et parfois les animateurs, ou alors simplement tous ensemble : tout le monde y a mis du sien ! Et tout le monde a passé un bon moment.

L'équipe de la vie sociale



# CITÉ VERTE

## VERNISSAGE DE L'EXPOSITION DES PEINTURES ET MODELAGES DE L'ATELIER DE GILDAS

Lundi 4 avril les nombreux talents qui fréquentent l'atelier de Gildas se sont dévoilés. Mme Borschneck et ses portraits tout en finesse et légèreté, Mme Rose et ses paysages extrêmes tels que les glaciers ou les éruptions de volcans, Mme Laurent et ses peintures de fruits ... à croquer, Mme Ricci et ses délicates fleurs dont on imagine déjà les parfums suaves... Je ne peux tous les citer mais nous pouvons admirer autant d'univers que d'artistes et c'est là l'intérêt et le charme de cette exposition aux multiples facettes.

Une interview de chacun des artistes nous a fait découvrir les enjeux et les émotions que cet atelier procure : du défi à relever, ou de la simple curiosité, du plaisir de s'évader à la joie de s'exprimer, chacun y trouve un chemin que nous avons le plaisir de visiter. Tous sont pour autant unanimes pour remercier Gildas de son accompagnement bienveillant, son soutien technique toujours adapté aux souhaits et capacités de chacun, sans oublier sa complicité toujours mêlée d'humour.

L'exposition sera visible tout le mois d'avril, alors bienvenue à tous les visiteurs !

Françoise, responsable de la vie sociale



# CITÉ VERTE



Mme Borschneck



Mme Michel



Mme Ricci



Mme Rose



Mme Nitzel

# BORDS DE MARNE

## DÉCOUVERTE DE L'ATELIER DES LUMIÈRES

Jeudi 21 Avril , des Résidents des Bords de Marne sont partis à l'atelier des Lumières à Paris pour y découvrir une exposition sur Cézanne et Kandinsky.

Ce fut un moment magique et surprenant. Être plongé dans le noir et apercevoir des tableaux d'artistes animés dans l'espace, cela n'arrive pas tous les jours !

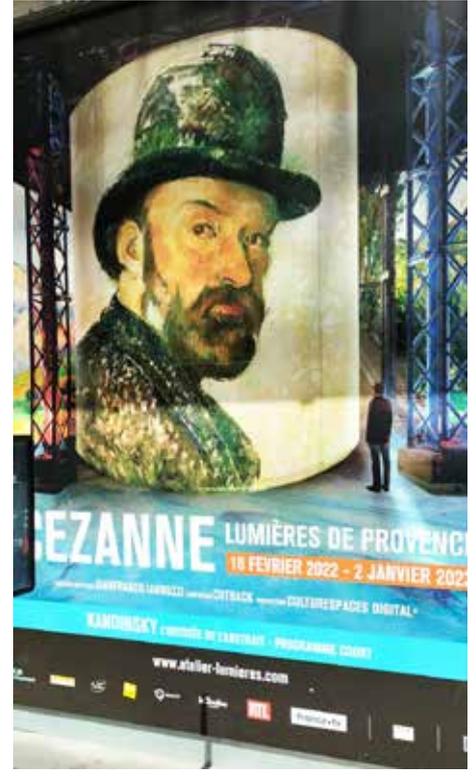
Mme D. témoigne : « *Nous avons été plongés dans des œuvres mythiques, ce fut un bon moment* ».

Puis, pour conclure la visite en beauté, nous avons dégusté une glace en terrasse, ce fut le moment pour nous de bien discuter.

Christal, équipe de la vie sociale



# BORDS DE MARNE



# ABBAYE

---

## POÈMES DE M. LACOUT, RÉSIDENT DE L'ABBAYE

### LA RETRAITE

Lorsqu'après des années on part à la retraite  
On ne dit plus je dois on doit dire je veux  
Le matin on se lève à l'heure que l'on souhaite  
On fait alors le tri de ses projets nombreux

Les voyages lointain qu'on a pu entreprendre  
Les concerts fabuleux qu'on a pas entendu  
Et les nouveaux endroits auquel il faut se rendre  
Et rattraper ainsi beaucoup de temps perdu

Il faut penser au siens d'abord à sa famille  
Sachant que la santé est un bien précieux  
Et que les temps nouveaux nous rendent anxieux

Sachant que dans la vie on est jamais tranquille  
Et que l'éphéméride est le maître du temps  
Et que philosopher est un recours constant

### LE TEMPS...

C'est une montre en or qui me vient de mon père  
Le quel de son vivant y sut lire le temps  
Le temps quoi qu'il en soit est toujours éphémère  
Qu'il soit mauvais où bon inexorablement

Il y a dans la cour un vieux cadran solaire :  
(Il est préconisé écologiquement !)

