

ça bouge !

23
septembre
2022

ça bouge !

N°1575

LA CRISTOLIENNE À VERSAILLES



Bonjour à toutes et à tous,

Des Résidents de la Cristolienne ont assisté aux Grandes Eaux Nocturnes du Château de Versailles. Pendant la Brocante de l'Abbaye, la Cristolienne a tenu un stand et une buvette.

A la Cité Verte, des Résidents ont assisté à des duos sur les tubes de l'été. Une balade sur la Marne a été appréciée par les participants.

Chansonâge fait son grand retour à la Résidence des Bords de Marne. La Résidence s'est parée de ses plus belles couleurs automnales.

Mme Poisson, Résidente de l'Abbaye a célébré ces 102 ans. Une soirée bateau mouche a ravi des Résidents.

Bonne semaine à tous,

Margaux MESLET
Responsable communication

L'ACTU DES RÉSIDENCES

- LA CRISTOLIENNE À VERSAILLES
- DUO SUR LES TUBES DE L'ÉTÉ
- LE RETOUR DE CHANSONÂGE AUX BORDS DE MARNE
- ANNIVERSAIRE DE MME POISSON, À L'ABBAYE
- LA CRISTOLIENNE A LA BROCANTE DE L'ABBAYE
- BALADE SUR LA MARNE POUR DES RÉSIDENTS DE LA CITÉ VERTE
- LES COULEURS AUTOMNALES À LA RÉSIDENCE DES BORDS DE MARNE
- BATEAU MOUCHE EN SOIRÉE POUR DES RÉSIDENTS DE L'ABBAYE

ACTUALITÉS

- ÉQUINOXE D'AUTOMNE : À QUOI CORRESPOND-IL ?
- JEUX : MOTS CROISÉS
- PLANNING ACTIVITÉS

LA CRISTOLIENNE

LA CRISTOLIENNE À VERSAILLES

Les organisateurs nous ont accueillis et la grande grille s'est ouverte pour nous laisser entrer en voiture et minibus. Un privilège qui ne nous a pas laissés indifférents. Après quelques pavés, nous étions prêts pour une soirée à travers les bosquets du jardin de Versailles. Avant d'aller voir les Grandes Eaux nocturnes, nous avons fait une petite séance photos devant les éclairages du château. L'immensité du lieu était impressionnante mais cela ne nous a pas découragé pour autant. Cette promenade, accompagnée par la musique du Roi Soleil, nous a paru magique. Des fontaines lumineuses, des jets de flammes, des arbres étincelants aux quatre coins des sentiers d'André Le Nôtre. Une fois arrivés au grand canal, nous nous sommes installés pour assister au bouquet final. Nous étions devant un magnifique feu d'artifice rythmé par des oeuvres de Lully avec un bon champagne et des fruits de mer au chocolat Belge. Au moment de rentrer, nous avons été aidés par les organisateurs et des visiteurs avec qui nous avons bien échangé. Ce fut une soirée merveilleuse pour des Résidents, bénévoles et personnels de la Cristolienne.

Esteban, équipe de la vie sociale



LA CRISTOLIENNE



CITÉ VERTE

DUOS SUR LES TUBES DE L'ÉTÉ

Outre les animations musicales des mercredis après-midi, Jean-Patrick Talmond nous gratifie depuis six mois de quelques « duos » réalisés avec Sylvie, notamment sur la thématique du printemps et récemment sur les duos d'été.

Merci pour ces duos célèbres repris en chœur avec les Résidents. Un moment de convivialité très apprécié pour terminer la belle saison et accueillir la douceur des prochains mois.

Françoise, responsable de la vie sociale





BORDS DE MARNE

LE RETOUR DE NÉNETTE ET RINTINTIN

Ce mercredi, nous avons repris les activités de Chansonâge. Nous sommes ravis de pouvoir les revoir après un moment d'absence pendant les vacances. Nous avons chanté sur un rythme endiablé des chansons parlant de Marseille et du Sud. Toutes les séances sont différentes et nous permettent d'écouter des chansons que nous avons connues dans notre enfance et dans notre vie active.

« C'est bon de se remémorer ces chansons et les paroles nous reviennent toutes seules » Mme Marinoni

« C'est chouette et ça fait du bien » Mme Nodot

« Maintenant, nous les connaissons, ils nous chantent les chansons de notre enfance » Mme Bolzinger

Nous profitons tous de l'ambiance et nous les attendons avec impatience pour la prochaine séance.

Résidents du PASA et Sylvie



ABBAYE

ANNIVERSAIRE DE MME POISSON

Madame Poisson, Résidente à l'Abbaye depuis quatre ans, a célébré au mois d'août ses 102 ans.

Entourée de sa famille, elle a fêté l'événement autour d'un bon repas et d'un délicieux gâteau.

Nous souhaitons une nouvelle fois un très bon anniversaire à Mme Poisson !

