

Planning d'activité

Du mois de Mars



## Mercredi 1<sup>er</sup> Mars

**11h00** Gestion Soleil au Cœur au bureau  
fougère

**11h00** Tai-chi à la salle du parc

**14h30** Espace détente sur RDV

**15h00** Discussions et découvertes à la  
cafeteria

**17h00** Le RDV Musical à la cafétéria

### Activités club

**10h30** Espace détente

**12h00** Repas entre amis

**15h00** Rencontre autour d'un thème

## Jeudi 2 Mars

**10h30** Avec le multi accueil au multi accueil

**11h00** Documentaire «le secret des fleurs  
sauvages » à la salle du parc

**15h00** Atelier de mémoire à la cafeteria

**17h00** Jeux mystère à la cafétéria

### Activités club

**14h30** Séance snoezelen

## Vendredi 3 Mars

**11h00** L'épicerie fine à la cafeteria

**11h00** Ecoute musicale à la salle du parc

**12h30** Sortie, réunion citoyennage

« Choix du thème » à Draveil

**14h30** Tir à l'arc à la salle du parc

**15h00** Color Art à la cafeteria

**17h00** La grande roue à la cafeteria

**CITOYENNAGE**  
La parole des personnes âgées

## Animation 3<sup>ème</sup> étage

**10h00** revue de presse

**11h00** Atelier cognitif

**15h00** Jeux de table

### Activités club

**10h45** Séance Snoezelen

**12h00** Repas du club

**15h00** Atelier lecture

## Samedi 4 Mars

**11h00** Réveil cérébral à la salle du parc

**14h00** film : le terminal à la salle du parc

**17h00** Jeux de questions à la cafeteria

## Animation 3<sup>ème</sup> étage

**11h00** Activité à la carte

**17h00** Jeux de question au rdc

## Dimanche 5 Mars

**11h00** Comité sortie à la salle du parc

**15h00** Club évasion à la cafétéria

**16h30** Spectacle spéciale fêtes des  
grands-mères accompagnées de petit  
four sucré à la cafétéria



## Animation 3<sup>ème</sup> étage

**11h00** Activité a la carte

**15h00** Jeux de table

**16h30** Spectacle spéciale fêtes des grands-  
mères au rdc

## Lundi 6 Mars

**11h00** Entrainement de Boxe à la Salle du  
parc

**15h00** Assemblée de prière à la Salle du parc

**15h00** Jeux de connaissance à la cafétéria

**16h00** Heures Savoureuses dégustation  
de beignets au chocolat à la cafétéria

**16h30** Ambiance musicale accordéon à la  
cafétéria

## Animation 3<sup>ème</sup> étage

**10h15** Entrainement de Boxe

**11h00** Jeux cognitif

**15h00** Heures savoureuses/ accordéon avec le  
multi accueil



### Activités club

**10h45** Atelier créatif 3<sup>e</sup> Salle du club

**15h00** Jouer avec les mots 3<sup>e</sup> Salle du club

## Mardi 7 Mars

**10h30** Avec le multi accueil au 1<sup>er</sup> étage

**11h00** Café philo au salon du 1<sup>er</sup> étage

**11h00** Club lecture à la salle du parc

**15h00** Club culture à la cafeteria

**17h00** Loto à la cafeteria

## Animation 3<sup>ème</sup> étage

- 10h30 Gym détente
- 11h00 Revue de presse
- 11h30 Atelier cognitif
- 15h00 Jeux de table
- 15h00 Atelier beauté

## Activités club

- 10h45 Atelier pâtisserie
- 15h00 Correspondance de l'être
- 16h00 Collation entre amis

## Mercredi 8 Mars

08h00 **Petit déjeuner Orientale** à la cafeteria  
sur inscription auprès de l'accueil

- 11h00 **Tai-chi** à la salle du parc
- 14h30 **Espace détente** sur RDV
- 15h00 **Discussions et découvertes** à la cafeteria
- 17h00 **Le RDV Musical** à la cafétéria
- 17h30 **Chorale** à la salle du parc