# ABBAYE

---

Du numérique nous sommes entrés dans l'ère  
Et l'heure de nos jours est lue sur des écrans

Est-ce bien ? Est-ce mal ? c'est très énigmatique  
Qu'elle soit scientifique où vienne du soleil  
Nous sommes suspendus à l'heure fatidique

Sachant bien que tout change et tout reste pareil  
Il restera de nous qu'un peu de notre histoire  
Qui durera le temps que dure la mémoire

## **VICTIME DE L'ÉPHÉMÉRIDE**

Victime de l'éphéméride  
Je me retrouve plein de rides  
Un Alzheimer insidieux  
Achève de me rendre Vieux

Avant que de quitter ce monde  
J'aimerais bien faire une ronde  
Revoir les jardins de Monnet  
Au Luxembourg quelques poneys

Revoir frissonner la lagune  
Dans Venise par clair de lune  
New York qui ne dort jamais

Et les personnes que j'aimais  
La joie de vivre est éternelle  
Nous n'en goutons qu'une parcelle

# ABBAYE

---

## ÉPHÉMÈRES BEAUTÉS

Quelques fois quand je m'ennuie  
Je pense aux papillons de nuit  
Qui savent cacher leurs douleurs  
Dans la Discrétion des couleurs

La lumière qui les attirent  
En les conduisant à la mort  
Fait qu'ils succombent en martyrs  
Au cours d'un ultime transport...

Car leur destinée est cruelle  
Ils ont besoin d'un faire-valoir  
Au point de se brûler les ailes

Dans un geste de désespoir...  
Plus la beauté est fugitive  
Plus l'admiration reste vive...

# LA CRISTOLIENNE

## BAINS DE SOLEIL POUR DES RÉSIDENTS

Les beaux jours sont de retour, et c'est devenu bien difficile de résister au soleil qui brille à l'extérieur !

Nos bénévoles se sont donc proposés de faire des balades avec les Résidents tous les jeudis, et depuis peu même les mardis !

Après le repas, pour ceux qui le souhaitent, une promenade de santé est proposée.

Un grand merci à nos chers bénévoles, Jean-Claude, Joel et Patricia qui sont régulièrement présents au sein de la Cristolienne !

L'équipe de la vie sociale



# CITÉ VERTE

## APRÈS-MIDI GOURMAND

Pour clore le week-end de Pâques, un goûter gourmand aux saveurs de jeunesse a été proposé aux Résidents.

En effet, toute cette génération a connu le biscuit rose de Reims qui se déguste trempé dans un verre de champagne, crémant ou autre vin blanc pétillant.

Dans les années 60, ce biscuit accompagnait les fêtes de famille, les baptêmes, les mariages où les fêtes de fin d'année... Une dégustation qui a rencontré un franc succès.

Selon la tradition, les biscuits roses de Reims peuvent s'associer avec le plus célèbre des représentants de la région : le champagne, ou également avec un vin rouge des coteaux champenois. Les habitants de la ville ont pour habitude de le tremper dans leur verre. Fort heureusement, les biscuits ne s'émiettent pas. C'est grâce au blanc d'œuf contenu dans sa recette et à la seconde cuisson qu'ils subissent en étuve qu'ils tiennent si bien.

Tiziana, équipe de la vie sociale



# CITÉ VERTE



# ABBAYE - PHV

## MUSÉE DE LA MAGIE

Il y a quelques jours, les Résidents de la PHV de l'Abbaye se sont rendus au Musée de la Magie de Paris.

Le groupe était impressionné devant les objets exposés, notamment les automates interactifs.

Durant la visite, des tours de magie ont été présentés par le magicien. Un véritable moment magique pour tous.