L'équipe de la vie sociale



LA CRISTOLIENNE

LE STAND « D'ART DE VIVRE » À LA BROCANTE DE L'ABBAYE

Le 11 septembre, à la Résidence de l'Abbaye, l'association des Résidents « Art de Vivre » de la Cristolienne a participé pour la première fois à la brocante. Nous avons une magnifique buvette et un fabuleux stand. Grâce à tous les dons durant la collecte de ses derniers mois, nous avons vendu beaucoup de choses pour renflouer les caisses de l'association avant la période des fêtes.

Merci à tout les donateurs qui ont participé, pour le plus grand plaisir des adhérents de la Cristolienne. Un investissement sans faille de la part de toutes les équipes qui présage une bonne année.

Esteban, équipe de la vie sociale



CITÉ VERTE

BALADE SUR LA MARNE

Hier après-midi nous sommes sortis pour une balade en catalante, bateau à fond plat, sur la Marne avec l'association « Au fil de l'eau ».

La promenade commentée par Anna et Théophile nous a ravis.

La Marne bucolique à souhait, que l'on fréquente plus généralement sur les berges, offre un chapelet d'îles privées et préservées adossées aux coteaux boisés de Chennevières.

Sur l'eau, l'effet est saisissant tant la nature est présente. La faune et la flore, protégées, s'y épanouissent en toute quiétude. Ainsi nous avons croisés, outres les colverts et les cygnes, des hérons cendrés, une bergeronnette des ruisseaux au vol onduleux, des cormorans, des poules d'eau ainsi que des foulques comme nous l'a expliqué Théophile.

L'association s'occupe entre autres des travaux de consolidation des berges, utilisant seulement des matériaux naturels et locaux, soumises fortement à l'érosion et ainsi fragilisées.

Le chapelet d'îles, au nombre de 11, est aujourd'hui privé dans un souci de protection. Ce ne fut pas toujours le cas, comme l'île d'Amour qui accueillait les amoureux qui s'y laissaient volontiers oubliés du passeur. Elle est située en face de la petite statue représentant un couple enlacé, avec également un chapeau à son pied en hommage à Charles Trenet, qui avait l'honneur de vivre face à cette île.

Les îles se succèdent, celle des vigneronniers où autrefois la vigne poussait, celle de Pisse-Vinaigre avec sa guinguette, celle du docteur Casenave, celle du martin pêcheur...D'ailleurs nous apprendrons que le martin pêcheur comme les nénuphars sont garants d'une eau de qualité.

La Marne n'échappe pas aux E.E.E, espèces exotiques envahissantes, telles les lentilles d'eau, si gracieuses en surface mais qui privent l'eau qu'elles colonisent d'oxygène, ou encore les tortues de Floride, les oies Bernaches venues du Canada, les perruches également...

Une promenade au fil de l'eau aussi charmante qu'instructive, même si celle-ci fut un peu ventée et accompagnée de quelques nuages gris,

CITÉ VERTE

elle nous a beaucoup plu. A refaire...

Tiziana, équipe de la vie sociale



BORDS DE MARNE

LA RÉSIDENCE AUX COULEURS DE L'AUTOMNE

La Résidence des Bords de Marne a arboré les couleurs de l'automne. En effet, le 23 septembre nous rentrons déjà dans la saison de l'automne avec ses jolies couleurs orangées.

Quand automne en saison revient

Quand automne en saison revient,
La forêt met sa robe rousse
Et les glands tombent sur la mousse
Ou dansent en rond les lapins.
Les souris font de grands festins
Pendant que les champignons poussent.
Ah, que la vie est douce, douce
Quant automne en saison revient.

Christal, équipe de la vie sociale



ABBAYE

PARIS, LA VILLE LUMIÈRE

Navigation au côté du Palais de Justice et du Musée d'Orsay et traversée sous le Pont des Arts, que ne fut pas l'émerveillement des Résidents lors de cette balade dans Paris en bateau mouche, le soir, sur une Seine calme.

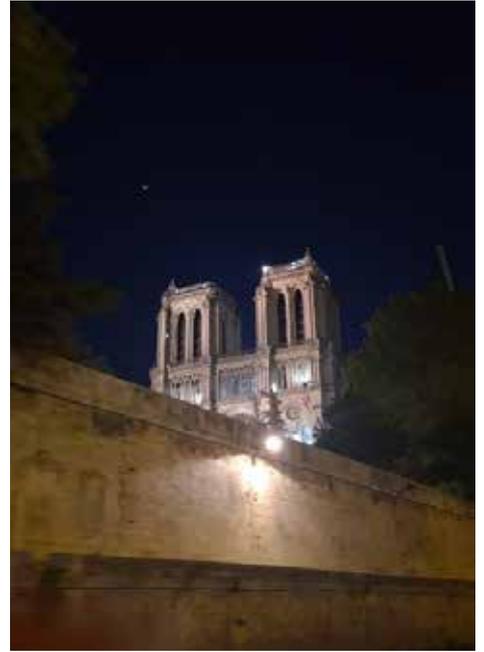
Sentiment de joie mélangé à de la tristesse, lorsque nous sommes passés près de Notre-Dame de Paris sans sa majestueuse flèche.

