

ça bouge!

24  
mars  
2023

ça bouge!

N°1601

## CUEILLETTE DE JONQUILLES AUX BORDS DE MARNE



Bonjour à toutes et à tous,

Des Résidents des Bords de Marne ont été cueillir des jonquilles pour célébrer le début du printemps. La pièce de théâtre « Nobelles » a ravi les Résidents spectateurs.

A la Résidence de l'Abbaye, une soirée familles a été organisée pour l'UHR. Un atelier peinture entre Résidents et enfants de la halte garderie a eu lieu.

Un nouvel atelier poterie et céramique est proposé à la Cité Verte. Les ateliers peinture avec Gildas rencontrent toujours un grand succès.

Des Résidents de la PHV rendent services.

A la Cristolienne, des Résidents ont déjeuné au restaurant « Clos de la Marne ».

Pour le Carnaval, Résidents, personnels et familles ont revêtu leurs plus beaux déguisements.

Bonne semaine à tous,

Margaux MESLET  
Responsable communication

**Ça Bouge n°1601**

**25/03 > 31/03/2023**

## L'ACTU DES RÉSIDENCES

- CUEILLETTE DE JONQUILLES AUX BORDS DE MARNE

- SOIRÉE FAMILLES À L'UHR DE L'ABBAYE ET ANNIVERSAIRE DE MME TUSSEAU

- SORTIE RESTAURANT « CLOS DE LA MARNE » POUR LA CRISTOLIENNE

- NOUVEL ATELIER « POTERIE / CÉRAMIQUE » À LA CITÉ VERTE

- PIÈCE DE THÉÂTRE « NOBELLES » POUR DES RÉSIDENTS DES BORDS DE MARNE

- ATELIER AVEC LES ENFANTS À L'ABBAYE

- DÉFIS, COULEUR ET DÉGUISEMENTS À LA CRISTOLIENNE

- ATELIER PEINTURE AVEC GILDAS À LA CITÉ VERTE

- DES RÉSIDENTS DE LA PHV DE LA CITÉ VERTE RENDENT SERVICES

## ACTUALITÉS

- A POMPÉI, DES MOUTONS ET LEUR BERGER ONT POUR MISSION DE SAUVER LES RUINES

- JEUX : SUDOKU

- PLANNING ACTIVITÉS

# BORDS DE MARNE

## CUEILLETTE DE JONQUILLES

Voilà une nouvelle qui fleure bon le printemps. Ce jeudi 9 Mars des Résidents des Bords de Marne ont cueilli les premières jonquilles en forêt.

L'occasion de profiter d'un grand bol d'air frais pour aller les admirer et les cueillir.

Cette année, le printemps est en avance, et les premières jonquilles pointent déjà le bout de leurs trompettes dans nos sous-bois !

Nous avons réussi à faire 10 bouquets de jonquilles que nous avons revendus aux Résidents le lendemain. Tous les bénéfices sont revenus à l'association « Soleil au cœur ».

Christal, équipe de la vie sociale



# ABBAYE

## SOIRÉE FAMILLES À L'UHR DE L'ABBAYE ET ANNIVERSAIRE DE MME TUSSEAU

En ce début d'année, une soirée avec les familles des Résidents de l'UHR de l'Abbaye a été organisée. Cette soirée fut l'occasion de se retrouver, entre Résidents, familles et personnels. Des souvenirs échangés, des sourires sur tous les visages et une ambiance joyeuse étaient au programme.

Quelques jours après, Mme Tusseau a célébré ses 102 ans, entourée de ses proches.

L'équipe de l'UHR



# ABBAYE



# LA CRISTOLIENNE

## SORTIE RESTAURANT AU CLOS DE LA MARNE

Après une petite promenade dans le quartier de Saint-Maur, nous avons trouvé l'entrée du bel établissement « Le clos de la Marne ».

L'accueil fut chaleureux et très sympathique. Le repas a été accompagné d'une cuisine gastronomique élaborée de surprenantes saveurs et associations.

Les Résidents recommandent ce lieu sans hésiter ! Un lieu pour vous régaler durant les beaux jours à venir.