## Animation 3<sup>ème</sup> étage

- 11h00 Atelier théâtre
- 15h00 Couture

## Activités club

- 15h00 Chansonâges
- 10h30 Espace détente

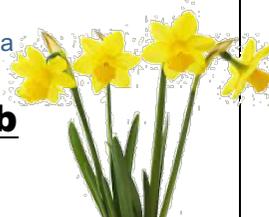


## Jeudi 9 Mars

- 10h30 **Avec le multi accueil** au multi accueil
- 11h00 **Documentaire «le secret des fleurs sauvages** » à la salle du parc
- 14h00 **Sortie cueillette de jonquille en forêt** à la Varennes Jarcy
- 15h00 **Atelier bricolage** à la cafeteria
- 15h00 **Assemblée générale association soleil au cœur** à la salle du parc
- 17h00 **Jeux mystère** à la cafétéria

## Activités club

- 14h30 Séance snoezelen



## Vendredi 10 Mars

- 10h30 **Revue de presse** au salon 1<sup>er</sup> étage
- 11h00 **L'épicerie fine et vente de jonquilles**
- 11h00 **Ecoute musicale** à la salle du parc
- 11h00 **Souvenir musical** au salon 1<sup>er</sup> étage
- 14h00 **Sortie « faites vos courses »** à Carrefour
- 14h30 **Tir à l'arc** à la salle du parc
- 15h15 **Activités créative avec les CE1 de l'école Notre Dame** à la cafeteria
- 17h00 **La grande roue** à la cafeteria
- 19h00 **Soirée Disco sur inscription** à saint Maur

## Activités club

- 10h45 Séance Snoezelen
- 12h00 Repas du club
- 15h00 Atelier lecture



## Samedi 11 Mars

- 11h00 **Réveil musculaire** à la salle du parc
- 14h00 **séance spéciale théâtre «2 eme coup de feu** » à la salle du parc
- 17h00 **Jeux de questions** à la cafeteria

## Animation 3<sup>ème</sup> étage

- 11h00 Activité à la carte
- 15h00 Jeux de table
- 17h00 Jeux de question au rdc

## Dimanche 12 Mars

- 11h00 **Revue de presse** à la salle du parc
- 14h30 **documentaire « les ailes des héros** » à la salle du parc
- 15h00 **Atelier créatif** à la cafeteria
- 15h30 **Sortie théâtre « Nobelles comédie des ondes** » à la salle Gerard Phillipe
- 17h00 **Grand loto** à la cafétéria