Et quel bonheur lorsque la tour Eiffel est apparue devant nous du haut de ses 300 mètres.

Gaëlle, équipe de la vie sociale



ABBAYE



ABBAYE - INFOS

L'ATELIER ÉCRITURE

L'atelier écriture reprend à la Résidence de l'Abbaye.
Venez discuter sur des sujets d'actualités, des souvenirs tous les
vendredis de 14h30 à 15h30 au Salon du Parc.

On vous propose de découvrir deux textes, écrits l'année dernière par des Résidents :

Vendredi 10 septembre 2021 - Atelier écriture

Proposition de consigne 1 : raconter un souvenir de rentrée scolaire.

Proposition de consigne 2 : imaginez une histoire où votre personnage fait une rencontre incongrue, anecdotique ou décisive. Choisissez un moyen de transport, exprimez l'atmosphère du paysage traversé, et si cette rencontre a modifié le regard de votre personnage/narrateur.

Textes de Mme Planchais, Résidente :

Texte consigne 1 : Si mes rentrées de classes en école primaire se passaient facilement, le passage en sixième fût à l'origine d'une série d'épreuves pour moi.

Ma sœur aînée, tant qu'elle était dans la même école primaire que moi me racontait ce qu'elle faisait en classe. Elle me lisait ses livres de lecture : je connaissais bien l'histoire de « Bridinette » petite fille obéissante mais aussi les mésaventures de Taloché, un garçonnet très maladroit de ses mains. Elle me disait aussi ses préférences pour certaines institutrices. Si bien que je n'avais aucune appréhension le jour de la rentrée. De plus je pouvais la voir pendant les récréations. Elle obtint son certificat d'étude et choisit de partir en apprentissage chez une couturière.

A mon époque eu lieu un changement, au lieu de 14 ans le passage en sixième se fit à 12 ans et l'on devait subir un examen. Ma sœur n'était plus là pour m'expliquer comment s'effectuaient les cours autour de moi mes cousins et cousines s'étaient cantonnés au précieux

ABBAYE - INFOS

diplôme qu'était le « certif » dans les familles modestes.

Il n'y avait pas non plus de conseil d'orientation, c'était vraiment l'inconnu et je n'étais pas du tout à l'aise ce premier jour de rentrée.

A ce premier malaise s'ajoutait le changement forcé d'établissement. En principe le cours complémentaire où j'étais inscrite se situait à la suite de mon école primaire, mais notre ville étant occupée par les Allemands à cette époque, ils avaient pris possession de notre école. C'est le directeur du collège des garçons qui prête sa salle de chimie pour notre classe de sixième. Il n'y avait pas de mixité en ce temps-là, ni de collège de filles dans notre ville, seulement des écoles privées catholiques pour les enfants de notables. Etant assez timide, la proximité des garçons aux récréations ne me plaisait pas beaucoup. Par ailleurs j'avais la surprise de voir de nouveaux visages dans cette classe alors qu'en primaire je connaissais bien toutes les fillettes.

C'est que les meilleurs élèves de classes de petits villages de campagne d'alentour désiraient aussi continuer leurs études dans notre ville. En récréation elles se réunissaient et parlaient patois, ce qui me semblait choquant et incongru dans une école où on apprenait le français et l'anglais. Pour toutes ces raisons, j'étais assez désorientée ce premier jour de sixième. C'était la première fois de ma vie d'écolière que j'étais confrontée d'un seul coup à des éléments nouveaux et il me fallut un bon trimestre pour m'adapter aux conditions de cette classe de sixième.

Texte consigne 2 : Pierre avait projeté de traverser la Corse au volant de sa 2Cv. Il emportait sa petite tente car il appréciait de dormir près de la nature et se munissait aussi d'un matériel pour faire son petit déjeuner et un léger repas le soir. Ayant été scout très jeune il avait une certaine expérience du camping et préférait demander à des agriculteurs l'autorisation de camper au bord d'un champ.

Il prit donc le bateau de Marseille et débarqua à Bastia. Il désirait rejoindre de suite St-Florent car il gardait un très bon souvenir d'un petit séjour avec des scouts de cette ville. Maintenant adulte il percevait

ABBAYE - INFOS

mieux ce qui l'avait séduit. Il y avait la fraîcheur des rues, le côté détendu des commerçants, des serveurs des cafés, des femmes qui bavardaient avec leurs voisines. Il lui semblait enfin vivre avec des gens qui prenaient le temps d'exister. Sur les rives du golfe des pêcheurs s'affairaient près de leurs bateaux, et sur un banc à l'ombre, les anciens se rejoignaient en fumant tranquillement leurs pipes. Il avisa un peu plus loin la possibilité de se baigner ; il savoura avec délice de nager dans cette mer lumineuse et rafraichissante à la fois. Quand il remonta dans sa 2Cv il se sentit entièrement libéré de sa vie de citadin enchaîné à son travail.