Mathieu, Animateur Social à la Cristolienne



# CITÉ VERTE

## NOUVEL ATELIER « POTERIE / CÉRAMIQUE » À LA CITÉ VERTE

Depuis le mois de janvier, les Résidents ont le plaisir de découvrir un nouvel atelier d'expression artistique en la compagnie de Corine, professeur de poterie et de céramique à la ferme du Grand Val de Sucy-en-Brie. Tous les quinze jours, Corine accompagne 6 Résidents pour créer des objets modelés en terre puis peints. Corine se charge ensuite de les faire cuire dans son atelier, ces derniers se parent alors de couleurs lumineuses et brillantes.

Il n'y a pas d'âge pour apprendre et créer !

Françoise, responsable de la vie sociale



# CITÉ VERTE





# BORDS DE MARNE

## PIÈCE DE THÉÂTRE « NOBELLES »

Dimanche 12 mars, des Résidents des Bords de Marne se sont rendus à la salle Gérard Philippe, à deux pas de la Résidence, pour découvrir la pièce de théâtre Nobelles.

Voici l'histoire que nous avons découvert : Cérémonie pour les oubliées du prix Nobel



Dessins : Lika Guillemot

**NOBEL ?** Alfred Nobel a réussi son voeu testamentaire : son nom est devenu le symbole de la reconnaissance suprême attribuée aux personnes ayant contribué au bienfait de l'humanité par des avancées scientifiques, des oeuvres littéraires ou des actions pour la paix. Cette notoriété lui évite que son patronyme reste à jamais associé à l'invention de la dynamite qui fît sa fortune.

**NOBELS...** Depuis la création du prix Nobel en 1901, cette récompense a été attribuée à 602 hommes et 21 femmes dans les 3 disciplines scientifiques (physique, chimie et physiologie ou médecine), soit 3,5%.

# BORDS DE MARNE

*Au-delà de ces chiffres, de nombreux exemples de femmes scientifiques dont les travaux sont restés dans l'ombre émaillent l'histoire des sciences. Ce phénomène porte même un nom : l'effet Matilda – théorisé par Margaret Rossiter – désigne le déni ou la minimisation récurrente et systémique de la contribution des femmes scientifiques à la recherche, dont le travail est souvent attribué à leurs collègues masculins.*

**NOBELLES !** *Partant de ce constat révélateur d'un système de domination masculine à l'œuvre depuis des siècles, nous souhaitons rendre justice aux femmes scientifiques encore trop méconnues, des pionnières aux contemporaines, en les mettant en lumière et en leur donnant la parole.*

*Car dans le domaine scientifique les femmes sont nombreuses à échapper aux radars de la reconnaissance : Rosalind Franklin, Mileva Marič, Hedy Lamarr... mais aussi Jeanne Barret, Mary Anning, Jocelyn Bell, et Marthe Gautier ! Ces femmes curieuses, inventives et obstinées, ont accompli des prouesses et se sont affranchies des préjugés de leur époque.*

*La nôtre n'en est pas exempte, bien au contraire, et il est plus que jamais nécessaire de se plonger dans leur histoire pour faire partager le goût de la recherche et de l'innovation au public d'aujourd'hui en mettant en avant des modèles féminins inspirants.*

*À travers un aller-retour entre des figures du passé et des personnalités contemporaines du monde scientifique, nous poserons également la question de la compétition dans le domaine scientifique et de la validité du système des prix.*

Nous avons passée un super moment a découvrir toutes ces femmes oubliées....

Christal, équipe de la vie sociale



# ABBAYE

## ATELIER AVEC LES ENFANTS

Plusieurs fois par semaine, l'Accueil Petite Enfance de l'Abbaye organise des ateliers en compagnie des enfants et de quelques Résidents. Le vendredi 3 mars a eu lieu au grand restaurant une activité peinture. Les enfants et les Résidents ont bénéficié d'un moment de rires et d'émotions tout en partageant leur passion commune. Ce fut une activité appréciée par tous.

Eline, équipe de la vie sociale



# LA CRISTOLIENNE

## DÉFIS, COULEURS ET DÉGUISEMENTS

Cette année pour le Carnaval, c'est un mercredi en folie à la Cristolienne ! Nous nous sommes donnés rendez-vous au restaurant, tous costumés pour commencer notre « Mission incognito ». Un jeu de défis pour tout le monde, grands et petits pendant lequel les Résidents, personnels et leurs enfants se sont affrontés etentraidés.

Ceux qui ont remporté le plus de missions sont partis en duel de «ni oui, ni non ». L'occasion de se pavaner dans nos costumes entre les beignets aux pommes et nos imitations improvisées. Nous avons terminé cet après-midi par une chorégraphie sur « corde à sauter » avec les enfants du personnel et un blind test où les familles nous ont rejoints. Merci à tous pour l'énergie et l'investissement qui a permis l'existence de ce merveilleux moment.