L'équipe de la PHV



# ÉLECTIONS CVS - FAMILLES



## Élections des Conseils de la Vie Sociale

En 2022, les Résidences et Services ABCD (Abbaye, Bords de Marne, Cité Verte, Cristolienne et Domicile & Services) vont organiser le renouvellement du collège des familles ou proches aux Conseils de la Vie Sociale (CVS). Ces instances répondent aux obligations légales. Leur objectif est de favoriser l'expression des Résidents et de leurs représentants dans la vie des Résidences.

### Déroulement des élections :

#### Dépôt de candidature

- Date limite de dépôt de candidature : 24 mai 2022

#### Quand ?

- Élection le samedi 18 juin 2022

#### Qui peut se présenter ?

- Parent ou ami référent d'un Résident

#### Qui vote ?

- L'ensemble des familles ou amis référents d'un résident

#### Nombre de postes à pourvoir

- Abbaye : 3 postes titulaires (dont 1 pour Domicile & Services) + 3 postes suppléants
- Bords de Marne : 2 postes titulaires + 2 postes suppléants
- Cité Verte : 2 postes titulaires + 2 postes suppléants
- Cristolienne : 2 postes titulaires + 2 postes de suppléants

#### Durée du mandat

- 3 ans

#### Où et comment ?

- Par correspondance (date limite le 16 juin 2022)
- Sur place à la Résidence de rattachement de la personne accueillie le 18 juin 2022

#### Rôle

- Participer aux réunions du CVS 3 fois par an, au sein du Conseil d'Administration (minimum)
- Porter la parole des familles et tuteurs
- Établir des relations en informant les familles et tuteurs en communiquant avec eux afin de répondre à leurs éventuelles interrogations (courrier, mail, téléphone...)
- La prise en compte des situations individuelles n'est pas la compétence du CVS

### Planning officiel 2022 :

- Date limite de réception des candidatures : **24 mai 2022**
- Établissement de la liste des candidats : **1er juin 2022**
- Date limite de réception des votes par correspondance : **16 juin 2022**
- Élections à l'accueil de chaque résidence : **18 juin 2022** (10h30 à 15h45)
- Dépouillement des résultats à la Résidence de l'Abbaye : **20 juin 2022**

# ÉLECTIONS CVS - FAMILLES



## Bulletin de candidature aux élections 2022

pour le renouvellement du collège des familles  
ou proches au conseil de la vie sociale

**Date limite de réception des candidatures : 24 mai 2022**

Coupon à adresser par courrier au Service Communication à  
l'adresse suivante : Résidence de l'Abbaye - Service communication  
- 3 impasse de l'Abbaye, 94100 Saint Maur des Fossés

ou par mail : [communication@abcd94.fr](mailto:communication@abcd94.fr)

M., Mme : .....

Domicilié(e) : .....

.....

Adresse mail : .....

Parent, proche ou représentant légal du (de la) Résident(e) ou du (de  
la) client(e) M. ou Mme :

.....

Résidence : (entourer la Résidence concernée)

Abbaye - Bords de Marne - Cité Verte - Cristolienne -

Domicile et Services

déclare faire acte de candidature à l'élection des représentants des  
familles, au CVS.

Date et signature du candidat :



# ÉLECTIONS CVS-RÉSIDENTS



## Élections des Conseils de la Vie Sociale RÉSIDENTS

En 2022, les Résidences (Abbaye, Bords de Marne et Cristolienne) vont organiser le renouvellement du collège des Résidents aux Conseils de la Vie Sociale (CVS). Ces instances répondent aux obligations légales. Leur objectif est de favoriser l'expression des Résidents dans la vie des Résidences.