Il se dirigea vers Patrimonio, il admira le vignoble, les pins parasols, les massifs de lauriers roses devant les maisons. Ce serait agréable de camper par ici se dit-il. Près d'un vignoble, il aperçut un grand espace vert ombragé et une grange à la porte ouverte. Il s'approcha et vit un homme qui rangeait ses outils : était-il le propriétaire des lieux ? En effet, et que désirez-vous ? Pierre se présenta et lui demanda s'il accepterait qu'il campe près de la grange. L'homme réfléchit un instant, Pierre lui expliqua sa façon de visiter la Corse et après quelques questions le propriétaire accepta qu'il installe sa tente sur son terrain. Et pour fêter cet accord, il lui proposa de boire un verre de vin de sa vigne.

Le lendemain vers 10H30, le vigneron revint voir Pierre. Ils se mirent à parler de la culture de la vigne, de la qualité des vins, du village, des alentours, Pierre parla de son métier d'architecte, le vigneron lui demanda des conseils sur la construction future d'une maison. Sur ce, il l'invite à manger un peu de charcuterie faite par un cousin avec du bon vin de Patrimonio. Pierre aimait les contacts directs avec les habitants et se félicitait de cette heureuse rencontre. Il resta 3 jours à cet endroit et visita l'intérieur de cette région.

Avant son départ le vigneron l'invita chez lui ; il prenait vraiment plaisir de la compagnie de Pierre. Après un bon repas corse bien arrosé il lui proposa de visiter sa maison et en particulier les caves.

Quand il ouvrit la porte de la cave, grande fut la surprise de Pierre, au lieu de bouteilles la pièce était remplie d'armes accrochées

ABBAYE - INFOS

au mur ! Le vigneron lui révèle qu'il faisait partie d'un mouvement de défense de la Corse et qu'il était toujours prêt à répondre au besoin de son chef quand il y avait une action à mener. Pierre n'avait jamais soupçonné cet homme si jovial avec lui qu'il puisse être doublé d'un tel caractère et d'actions de ce genre. Ils se quittèrent en très bons termes, se réjouissant de cette heureuse rencontre.

Tout en jetant un regard ébloui sur le ciel étoilé, respirant l'air frais de cette belle nuit, Pierre réfléchissait sur le contact direct qu'il avait eu avec ce vigneron corse. Lui qui portait habituellement un regard bienveillant sur les habitants d'une région qu'il visitait, un regard peut être un peu trop superficiel pensait-il ce soir-là, s'était trouvé cette fois-ci face à un regard très singulier. Pendant 3 jours ce vigneron avec son regard incisif et son expérience d'homme de terrain, l'avait écouté, avait jugé sa façon de vivre ; en fin de compte il l'avait jugé digne de sa confiance et lui avait donc révélé une part secrète de sa vie.

En traversant les forêts des élégants pins « laricies », les grandes châtaigneraies, les rivages des bords de mer non-défigurés, les villes aux sobres maisons typiques de Corse, Pierre pensait souvent à cet homme qui lui avait fait comprendre qu'il fallait que les habitants eux-mêmes se battent contre les promoteurs ou d'autres personnalités qui risqueraient de faire perdre la beauté et l'âme de la Corse.

Mme Planchais, Résidente

Texte de M. Lacout, Résident :

Texte consigne 1 : La rentrée, A mon porte-plume

Lors ce que j'étais un écolier
Le temps passait à tire-d'aile
Se rassemblaient les Hirondelles
Qui criaient : a. Vos. Encriers!...

ABBAYE - INFOS

J'avais un joli porte-plume
Que j'avais surnommé l'indien
Car je connaissais la coutume
Des apaches américains

Il était de mer en écume.
Percé d'un verre grossissant
On n'y voyait un océan

Ce qui invitait au voyage
Et nourrissait tous les mirages
Imaginaire des enfants

Texte consigne 2 : Le Printemps de Prague

Lors d'un voyage organisé en Tchécoslovaquie dans un transport en commun j'ai rencontré un quidam qui est venu vers moi il m'a demandé si j'étais français oui lui Dis-je:: alors ça adressant à moi il ajouta: trahi de toute part accablé

D'injustice je vais sortir d'un gouffre ou triomphe
Les vices et chercher sur la terre un endroit écarté ou être homme d'honneur on est la liberté

Cette phrase de Alceste dans le misanthrope
M'a été droit au cœur la culture française était, à cette époque encore vivante et je me suis senti fier de lui appartenir, qu'en est-il maintenant les temps nouveaux sont là et s'américanisent je n'ai pas oublié ce moment de ma vie.

Mr Lacout, Résident

ACTUALITÉS

Équinoxe d'automne : à quoi correspond-il ?

Températures plus fraîches, feuilles qui tombent, journées plus courtes... Dans notre hémisphère, l'équinoxe d'automne sonne le début d'une nouvelle saison. En cette année 2022, l'été prendra ainsi fin le vendredi 23 septembre à 3 heures. Retour sur le pourquoi du comment.

Qu'est-ce que l'équinoxe d'automne ?