L'équipe de la vie sociale



# LA CRISTOLIENNE



# CITÉ VERTE

## ATELIER PEINTURE AVEC GILDAS À LA CITÉ VERTE

Les années passent et Gildas n'a de cesse de fidéliser toujours davantage de peintres amateurs ou confirmés ! Quel plaisir de voir des Résidents passionnés profiter tous les lundis de ce moment privilégié où complicité, humour et créativité règnent en maître dans la salle d'activités.

Alors que tous les artistes travaillent avec inspiration et patience, nous attendons avec impatience l'exposition de cet été qui nous fera découvrir tous ses nombreux talents !

Françoise, responsable de la vie sociale



# CITÉ VERTE - PHV

## QUAND LES RÉSIDENTS DE LA PHV DE LA CITÉ VERTE RENDENT SERVICES

Je voulais partager avec vous comment 4 Résidents de l'unité PHV se rendent utiles à la Résidence et aux autres en faisant des petits travaux pour lesquels ils touchent un pécule.

Ainsi, Mme Lacomblez plie les serviettes de la restauration tous les jours, soulageant un peu l'équipe dans sa charge de travail.

M. Lapleigne et son copain Mr Dubois X, eux sont en charge de sortir, 3 fois par semaine, les poubelles de la Résidence. Ils ont un gros travail, très physique et qui demande de l'autonomie.

M. Buyse, lui, s'est investi dans l'entretien du jardin et des extérieurs de la Résidence, nos espaces étant ouverts il y a des déchets qui jonchent les pelouses et les parking, il les remets au propre.

Enfin, Xavier D se fait une grande joie d'amener le courrier de la Résidence à La Poste 3 fois par semaine, une belle tâche dont il s'acquitte avec fierté et efficacité.

Merci à eux pour leur aide.

Henri Salem, responsable de l'Unité PHV



# CITÉ VERTE - PHV





# ABBAYE - INFOS

## LES RÉSIDENTS DE L'ABBAYE ONT REÇU UNE CARTE POSTALE



Fait à Saint Maur, le 5 Mars 2023

Mes chères amies de l'Abbaye,  
Une vilaine grippe m'ayant clouée au lit et empêchée de venir vous voir, je vous envoie cette carte pour vous dire que Nikki et moi pensons bien à vous.  
Nous avons profité des vacances pour nous reposer et voir une superbe exposition sur les orchidées au Jardin des Plantes. Les fleurs étaient superbes!  
Je vous dis à très bientôt et Nikki vous envoie des caresses,

Fanny et Nikki  
Parole de Chien



Résidence de l'Abbaye  
Bureau de la vie sociale  
3 impasse de l'Abbaye  
94100 Saint Maur des Fossés  
France Métropolitaine



# INFOS

## PASSAGE À L'HEURE D'ÉTÉ

Dans la nuit de ce samedi 25 mars au dimanche 26 mars 2023, les horloges de la France entière passent à l'heure d'été.

N'oubliez pas d'avancer vos montres d'une heure.

A 2 heures, il sera 3 heures.

**+1 heure**

À 2 heures du matin,  
il sera alors 3 heures



# ACTUALITÉS

---

## **A Pompéi, des moutons et leur berger ont pour mission de sauver les ruines**

*La solution de l'éco-pâturage a été choisie à la fois pour son aspect écologique et économique, mais aussi parce qu'elle correspond à l'image du lieu au moment de sa redécouverte*

La direction de Pompéi (Italie) a récemment décidé d'avoir recours à l'éco-pâturage pour préserver les ruines du site archéologique des mauvaises herbes, rapporte Le Huffington Post. Début mars, un troupeau de 150 moutons s'est ainsi installé avec son berger dans l'ancienne cité antique, comme l'a relayé Gabriel Zuchtriegel, le directeur de Pompéi, à travers une vidéo publiée sur ses réseaux sociaux.

Les ovins jouent ici un rôle essentiel, puisque l'herbe qui pousse dans et en dehors des ruines vient progressivement les endommager. La solution de l'éco-pâturage présenterait donc de nombreux avantages. « On économise de l'argent en faisant venir des moutons plutôt que des machines et des personnes », a mis en avant Gabriel Zuchtriegel.