### Déroulement des élections :

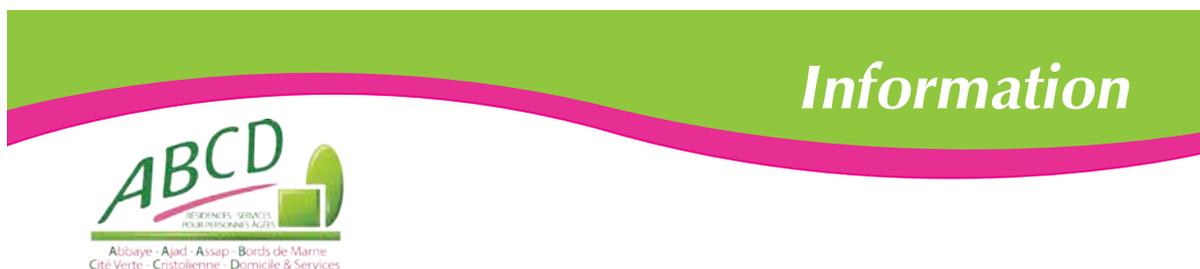
<b>Dépôt de candidature</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Date limite de dépôt de candidature : 24 mai 2022</li></ul>
<b>Quand ?</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Élection le samedi 18 juin 2022</li></ul>
<b>Qui peut se présenter ?</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Résident</li></ul>
<b>Qui vote ?</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• L'ensemble des Résidents</li></ul>
<b>Nombre de postes à pourvoir</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Abbaye : 4 postes titulaires + 4 postes suppléants</li><li>• Bords de Marne : 2 postes titulaires + 2 postes suppléants</li><li>• Cristolienne : 2 postes titulaires + 2 postes de suppléants</li></ul>
<b>Durée du mandat</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 3 ans</li></ul>
<b>Où et comment ?</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sur place à le 18 juin 2022</li></ul>
<b>Rôle</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Participer aux réunions du CVS 3 fois par an, au sein du Conseil d'Administration (minimum)</li><li>• Porter la parole des Résidents</li></ul>

### Planning officiel 2022 :

- Date limite de réception des candidatures : 24 mai 2022
- Établissement de la liste des candidats : 1er juin 2022
- Élections à l'accueil de chaque résidence : 18 juin 2022 de 11h00 à 16h30
- Dépouillement des résultats dans chaque Résidence : 18 juin 2022 à 17h00

# INFORMATIONS

## NOUVEAUX PRIX POUR LE PRESSING (À PARTIR DU 1<sup>ER</sup> MAI)



### Service de Nettoyage à Sec

Ouvert à tous

Résidents, Familles, Bénévoles, Salariés, Amis ...

Retour  
sous  
8 jours

- Déposez vos vêtements du lundi au vendredi aux pressings des 4 Résidences
- Complétez la fiche de renseignements (disponible au pressing) accompagnée de votre règlement (chèque ou espèce)
- Vos vêtements seront enlevés chaque mardi matin et retournés le mardi suivant

Jupe	6,30 €	Blouson	10,50 €
Robe	10,50 €	Blouson Duvet	18,90 €
Pantalon	6,30 €	Couette 1 pers.	15,80 €
Chemisier	5,30 €	Couette 2 pers.	17,80 €
Chemise	3,70 €	Nettoyage chaussures (toute matière)	26 €
Pullover	5,30. €	Plaid	5,30 €
Imperméable	10,50 €	Foulard	5,30 €
Costume	14,70 €	Cravate	5,30 €
Veste	8,40 €	Autres (Demander un devis)	
Manteau	10,50 €		

Prestation assurée par le Pressing RAPIDE PRESSING



# INFORMATIONS - 4L TROPHY

---

## LE 4L TROPHY : RAID HUMANITAIRE

Le 4L Trophy est un rallye d'orientation qui existe depuis 1997. Aventure humaine et sportive, elle est avant tout une course solidaire en véhicule d'exception : la Renault 4. Les équipages, âgés maximum de 28 ans, ont pour objectif de soutenir les populations pauvres du désert Marocain, et plus particulièrement la scolarisation des enfants.

Le groupe ABCD a décidé de soutenir un équipage pour cette édition 2022 et leur engagement humanitaire : Lydie HALFORD et Fabien DINTILLAC.

### L'équipage :

Fabien DINTILLAC a 27 ans, et est « *passionné par les véhicules anciens et la course automobile* ». Lydie HALFORD, a quant à elle 26 ans, elle est « *sportive, aventurière. Le 4L est le Raid humanitaire qui partage mes valeurs.* ».

Lydie est l'une des conductrices des travaux qui se tiennent actuellement à la Résidence de l'Abbaye. Pour rappel, ces travaux visent à la construction d'une Résidence Services pour Séniors et l'extension du restaurant actuel.

Parlons un peu plus de ce rallye grâce à ses chiffres clés :

- 3 000 participants, soit 1500 équipages
- 6500 km parcourus
- 10 jours de course
- 3 pays traversés : la France, l'Espagne et le Maroc
- 60 tonnes de matériel éducatifs emmenés à destination
- 11 tonnes de nourriture
- 16 écoles construites grâce à cette course

# INFORMATIONS - 4L TROPHY

## Le parcours :

Le rallye débute à Biarritz, où les équipages et les véhicules sont inspectés. Les participants prennent ensuite la route vers Algeciras. En territoire espagnol, les équipes sont briefées. Tous les équipages, avec des milliers de Renault 4, mettent le cap du Maroc en ferry vers Tanger avant le départ officiel de la course : en direction de Marrakech.