Le terme "équinoxe" provient du latin *æquinoctium*, de "æquus" ("égal") et "nox" ("nuit"). Phénomène astronomique, il désigne plus vulgairement (et comme son origine le suggère) le moment de l'année où la durée du jour est égale à celle de la nuit. Tout comme pour les deux solstices, jour le plus court et jour le plus long de l'année, il se produit deux équinoxes en 365 jours : l'équinoxe de printemps et l'équinoxe d'automne.

Dans l'hémisphère nord, l'équinoxe d'automne marque le début de la saison éponyme. Les jours diminuent peu à peu, avec une perte de luminosité de quatre minutes par jour environ, jusqu'au solstice d'hiver le 21 décembre. Au contraire, dans l'hémisphère sud, les jours s'allongent jusqu'à cette date. Et pour cause, pendant son année à faire le tour du soleil, la Terre est inclinée d'environ $23,4^\circ$ par rapport au plan de son orbite. L'hémisphère nord est ainsi tourné vers les rayons la moitié de l'année, le sud l'autre moitié.

Durant l'équinoxe, les deux hémisphères sont éclairés de la même façon, car le soleil est pile à la verticale au-dessus de l'équateur : en astronomie, il est dit que notre astre passe au Zénith, point d'intersection entre la verticale de l'équateur et la sphère céleste. Il se lève ainsi très précisément à l'est, pour se coucher presque très précisément à l'ouest après environ 12 heures. La saison change.

Équinoxe d'automne : à quelle date a-t-il lieu ?

La date de l'équinoxe d'automne varie selon les années, car notre planète tourne autour de son astre en 365 jours... 5 heures et 46 minutes, et non seulement 365 jours. Le réajustement se fait grâce

ACTUALITÉS

à l'ajout d'un 29 février tous les quatre ans (années bissextiles) ce qui décale la date des équinoxes. (...)

Bien que le 21 septembre soit associé au début de l'automne, mathématiquement et d'un point de vue astronomique, l'équinoxe d'automne peut ainsi tomber entre le 21 et le 24 septembre dans l'hémisphère nord. (...) Mais il faudra attendre 2092 avant qu'il ne tombe un 21 septembre, 2303 un 24 septembre.

(...)

Quelle est la symbolique de l'équinoxe d'automne ?

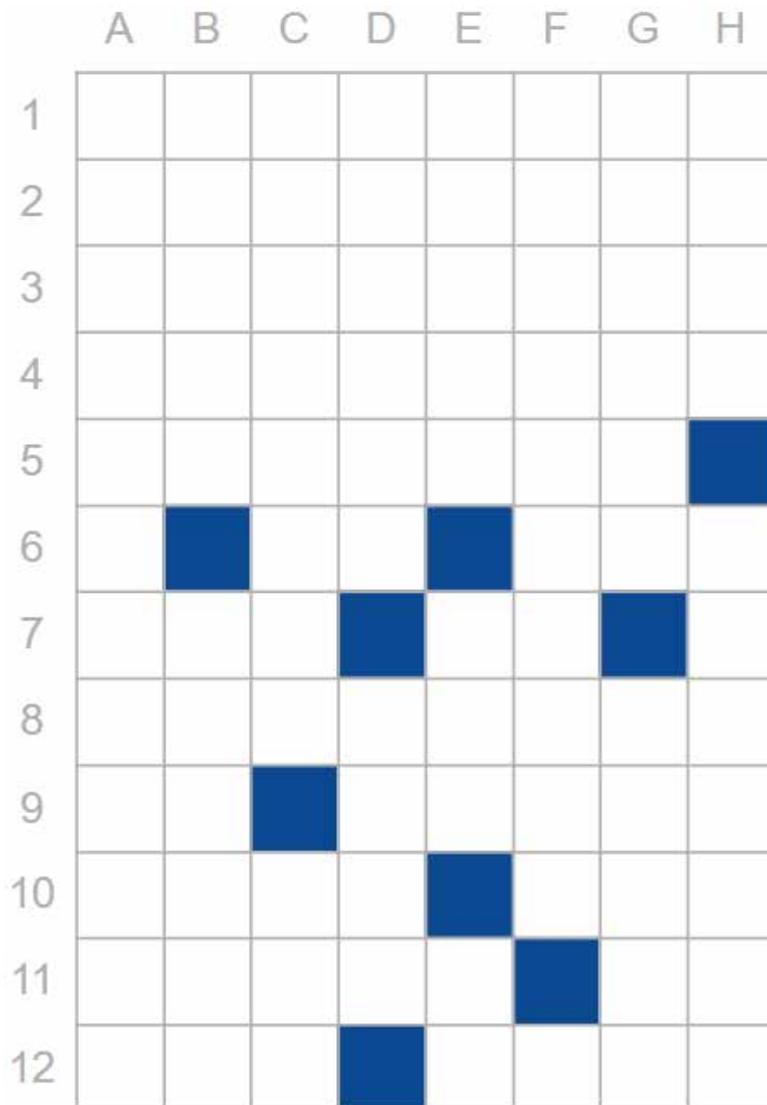
Le passage à l'automne est associé à des traditions et rites dans de nombreuses cultures à travers le monde. Moment de collecter une grande partie des récoltes avant les gelées de l'hiver, il a longtemps été célébré par les païens. Le "Mabon", nom celtique associé à cet équinoxe, s'accompagnait ainsi de festivités de gratitude. En Grande-Bretagne, c'est ce qui est appelé le "Harvest festival" — habituellement fêté le dimanche de la pleine lune la plus proche de l'événement astronomique, mais la date diffère selon les célébrations locales.