### **Une touche d'authenticité**

De plus, au moment de la redécouverte du site au XVIII<sup>e</sup> siècle, de nombreux moutons étaient présents sur place. « Ça donne vraiment une idée de ce qu'était Pompéi à l'époque où elle a été redécouverte. Il y avait des bois, des vignes, des moutons et c'était ce type de paysage rural », a expliqué le directeur de Pompéi. Le troupeau vient donc donner un nouveau niveau d'authenticité à ce site touristique.

Interrogé par l'agence de presse Reuters, Gaspare De Martino, le berger du troupeau, a déclaré être « honoré » de cette nouvelle opportunité qui lui a été accordée. Ses moutons avaient déjà pu pâturer sur le site en novembre dernier. Cette fois, ils devraient rester sur place jusqu'à la fin de l'année.

Source : 20minutes

# JEUX

## SUDOKU

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

Grille A

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

Grille B

# PLANNING ABBAYE

## **Samedi 25 mars**

11h00 : Marché de l'Abbaye - Point info

11h00 : FORUM VOYAGE - POINT INFO

15h30 : Grand jeu « Mots croisés » - Grand restaurant

20h30 : Le Théâtre vous propose sur réservation «Trois mariages et un enlèvement»

### 3ème Bellay

11h00 : Atelier dessin

14h30 : Entretien et arrosage des plantes

15h30 : Jeux de table

### 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 »

10h30 : Atelier jeu de société

14h30 : Jeu « Le pendu » Rotonde 3ème étage

20h00 : Raconte-moi une Histoire

## **Dimanche 26 mars**

11h00 : FORUM VOYAGE - POINT INFO

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

16h00 : Le Théâtre vous propose sur réservation «Trois mariages et un enlèvement»

### 3ème Bellay

11h00 : Diffusion de la messe

14h30 : Atelier Pâtisserie

### 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 »

10h30 : Atelier jeu de société

14h00 : Réunion des résidents de l'unité

20h00 : Raconte-moi une Histoire

## **Lundi 27 mars**

10h00 : Bonjour chez vous

10h00 : Jeu de marche et équilibre groupe 1 - Salle Bien-être

11h00 : Jeu de marche et équilibre groupe 2 - Salle Bien-être

# PLANNING ABBAYE

15h00 : Conférence « Le Faubourg Saint- Antoine » par Bernard Mellet - Théâtre 17h00 :  
Chorale de l'Abbaye - Salle bien-être

17h00 : Bingo - Espace bar

Accueil petite enfance – atelier intergénérationnel

10h30 : Marionnettes - 4ème Bellay

3ème Bellay

11h00 : En route pour le pressing

15h00 : Atelier Danse salle Bien-être

15h00 : Club Vidéo - 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

16h00 : « Contes » avec la conteuse Françoise - Salle bien-être

20h00 : Raconte-moi une histoire

## **Mardi 28 mars**

10h00 : Bonjour chez vous

11h00 : Atelier Happy Jardinnet - Terrasse

15h00 : Atelier créatif - Grand restaurant

15h00 : Atelier Petites mains, Atrium

15h30 : L'heure musicale « Jordi Savall et le concert des nations – Petites musiques de nuit et requiem de Mozart 2ème partie » - Théâtre

17h00 : Jeu de questions - Esp bar

17h00 : Club mémoire avec Monique Bouchot - Café littéraire

Accueil petite enfance – atelier intergénérationnel

10h30 : Fleurs de printemps - 1er Bellay

3ème Bellay

11h00 : Atelier boulangerie

11h00 : En route pour le pressing

15h00 : Lectures de textes et de Contes « Avec les Amis d'Hubert »

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 : Soins Esthétique  
13h30 : Sortie Ferme Hi- Han à Roissy en brie  
14h30 : Point Guichet  
17h00 : Revue de presse avec Nathalie P  
20h00 : Raconte-moi une Histoire

## **Mercredi 29 mars**

10h à 11h45 : Les Résidents vous accueillent à La Boutique - Allée Commerçante  
10h00 : Bonjour chez vous  
10h30 : Atelier poterie groupe 1 - Café littéraire  
10h30 : Projet La Valse des Saisons « Marche » - Salle Castel  
15h00 : Jeux de table - Espace bar  
15h30 : Atelier Parole de chien - 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  
17h00 : 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 :

10h30 : Jeu au tableau - Rotonde 3e Castel  
14h30 : Musicothérapie - Salon de la marne  
19h00 : Apéro dînatoire - Rotonde 3ème Castel  
20h00 : Raconte-moi une Histoire