## Animation 3<sup>ème</sup> étage

- 11h00 Activité a la carte
- 15h00 Jeux de table
- 17h00 Grand loto au rdc

## Lundi 13 Mars

**11h00** **Entrainement de Boxe** à la Salle du parc

**15h00** **Assemblée de prière** à la Salle du parc

**15h00** **Jeux de connaissance** à la cafétéria

**16h00** **Heures Savoureuses dégustation de pancake** à la cafétéria

**16h30** **Ambiance musicale** à la cafétéria



### Animation 3<sup>ème</sup> étage

**10h15** **Entrainement de Boxe**

**11h00** **Jeux cognitif**

**15h00** **Heures savoureuses/ accordéon avec le multi accueil**

### Activités club

**10h45** **Atelier pâtisserie**

**15h00** **Jouer avec les mots 3<sup>e</sup> Salle du club**

## Mardi 14 Mars

**10h30** **Avec le multi accueil** au 1<sup>er</sup> étage

**11h00** **Café philo** au salon du 1<sup>er</sup> étages

**11h00** **Danse douce** à la salle du parc

**14h30** **Atelier peinture** à la salle du parc

**15h00** **Club culture** à la cafeteria

**17h00** **Loto** à la cafeteria

### Animation 3<sup>ème</sup> étage

**10h30** **Atelier peinture** au salon du 3<sup>e</sup> étage

**10h45** **Atelier beauté**

**15h00** **Jeux de table**

## Activités club

**10h30** **Préparation repas**

**12h00** **Repas portugais**

**15h00** **Correspondance de l'être**

**16h00** **Collation entre amis**

## Mercredi 15 Mars

**11h00** **Tai-chi** à la salle du parc

**14h30** **Espace détente** sur RDV

**15h00** **Messe** à la Salle du parc

**15h00** **Discussions et découvertes** à la cafeteria

**17h00** **Le RDV Musical** à la cafétéria

**17h30** **Chorale** à la salle du parc

### Animation 3<sup>ème</sup> étage

**11h00** **Atelier théâtre**

**15h00** **Couture**

### Activités club

**10h30** **Espace détente**

**12h00** **Repas entre amis**

**14h30** **Semis pour jardin**

## Jeudi 16 Mars

**10h30** **Avec le multi accueil** au multi accueil

**11h00** **Documentaire «le secret des fleurs sauvages** » à la salle du parc

**15h00** **Atelier de mémoire** à la cafeteria

**16h30** **Spectacle Printemps de la poésie** à la cafétéria



## Animation 3<sup>ème</sup> étage

**10h30** **Gym détente**

**11h00** **Revue de presse**

**11h30** **Atelier cognitif**

**15h00** **Jeux de table**

### Activités club

**14h30** **Séance snoezelen**

## Vendredi 17 Mars

**10h30** **Revue de presse** au salon 1<sup>er</sup> étage

**11h00** **L'épicerie fine** à la cafeteria

**11h00** **Ecoute musicale** à la salle du parc

**11h00** **Souvenir musical** au salon 1<sup>er</sup> étage

**12h00** **Sortie restaurant « la ferme de mélèze »** à Noiseau

**14h30** **Tir à l'arc** à la salle du parc

**15h15** **Activités créative avec les CE1 de l'école Notre Dame** à la cafeteria

**17h00** **La grande roue** à la cafeteria

### Activités club

**10h45** **Séance Snoezelen**

**12h00** **Repas du club**

**15h00** **Atelier lecture**

## Samedi 18 Mars

**11h00** **Réveil cerebral** au 1<sup>er</sup> étages

**14h30** **concert «Andrea Bocelli»** à la cafeteria

**17h00** **Jeux de questions** à la cafeteria

## **Animation 3<sup>ème</sup> étage**

11h00 Activité à la carte

15h00 Jeux de table

17h00 Jeux de question **au rdc**

## **Dimanche 19 Mars**

11h00 Revue de presse à la salle du parc

14h30 documentaire « des trains pas comme les autres : la Grèce » à la salle du parc

15h00 Atelier couture à la cafétéria

17h00 Grand loto à la cafétéria

## **Animation 3<sup>ème</sup> étage**

11h00 Activité a la carte

15h00 Atelier couture

17h00 Grand loto **au rdc**

## **Lundi 20 Mars**

11h00 **Entrainement de Boxe** à la Salle du parc

15h00 **Assemblée de prière** à la Salle du parc

15h00 **Jeux de connaissance** à la cafétéria

16h00 **Heures Savoureuses dégustation de chocolat chaud et fraise tagada** à la cafétéria

16h30 **Ambiance musicale** à la cafétéria



## **Animation 3<sup>ème</sup> étage**

10h15 **Entrainement de Boxe**

11h00 Jeux cognitif

15h00 Heures savoureuses/ accordéon avec le multi accueil

## **Activités club**

10h45 Atelier main verte

ou

10h45 Atelier créatif 3<sup>e</sup> Salle du club

15h00 Jouer avec les mots 3<sup>e</sup> Salle du club

## **Mardi 21 Mars**

10h30 **Avec le multi accueil** au 1<sup>er</sup> étage

11h00 **Café philo** au salon du 1er étage

11h00 **Club motricité** à la salle du parc

15h00 **Club culture** à la cafeteria

17h00 **Loto** à la cafeteria

## **Animation 3<sup>ème</sup> étage**

09h00 Atelier culinaire et préparation

12h00 Repas iranien

## **Activités club**

10h45 Atelier culinaire

12h00 Repas iranien

15h00 Correspondance de l'être

16h00 Collation entre amis

## **Mercredi 22 Mars**

11h00 **Tai-chi** à la salle du parc

14h30 **Espace détente** sur RDV

15h00 **Réunion citoyennage** à la salle du parc

17h00 **Le RDV Musical** à la cafétéria

17h30 **Chorale** à la salle du parc



## **Animation 3<sup>ème</sup> étage**

11h00 Atelier théâtre

11h00 Couture

14h30 Sortie Créteil

## **Activités club**

15h00 Chansonâges

10h30 Espace détente

12h00 Repas entre amis

14h30 sortie Créteil

## **Jeudi 23 Mars**

10h30 **Avec le multi accueil** au multi accueil

11h00 **conférence Mr Prévot sur ISTANBUL** à la salle du parc

12h00 **Repas Kebab** à la cafétéria sur inscription auprès de l'accueil

15h00 **Atelier de mémoire** à la cafeteria

17h00 **Jeux mystère** à la cafétéria



## **Animation 3<sup>ème</sup> étage**

- 10h30 Gym détente
- 11h00 Revue de presse
- 11h30 Atelier cognitif
- 15h00 Jeux de table