Durant les équinoxes d'automne et de printemps, des milliers de voyageurs se rassemblent par ailleurs sur les ruines mayas de Chichén Itzá (Yucatán, Mexique). Car sur la pyramide de Kukulcán (ou "El Castillo") à cette période exacte, un jeu d'ombre et de lumière se crée : il laisse apparaître un serpent, descendant ou montant les 364 marches de l'escalier (365 avec l'entrée du temple) que forme le monument.

Aussi, le calendrier républicain mis en place le 6 octobre 1793 par les révolutionnaires (et utilisé jusqu'en 1805) avait fixé l'équinoxe d'automne comme premier jour de l'année. Car hasard du sort, l'institution de la République avait eu lieu ce jour même, le 22 septembre 1792 — ou plutôt, le 1er vendémiaire an I — au lendemain de l'abolition de la royauté. Mais il est supprimé par Napoléon Ier à son arrivée au pouvoir, qui revient au calendrier grégorien.

Source : Geo

MOTS CROISÉS



HORIZONTALEMENT

1. Il se nourrit aux dépens d'autrui.
2. Faire des plans sur la comète.
3. Renvoyé.
4. Armes de choc au Moyen-Âge.
5. Assailli de toutes parts.
6. Ils cherchent le tuyau. Ils s'imposent comme une grande puissance.
7. Vieux boeuf aujourd'hui disparu. Petite mesure.
8. Région de l'Est.
9. Il est toujours avant elle. Portion de tripes.
10. Branche de l'Oubangui. Vallée marine bretonne.

VERTICALEMENT

- A. Une façon de planter les choux.
- B. Ils n'étaient pas prévus. Très malignes.
- C. Travailler sur le terrain. Endroit de rêve.
- D. En finir avec l'esclavage. Ce n'est pas fatigant à faire.
- E. Qui a la tête qui tourne. Déformation professionnelle ... Interjection de surprise.
- F. Qui présente une entorse.
- G. Yourtes et wigwams. Le querelleur la cherche.
- H. Il en faut pour avoir beaucoup de temps. Qui suit un arrangement.

PLANNING ABBAYE

Samedi 24 septembre

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

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

15h00 : Projet Casque virtuel « Voyage immersif virtuel et audiovisuel » - Café littéraire

16h30 : Spectacle de variétés françaises avec Sébastien Charluet - Grand restaurant

3ème Bellay

11h00 : Atelier dessin

14h30 : Préparation de salade de fruits

16h30 : Spectacle de variétés françaises avec Sébastien Charluet - Grand restaurant

4ème Bellay

10h30 : Danse

11h30 : Vie quotidienne

14h00 : Temps calme

15h00 : Écoute musicale

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 25 septembre

10h30 : Réunion de l'Association « La Rose de l'Abbaye - Café littéraire

14h00 à 17h00 : Balades en calèche et en vélo fauteuil

3ème Bellay

11h00 : Diffusion de la messe

14h00 à 17h00 : Balades en calèche et en vélo fauteuil

4ème Bellay

10h30 : Retransmission de la messe

11h30 : Vie quotidienne

14h00 : Temps calme

16h00 : Goûter du dimanche

16h30 : Espace Sensoriel - RDC

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

Lundi 26 septembre

10h00 : Bonjour chez vous

PLANNING ABBAYE

10h15 : Atelier Informatique « NTIC » - Café littéraire

15h00 : Conférence « L'histoire du luxe en France » par Les Amis d'Hubert - Théâtre

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

17h00 : Bingo - Espace bar

3ème Bellay

11h00 : En route pour le pressing

15h00 : Conférence « L'histoire du luxe en France » - Théâtre

17h00 : Petit loto

4ème Bellay

10h30 : Chant

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 27 septembre

10h00 : Bonjour chez vous

11h00 : Atelier Happy Jardinier - Terrasse

15h00 : Atelier créatif groupe 1 - Atrium

15h00 : Atelier Petites mains - Atrium

15h30 : L'heure musicale « Concert Aznavour et Minnelli au Palais des congrès 2ème partie » - 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 : Jeu interactif Mots Croisés

4ème Bellay

10h30 : Danse

11h30 : Vie quotidienne

14h00 : Temps calme

15h00 : Atelier pâtisserie

16h30 : Poésies et Fables

17h00 : Lecture / Temps de parole

PLANNING ABBAYE

Unité PHV :

10h30 : Atelier Esthétique
13h00 : La Balade
13h30 : Temps de repos
17h00 : Revue de Presse
20h00 : Raconte-moi une Histoire