## Carnet de route :

- Jeudi 5 et Vendredi 6 mai : Rendez-vous à Biarritz pour le lancement de la course
- Dimanche 8 mai : Boulajoul
- Lundi 9 au mercredi 11 mai : Merzouga
- Jeudi 12 mai : Marathon
- Vendredi 13 et samedi 14 mai : Marrakech
- Dimanche 15 mai : Retour

# INFORMATIONS - 4L TROPHY

Durant la course, les équipages doivent faire preuve d'un grand sens de l'orientation pour ne pas se perdre dans le désert marocain. Entraide et bonne humeur sont au rendez-vous, les équipages participent au rallye pour se forger des souvenirs.

Nous allons donc pouvoir suivre leurs aventures, durant ces quelques jours de courses, via des photos et des articles qui seront publiés dans la revue ça bouge et sur nos réseaux sociaux.

Alors, restez connectés pour la suite de leurs aventures...



Le véhicule de Lydie et Fabien est prêt pour l'aventure !

# ACTUALITÉS

## Espace : l'astronaute américaine Jessica Watkins devient la première femme noire à rejoindre la Station spatiale internationale

Une première qui rappelle la série uchronique « For All Mankind ». L'astronaute américaine Jessica Watkins va devenir, jeudi 28 avril, la première femme noire à rejoindre la Station spatiale internationale. Agée de 33 ans, elle est aussi la cinquième femme noire à aller dans l'espace. *"Devenir astronaute de la Nasa, j'en rêvais depuis très longtemps, depuis que je suis toute petite même, mais je ne pensais pas y arriver un jour"*, a déclaré en conférence de presse celle qui a commencé au sein de l'agence spatiale américaine comme stagiaire.

*"Je pense que cette mission est vraiment un hommage de l'héritage des femmes astronautes noires qui m'ont précédée, ainsi qu'à l'avenir passionnant qui nous attend."* Jessica Watkins en conférence de presse

La mission baptisée "Crew-4" s'est envolée mercredi du centre spatial Kennedy, en Floride, avec à son bord les Américains Kjell Lindgren, Bob Hines et Jessica Watkins, ainsi que l'Italienne Samantha Cristoforetti de l'Agence spatiale européenne. Ils vont rejoindre un autre équipage qui voit son retour sur Terre s'approcher après une mission de cinq mois, et dont la date de retour sera bientôt connue. Trois Russes sont également présents à bord de l'ISS.



Source : Franceinfo

# JEUX

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

Grille A

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

Grille B

# PLANNING ABBAYE

---

## **Samedi 30 avril**

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

09h00 : Départ séjour Vacances

15h30 : Grand jeu « Baccalauréat » - Grand restaurant

### 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 1er mai**

11h00 : Vente de Muguets - Point info

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

16h30 : Spectacle « Flamenco » - Grand restaurant

### 3ème Bellay

11h00 : Diffusion de la messe

15h00 : Spectacle « Flamenco »,

### 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 3e)

20h00 : Raconte-moi une Histoire

# PLANNING ABBAYE

---

## **Lundi 2 mai**

10h00 : Bonjour chez vous

10h15 : Atelier Informatique « NTIC » - Café littéraire

15h00 : Conférence « Amazonie » par Art Bohème - Théâtre

17h00 : Bingo - Espace bar

### 3ème Bellay

11h00 : En route pour le pressing

15h00 : Jeu interactif

### 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)

20h00 : Raconte-moi une Histoire

## **Mardi 3 mai**

10h00 : Bonjour chez vous

14h30 : Tranche de vie - Petit restaurant

15h30 : L'heure musicale Rock de Gilles live « Lucile Mikaelian » - Grand restaurant

17h00 : Club mémoire, Monique Bouchot - Café littéraire

### 3ème Bellay

11h00 : Atelier boulangerie

11h00 : En route pour le pressing

13h30 : Sortie cinéma

15h30 : Heure musicale - Théâtre

17h00 : Jeu interactif

### 4ème Bellay

10h30 : Danse

11h30 : Vie quotidienne

14h00 : Temps calme

15h00 : Atelier pâtisserie 1 mardi / 2

16h30 : Poésies et Fables

17h00 : Lecture / Temps de parole

### Unité PHV :

10h30 : Atelier Théâtre - Salle castel

13h00 : La Balade

# PLANNING ABBAYE

---

13h30 : Temps de repos  
17h00 : Revue de Presse  
20h00 : Raconte-moi une Histoire