## **Activités club**

- 10h45 Rencontre autour d'un thème
- 14h30 Séance snoezelen

## **Vendredi 24 Mars**

- 10h30 Revue de presse au salon 1<sup>er</sup> étage
- 11h00 L'épicerie fine à la cafeteria
- 11h00 Ecoute musicale à la salle du parc
- 11h00 Souvenir musical au salon 1<sup>er</sup> étage
- 14h00 Sortie « exposition » à l'institut du monde arabe
- 14h30 Tir à l'arc à la salle du parc
- 14h45 sortie à l'école Notre Dame
- 17h00 La grande roue à la cafeteria

## **Animation 3<sup>ème</sup> étage**

- 15h00 Jeux de table

## **Activités club**

- 10h45 Séance Snoezelen
- 12h00 Repas du club
- 15h00 Atelier lecture

## **Samedi 25 Mars**

- 11h00 Réveil musculaire à la salle du parc
- 14h00 Cinéma « 7 ans au Tibet » à la salle du parc
- 17h00 Jeux de questions à la cafeteria

## **Dimanche 26 Mars**

- 11h00 Revue de presse à la salle du parc
- 14h00 documentaire « Versailles , rois et président » à la salle du parc
- 15h00 Atelier couture à la cafeteria
- 17h00 Grand bingo à la cafétéria

## **Animation 3<sup>ème</sup> étage**

- 11h00 Activité a la carte
- 15h00 couture
- 17h00 Grand Bingo au rdc

## **Lundi 27 Mars**

- 11h00 Entrainement de Boxe à la Salle du parc
- 15h00 Assemblée de prière à la Salle du parc
- 15h00 Jeux de connaissance à la cafétéria
- 16h00 Heures Savoureuses dégustation de crêpes à la cafétéria
- 16h30 Ambiance musicale à la cafétéria



## **Animation 3<sup>ème</sup> étage**

- 10h15 Entrainement de Boxe
- 11h00 Jeux cognitif
- 15h00 Heures savoureuses/ accordéon avec le multi accueil

## **Activités club**

- 10h45 Atelier créatif 3<sup>e</sup> Salle du club
- 15h00 Jouer avec les mots 3<sup>e</sup> Salle du club

## **Mardi 28 Mars**

- 10h30 Avec le multi accueil au 1<sup>er</sup> étage
- 11h00 Café philo au salon du 1<sup>er</sup> étage
- 11h00 Danse douce à la salle du parc
- 14h30 Atelier peinture à la salle du parc
- 15h00 Club culture à la cafeteria
- 17h00 Loto à la cafeteria

## **Animation 3<sup>ème</sup> étage**

- 10h30 Atelier peinture au salon du 3<sup>e</sup> étage
- 10h45 Atelier beauté
- 15h00 Jeux de table

## **Activités club**

- 10h45 Atelier pâtisserie
- 15h00 Correspondance de l'être
- 16h00 Collation entre amis