Mercredi 28 septembre

10h à 11h45 : Les résidents vous accueillent à La Boutique - Allée Commerçante
10h00 : Bonjour chez vous
10h30 : Atelier poterie groupe 1 - Café littéraire
11h45 : Sortie 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 interactif Baccalauréat

4ème Bellay

10h30 : Manucure
11h30 : Vie quotidienne
14h00 : Temps calme
14h30 : Préparation de salade de fruits
16h00 : Mise en voix avec Cathy
17h00 : Jeux de questions

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 29 septembre

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 Romane - Grand restaurant
16h00 : Temps de prière - Oratoire

3ème Bellay

11h00 : En route pour le pressing
15h00 : Après-midi gourmand en compagnie de Romane
16h00 : Temps de prière - Oratoire
17h00 : Jeux de mots et de questions

PLANNING ABBAYE

4ème Bellay

10h30 : Chant

11h30 : Vie quotidienne

14h00 : Temps calme

15h00 : Après-midi gourmand - 3ème Bellay

16h00 : Goûter Gourmand

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 30 septembre

10h00 : Bonjour chez vous

10h30 : Atelier peinture avec Anne - Salle peinture

10h30 : Conférence « La Valse des Saisons » - Salle IFAS

11h00 : Qi Gong - Salle bien-être

13h00 : Sortie Croisière sur les Bords de Marne

14h00 : Atelier peinture avec Anne - Salle peinture

14h30 : Atelier d'écriture avec Emeline - Salon du Parc

14h30 : Exercices corporels - Salle bien-être

15h30 : Atelier peinture avec Anne - Salle peinture

16h45 : Revue de presse - Espace Bar

17h00 : Club mémoire avec 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 de la revue « ça bouge »

Unité PHV :

10h30 : Piscine Delaune-Champigny

13h00 : La Balade

13h30 : Temps de repos et temps individuel

16h30 : Atelier tricot

20h00 : Raconte-moi une Histoire

PLANNING BDM

Samedi 24 Septembre

11h00 : Tournois de pétanques avec barbecue - Bords de marne

11h00 : Réveil musculaire - Salle du parc

14h30 : Cinéma, séance spéciale, concert ou documentaire à la carte - Salle du parc

17h00 : La grande roue - Cafétéria

Animation 3ème étage

11h00 : Activité à la carte

15h00 : Jeux de table

17h00 : La grande roue - RDC

Dimanche 25 Septembre

11h00 : Revue de presse - Salle du parc

15h00 : Jeux de table - Cafétéria

17h00 : Grand Bingo - Cafétéria

Animation 3ème étage

11h00 : Activité à la carte

15h00 : Jeux de table

17h00 : Grand Bingo - RDC

Lundi 26 Septembre

11h00 : Bonjour chez vous sur RDV

11h00 : Entraînement de Boxe - Salle du parc

12h00 : Repas rencontre

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 **OU** Atelier créatif - 3e Salle du club

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

Mardi 27 Septembre

11h00 : Danse douce - Salle du parc

15h00 : Club culture - Cafétéria

PLANNING BDM

17h00 : Jeux de questions - Cafétéria

Animation 3ème étage

10h45 : Atelier beauté

15h00 : Jeux de table

10h30 : Gym détente

11h00 : Revue de presse

11h30 : Atelier cognitif

15h00 : Jeux de table

15h00 : Atelier beauté

Activités club

10h45 : Rencontre autour d'un thème **OU** atelier pâtisserie

12h00 : Repas entre amis

15h00 : Correspondance de l'être

16h00 : Collation entre amis

Mercredi 28 Septembre

11h00 : Tai-chi - Salle du parc

14h30 : Espace détente sur RDV

15h00 : Atelier créatif - Cafétéria

17h00 : Baccalauréat géant - Cafétéria

17h30 : Chorale - Salle du parc

Animation 3ème étage

11h00 : Atelier théâtre

15h00 : Couture

Activités club

10h30 : Séance snoezelen

15h00 : Jouer avec les mots

Jeudi 29 Septembre

11h00 : Documentaire - 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

PLANNING BDM

15h00 : Jeux de table

Activités club

10h45 : Atelier pâtisserie

14h30 : Séance snoezelen

Vendredi 30 Septembre

10h30 : Revue de presse - Salon 1er étage

11h00 : L'épicerie fine - Cafétéria

11h00 : Écoute musicale - Salle du parc

11h00 : Souvenir musical - Salon 1er étage

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

Activités club

10h45 : Atelier créatif

12h00 : Repas du club

15h00 : Atelier lecture

PLANNING CITÉ VERTE

Samedi 24 Septembre

- 11h30 : Tournois de pétanque inter-résidences à Créteil (sous réserve)
15h30 : Conférence sur « Les vieux métiers » avec Philippe Prévot - Salle d'activité Tiziana
17h00 : Jeux de société avec Bernard - Espace bar
3ème étage : 11h00 : Moment lecture Mme Dubois
15h30 : Conférence sur « les vieux métiers »