## **Mercredi 4 mai**

10h à 11h45 : Les Résidents vous accueillent à La Boutique - Allée Commerçante  
10h00 : Bonjour chez vous  
10h30 : Atelier poterie groupe 2 - Café littéraire  
15h00 : Jeux de table - Espace bar  
15h00 : Réunion Citoyennage - Café littéraire  
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 : Atelier Cuisine  
13h00 : La Balade  
13h30 : Temps de repos  
15h30-17h30 : Balneo (JG-PC-PJ)  
20h00 : Raconte-moi une Histoire

## **Jeudi 5 mai**

11h10 : Jeu de marche et équilibre groupe 2 - Salle Bien-être  
14h30 : Tir à l'arc - Salle Castel  
16h00 : Après-midi gourmand variétés françaises en compagnie de Pierre Guerin - Grand restaurant  
16h00 : Messe - Oratoire

### 3ème Bellay

11h00 : En route pour le pressing  
11h00 : Atelier tricot  
15h00 : Après-midi gourmand variétés françaises en compagnie de Pierre Guerin  
17h00 : Petit loto

### 4ème Bellay

10h30 : Chant

# PLANNING ABBAYE

---

11h30 : Vie quotidienne  
14h00 : Temps calme  
15h00 : Atelier pâtisserie 1 jeudi / 2  
15h30 : Petit Bac  
17h00 : Lecture / Temps de parole

## **Unité PHV :**

10h30 : Travaux Manuels 3e et Cultura  
13h00 : La Balade  
13h30 : Temps de repos  
14h30 : Accompagnement temps individuel  
17h30 : Tir à l'arc Gymnase Delaune-Champigny  
20h00 : Raconte-moi une Histoire

## **Vendredi 6 mai**

10h00 : Bonjour chez vous  
11h00 : Qi Gong - Salle bien-être  
14h30 : Exercices corporels - Salle bien-être  
15h00 : Pétanque - Terrain de pétanque  
16h45 : Revue de presse - Espace Bar  
17h00 : Club mémoire, Monique Bouchot - Café littéraire

## **3ème Bellay**

11h00 : En route pour le pressing  
14h30 : Carré Musical  
15h45 : Gym douce  
17h00 : Lecture de la revue « ça bouge »

## **4ème Bellay**

10h30 : Écoute musicale  
11h30 : Vie quotidienne  
14h00 : Temps calme  
15h00 : Préparation de gourmandises  
16h00 : Bar des Amis  
17h00 : Lecture

## **Unité PHV :**

10h30 : Piscine Delaune-Champigny  
13h00 : La Balade  
13h30 : Temps de repos  
16h30 : Atelier tricot  
20h00 : Raconte-moi une Histoire

# PLANNING BDM

---

## **Samedi 30 Avril**

- 11h00 : Réveil musculaire - 2ème étage
- 14h00 : Documentaire « guerre des trônes » - Cafétéria
- 15h00 : Visite avec Paro sur RDV
- 17h00 : La grande roue - Cafétéria

### Animation 3ème étage

- 11h00 : Activité à la carte
- 15h00 : Jeux de table
- 17h00 : La grande roue - RDC

## **Dimanche 1er mai**

- 10h30 : Vente de Muguet à l'accueil / devant la résidence
- 11h00 : Revue de presse - Cafétéria
- 15h00 : Club évasion - Cafétéria
- 16h30 : Spectacle de transformiste - Cafétéria

### Animation 3ème étage

- 16h30 : Spectacle de transformiste - RDC

## **Lundi 2 mai**

- 11h00 : Entraînement de Boxe - 2e étage
- 15h00 : Jeux de connaissance - Cafétéria
- 15h00 : Assemblée de prière - 1er étage
- 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 pâtisserie
- 15h00 : Jouer avec les mots - 3e Salle du club

## **Mardi 3 mai**

- 08h00 : Petit déjeuner Allemand - Cafétéria
- 11h00 : Club lecture - Salon VIP
- 14h30 : Atelier peinture - Espace artistique
- 15h00 : Club culture - Cafétéria
- 17h00 : Jeux de questions - Cafétéria