## Mercredi 29 Mars

**11h00 Tai-chi** à la salle du parc

**14h30 Espace détente** sur RDV

**15h00 Atelier Culinaire** à la cafeteria

**17h00 Présentation de l'exposition du mois** à la cafétéria

**17h30 Chorale** à la salle du parc

### **Animation 3<sup>ème</sup> étage**

**11h00** Atelier théâtre

**15h00** Couture

**16h00** Collation entre amis

### **Activités club**

**10h30** Espace détente

**12h00** Repas entre amis

**15h00** Jeux de memoire

## Jeudi 30 Mars

**10h30 Avec le multi accueil** au multi accueil

**11h00 Documentaire « Echappée belle : Istanbul »** à la salle du parc

**15h00 Atelier bricolage** à la cafeteria

**15h00 Atelier de mémoire** à la cafeteria

**17h00 Jeux mystère** à la cafétéria

### **Animation 3<sup>ème</sup> étage**

**10h30** Gym détente

**11h00** Revue de presse

**11h30** Atelier cognitif

**15h00** Jeux de table

### **Activités club**

**10h45** Rencontre autour d'un thème

**14h30** Séance snoezelen

## Vendredi 31 Mars

**10h30** Revue de presse au salon 1<sup>er</sup> étage

**11h00 L'épicerie fine** à la cafeteria

**11h00 Ecoute musicale avec le multi accueil** à la salle du parc

**11h00 Souvenir musical** au salon 1<sup>er</sup> étage

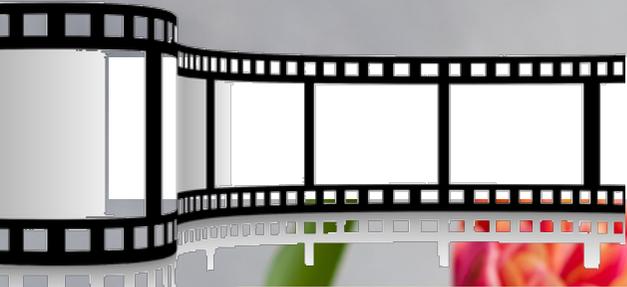
**14h30 Tir à l'arc** à la salle du parc

**14h45 sortie à l'école Notre Dame** à la cafeteria

**17h00 La grande roue** à la cafeteria

### **Activités club**

**12h00** Sortie a la cristolienne



# DOCUMENTAIRES

Jeudi 2 à 11H00 à la salle du parc

## La forêt enchantée

### Les secrets des fleurs sauvages

Clématite, jonquille des bois, jacinthe, muguet, mais aussi sceau de Salomon ou mythique sabot de Vénus, la plus grande orchidée d'Europe.

Jeudi 9 à 11H00 à la salle du parc

## La terre qui respire Les secrets des fleurs sauvages

Véronique, Valériane, Daphné, Anémone, Angélique... : nombre de fleurs des champs ont des noms de princesses

Jeudi 16 à 11H00 à la salle du parc

## Sous le soleil

### Les secrets des fleurs sauvages

Du thym au romarin, de la barbe de Jupiter au mimosa en passant par l'iris ou les griffes de sorcières, toutes savent se battre pour assurer leur survie.

Jeudi 30 à 11H00 à la salle du parc

## Echappée belle : Istanbul

Istanbul est la ville idéale pour passer un week-end placé sous le signe de la diversité. Capitale des empires byzantin et ottoman pendant plus de 1500 ans, ancienne capitale de la Turquie moderne, Istanbul s'est appelée Byzance puis Constantinople.

Dimanche 12 à 14H30 à la salle du parc

## Les ailes des héros

C'est l'épopée des héros du premier siècle de l'aviation, depuis le vol du premier avion, le 17 décembre 1903, jusqu'à aujourd'hui. Une série de portraits d'hommes et de femmes hors du commun comme Louis Blériot, le premier à avoir traversé la Manche, jusqu'à Lindbergh le premier New York – Paris et Amelia Earhart et tant d'autres

Dimanche 19 à 14H30 à la salle du parc

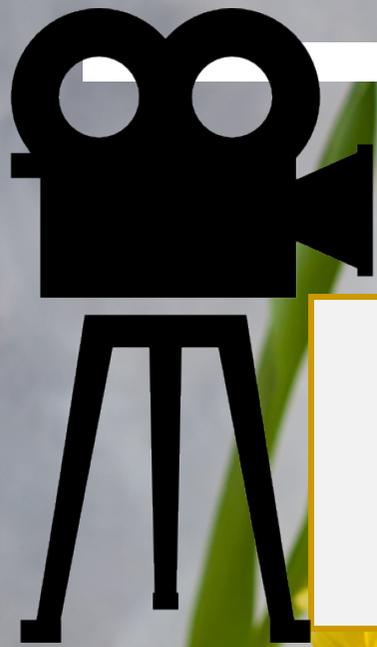
## Des trains pas comme les autres : la Grèce

Athènes, l'Acropole, le Parthénon... Olympie et son stade... Delphes, son temple son théâtre ... et aussi e qu'était la vie d'un jeune grec et d'un Athlète olympiques : la sensibilité était féminine, la beauté, masculine, la place de l'homosexualité, importante. Le train nous fait parcourir le pays tout entier.