Dimanche 25 Septembre

- 15h30 : Concert avec Nelly Richard's Tiziana - Salle de restaurant
17h00 : Jeux de société - Étages et espace bar
3ème étage : 11h00 : Messe et apéritif
15h30 : Concert avec Nelly Richard's - RDC

Lundi 26 Septembre

- 10h30 : Atelier peinture avec Gildas - Espace bar
15h30 : Atelier peinture avec Gildas - Espace Bar
16h30 Salon de thé avec Maryse - 1er étage
17h00 : Chiffres et lettres - Bibliothèque Déborah
3ème étage : 11h00 : Moment musical en terrasse Cindy
15h30 : Gym douce Cindy

Mardi 27 Septembre

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

Mercredi 28 Septembre

- 10h30 : Sortie en ville Déborah
15h30 : Thé chantant avec Jean Patrick Talmond Tiziana
17h00 : Scrabble Jeanne-Marie /Billard Hollandais Déborah
3ème étage : 11h00 : Écoute musicale Cindy
15h30 : Thé chantant avec Jean Patrick - RDC

PLANNING CITÉ VERTE

Jeudi 29 Septembre

12H00 Sortie restaurant « Lycée Montaleau »

15h30 : Art floral « Paquerette » - Bibliothèque

17h00 : Jeu de questions - Bibliothèque

3ème étage : 11h00 : Gym douce

15h30 : Sortie à programmer

Tiziana

Déborah

Cindy

Cindy

Vendredi 30 Septembre

Vente des brioches au profit de l'association « Le Hérisson »

15h30 : Karaoké - Salle d'activités

Tiziana

17h00 : Jeux de société avec Bernard - Espace bar

3ème étage : 11h00 : Atelier bien-être en musique

Cindy

15h30 : Karaoké - Salle d'activités

PLANNING CRISTOLIENNE

Samedi 24 Septembre

11h00 : Revue de presse - Salon Patio
15h00 : Atelier Cuisine - Restaurant
17h00 : Jeux de Questions - Restaurant

Dimanche 25 Septembre

11h00 : Émission Religieuse - PASA
15h00 : Video Club «Les bijoutiers du clair de lune» - PASA
17h00 : Jeu Mystère - Restaurant

Lundi 26 Septembre

11h00 : Bulle de Savoir - Salon Patio
15h00 : Atelier Photo - Restaurant
17h00 : La Grande Roue - Restaurant

Activités du PASA

10h30 : Atelier autour de la lecture
14h30 : Carre Musical

Activités du 1er étage

15h30 : Carre Musical

Mardi 27 Septembre

10h00-11h45 : La Boutique de la Cristolienne - RDC
11h00 : Boxe & Réflexes - Salon Patio
15h00 : Atelier Peinture - Salon Patio
17h00 : Bingo - Restaurant

Activités PASA

10h30 : Atelier danse adaptée
14h30 : Atelier peinture

Activités du 1er étage

10h30 : Boxe
10h30 : Atelier Peinture
14h30 : Activité à la carte
17h00 : La rencontre des amis

Mercredi 28 Septembre

11h00 : Cristo Radio - Bibliothèque
15h00 : Atelier Mémoire - Restaurant
16h00 : Chorale - Salon Patio

PLANNING CRISTOLIENNE

17h00 : Rétro Cristo - Restaurant

Activités du PASA

10h30 : Atelier chansons et illustrations

14h30 : Atelier bien être

Activités du 1er étage

11h00 : Nouvelles du jour

14h30 : Atelier Pâtisserie

17h00 : Atelier Photos Mémoire

Jeudi 29 Septembre

11h00 : Activités Manuelles - Salon Patio

15h00 : Loisirs & Détente - Restaurant

15h00 : Yoga - Salon Patio

17h00 : Loto - Restaurant

Activités du PASA

10h30 : Médiation en pleine conscience

14h30 : Atelier tricot

Activités du 1er étage

11h00 : L'horoscope du jour

14h30 : Documentaire

17h00 : Loto

Vendredi 30 Septembre

11h00 : Doc « Secrets engloutis de Port Royal » - PASA

15h00 : Jeux de Lettres - Salon Patio

16h00 : Moment Gourmand - Restaurant

16h30 : Ambiance Musicale avec SEBASTIEN Restaurant

Activité du 1er étage

14h30 : Jeux de Mémoire

16h00 : Ambiance Musicale - Restaurant

LE MOT DE LA FIN ET SOLUTIONS

SOLUTIONS DES JEUX

	A	B	C	D	E	F	G	H
1	P	A	R	A	S	I	T	E
2	E	L	A	B	O	R	E	R
3	R	E	T	O	U	R	N	E
4	M	A	I	L	L	E	T	S
5	A	S	S	I	E	G	E	
6	C		S	R		U	S	A
7	U	R	E		C	L		M
8	L	O	R	R	A	I	N	E
9	T	U		I	L	E	O	N
10	U	E	L	E		R	I	A
11	R	E	I	N	E		S	G
12	E	S	T		H	U	E	E

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