# PLANNING BDM

---

## Animation 3ème étage

10h30 : Atelier peinture - Salon du 3e étage

10h45 : Atelier beauté

15h00 : Jeux de table

## Activités club

12h00 : Repas entre amis

15h00 : Correspondance de l'être

## **Mercredi 4 mai**

11h00 : Tai-chi - 2e étage

15h00 : Réunion citoyennage - Restaurant

17h00 : Baccalauréat géant - Cafétéria

## Animation 3ème étage

11h00 : Atelier théâtre

15h00 : Couture

## **Jeudi 5 mai**

11h30 : Jeux apéritif - Salle du parc

15h00 : Atelier de mémoire - Cafétéria

17h00 : Jeux mystère - Cafétéria

## Animation 3ème étage

10h30 : Gym détente

11h00 : Revue de presse

11h30 : Atelier cognitif

15h00 : Activité à la carte

## **Vendredi 6 mai**

10h30 : Revue de presse - Salon 1er étage

11h00 : Écoute musicale - Cafétéria

11h00 : Souvenir musical - Salon 1er étage

15h00 : Color Art - Cafétéria

17h00 : Loto - Cafétéria

# PLANNING CITÉ VERTE

## Samedi 30 Avril

10h30 : Chiens visiteurs - RDC	PHV
15h30 : La Dictée de Pivot - Bibliothèque	Françoise
3ème étage : 11h00 : Art floral	Déborah
15h30 : Écoute musicale	Déborah

## Dimanche 1er Mai (Fête du travail)

15h30 : Concert avec Nelly Richard's - Restaurant	Françoise
17h00 : Jeux de société - Étages et RDC	
3ème étage : 11h00 : Écoute musicale	As
15h30 : Concert avec Nelly Richard's - RDC	

## Lundi 2 Mai

15h30 : Billard Hollandais - Espace bar	Déborah
17h00 : Chiffres et lettres - Bibliothèque	Tiziana
3ème étage : 11h00 : Temps de lecture	
15h30 : Promenade	

## Mardi 3 Mai

10h30 : Boutique et Point Guichet	Sylviane, Françoise, Tiziana
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	
15h30 : Écoute musicale	As

## Mercredi 4 Mai

10h30 : Sortie en ville	Déborah
15h30 : Thé chantant avec Jean Patrick Talmond	Tiziana
16h45 : Réunion Citoyennâge	Hortense
17h00 : Scrabble Jeanne-Marie / Billard Hollandais	Stagiaire
3ème étage : 11h00 : Atelier bien-être	
15h30 : Thé chantant avec Jean Patrick - RDC	

## Jeudi 5 Mai

11h00 : Gym douce avec Magali - Salle d'activités	
15h00 : Sortie au parc du Morbras	Anne Déborah
15h30 : Art floral groupe "Coquelicot" et 3ème	Tiziana
17h00 : Jeu de questions - Accueil de jour	Françoise
3ème étage : 10h30 : Chiens visiteurs	
15h30 : Sortie au parc Morbras	

# PLANNING CITÉ VERTE

---

## **Vendredi 6 Mai**

11h00 : MESSE avec l'Aumônerie - Salle d'activités

15h30 : Réunion « Fête humanitude » - Salle d'activités Françoise et Déborah

17h00 : Jeux de sociétés et belote avec Bernard - Espace bar

3ème étage : 11h00 : MESSE avec l'Aumônerie - RDC

15h30 : Art floral

# PLANNING CRISTOLIENNE

---

## **Samedi 30 Avril**

11h00 : Revue de presse - Salon du Patio

15h00 : Atelier Pâtisserie - PASA

17h00 : Jeux de Questions - Restaurant

## Activités du 1er étage

11h00 : Gym équilibre

14h30 : Jeux de table

17h00 : Loto musicale

## **Dimanche 1er Mai**

11h00 : Émission Religieuse - PASA

15h00 : Vidéo Club « Les Bêtises » - PASA

16h00 : Salon de thé avec les danseuses de la revue « les Allumettes - Restaurant

## Animation 1er étage

14h30 : Activité à la carte

# LE MOT DE LA FIN ET SOLUTIONS

## SOLUTIONS DES JEUX

Grille A

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

Grille B

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

## 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