Dimanche 26 à 14H00 à la salle du parc

## Versailles Rois, princesses et présidents

Le château de Versailles a été conçu comme un instrument de pouvoir par Louis XIV. Aujourd'hui, les Présidents de la République l'utilisent comme symbole de la puissance nationale. À Versailles, les visites officielles se succèdent et c'est à une visite inhabituelle du magnifique Château de Versailles et de ses jardins que nous convie ce documentaire.



# CONCERT

Samedi 18 à 14H30 à la cafétéria

Concert Andréa Boceli

Concert live en Toscane

# Séance SPECIALE

Samedi 11 à 14H00 à la Salle du parc

Le 2 eme coup de feu

De nos jours, au mois de mai en Bretagne. Un mari jaloux décide de tendre un piège à sa femme. Celle-ci, qui n'est pas dupe, profite de la situation pour se débarrasser de son amant et de son mari. Deux crimes parfaits, du moins le croit-elle... Noir & Blanc....

# CINEMA

Samedi 4 à 14H00 à la Salle du parc

Le Terminal

Viktor Navorski est l'un de ces milliers de touristes, venus des quatre coins du monde, qui débarquent chaque jour à l'Aéroport JFK de New York. Mais, à quelques heures de son arrivée, voilà qu'un coup d'État bouleverse sa petite république d'Europe Centrale, mettant celle-ci au ban des nations et faisant de Viktor... un apatride. Les portes de l'Amérique se ferment devant lui, alors même que se bouclent les frontières de son pays

Samedi 25 à 14H00 à la Salle du parc

7 ans au Tibet

A la fin de l'été 1939, l'alpiniste autrichien Heinrich Harrer, premier vainqueur de la face Nord de l'Eiger et qui rêve de conquérir le Nanga Parbat, sommet inviolé de l'Himalaya, accepte de l'argent nazi pour y planter le drapeau à croix gammée. La guerre éclate. Prisonnier des Britanniques à la frontière de l'Inde, il s'évade. Commence alors la véritable aventure de sa vie : une longue errance qui se termine à Lhasa, résidence du jeune Dalaï-lama avec qui il se lie d'amitié.

# LES SORTIES



Jeudi 9 Mars

## Cueillette en foret de jonquille

A la Varennes Jarcy

Départ : 14h00 à l'accueil

Accompagnateurs : Christal /



Vendredi 10 Mars

## Faites vos courses

A Carrefour

Départ : 14h00 à l'accueil

Accompagnateurs : Christal / Fenjao



Vendredi 17 Mars

## Restaurant « la ferme de mélèze »

A Noiseau

Départ : 12h00 à l'accueil

Accompagnateurs : Christal /Marie Christine

Tarif adhérent: 25€

Tarif non adhérent : Prix menu



Vendredi 24 Mars

## Institut du monde arabe

### Exposition « Baya, icone de la peinture Algérienne »

à Paris

Départ : 14h15 à l'accueil

Accompagnateurs : Christal / Rayan

Tarif adhérent: 2€

Tarif non adhérent : 4€

**Si une ou plusieurs sorties vous intéressent merci de vous inscrire  
À l'accueil ou auprès d'une animatrice**

## Différents services sont également proposés au sein de la résidence

### **ESTHETIQUE**

Sur RDV  
à l'accueil



**Avec Mimouna**

### **SALON DE COIFFURE**

« FK création »

Sur RDV au :  
01.42.83.47.30



**Le mercredi**

### **L'épicerie fine des Bords de Marne**

**Vous y retrouverez :**

Des confiseries, Epicerie salée, Produits de beauté Etc....

Si vous avez une demande particulière ;  
nous prenons commande et l'article sera disponible  
la semaine suivante.

REGLEMENT EN ESPECES LE JOUR DE VOTRE ACHAT OU RETIRANT SUR  
GUICHET LA SOMME DEPENSEE.



Mesdames et Messieurs les Résidents,

Indépendamment de notre volonté, certaines modifications peuvent être apportées à ce programme.  
Vous en serez, bien sûr, informés quotidiennement à l'annonce micro et sur le tableau d'information à la cafétéria.

L'équipe d'animation vie sociale