## **Jedi 30 mars**

14h30 : Tir à l'arc - Salle Castel  
14h30 : Sortie exposition Aliz'Art  
15h00 : Club échec - Petit restaurant  
16h00 : Après-midi gourmand variétés françaises en compagnie d'Yvan Lubrany - Grand restaurant  
16h00 Messe des Rameaux - Oratoire

## Accueil petite enfance – atelier intergénérationnel

10h30 : Collage de papillons - 2ème Castel

## 3ème Bellay

11h00 : En route pour le pressing  
15h00 : Après-midi gourmand  
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 manuels à la rotonde - 3ème Castel

10h30 : Atelier travaux manuel

14h00 : temps d'individuel avec les résidents

20h00 : Raconte-moi une Histoire

## **Vendredi 31 mars**

10h00 : Bonjour chez vous

10h15 : Atelier Informatique « NTIC » - Salon de la Marne

10h30 : Atelier peinture avec Anne - Salle peinture

11h00 : Qi Gong - Salle bien-être

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

## Accueil petite enfance – atelier intergénérationnel

10h30 : Gommettes fruits et légumes du printemps - 2ème Bellay

## 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 (Goin, Ceugnies et Jousseaume)

10h30 : Jeu de société à la Rotonde

14h00 : Sortie Balade au parc floral

16h30 : Atelier Tricot

20h00 : Raconte-moi une histoire



# PLANNING BDM

---

## **Samedi 25 Mars**

- 11h00 : Réveil musculaire - Salle du parc
- 14h00 : Cinéma « 7 ans au Tibet » - Salle du parc
- 17h00 : Jeux de questions - Cafétéria

## **Dimanche 26 Mars**

- 11h00 : Revue de presse - Salle du parc
- 14h00 : Documentaire « Versailles , rois et président » - Salle du parc
- 15h00 : Atelier couture - Cafétéria
- 17h00 : Grand bingo - Cafétéria

### Animation 3ème étage

- 11h00 : Activité à la carte
- 15h00 : Couture
- 17h00 : Grand Bingo - RDC

## **Lundi 27 Mars**

- 11h00 : Entraînement de Boxe - Salle du parc
- 15h00 : Assemblée de prière - Salle du parc
- 15h00 : Jeux de connaissance - Cafétéria
- 16h00 : Heures Savoureuses dégustation de crêpes - Cafétéria
- 16h30 : Ambiance musicale - Cafétéria

### Animation 3ème étage

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

### Activités club

- 10h45 : Atelier créatif - 3e Salle du club
- 15h00 : Jouer avec les mots - 3e Salle du club

## **Mardi 28 Mars**

- 10h30 : Avec le multi accueil - 1er étage
- 11h00 : Café philo - Salon du 1er étage
- 11h00 : Danse douce - Salle du parc
- 14h30 : Atelier peinture - Salle du parc
- 15h00 : Club culture - Cafétéria
- 17h00 : Loto - Cafétéria

### Animation 3ème étage

- 10h30 : Atelier peinture - Salon du 3e étage

# PLANNING BDM

---

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 - Salle du parc

14h30 : Espace détente sur RDV

15h00 : Atelier Culinaire - Cafétéria

17h00 : Présentation de l'exposition du mois - Cafétéria

17h30 : Chorale - Salle du parc

## Animation 3ème étage

11h00 : Atelier théâtre

15h00 : Couture

16h00 : Collation entre amis

## Activités club

10h30 : Espace détente

12h00 : Repas entre amis

15h00 : Jeux de mémoire

## **Jeudi 30 Mars**

10h30 : Avec le multi accueil au multi accueil

11h00 : Documentaire « Échappée belle : Istanbul » - Salle du parc

15h00 : Atelier bricolage - Cafétéria

15h00 : Atelier de mémoire - Cafétéria

17h00 : Jeux mystère - Cafétéria

## Animation 3ème 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

# PLANNING BDM

---

## **Vendredi 31 Mars**

10h30 : Revue de presse - Salon 1er étage

11h00 : L'épicerie fine - Cafétéria

11h00 : Écoute musicale avec le multi accueil - Salle du parc

11h00 : Souvenir musical - Salon 1er étage

14h30 : Tir à l'arc - Salle du parc

14h45 : Sortie à l'école Notre Dame - Cafétéria

17h00 : La grande roue - Cafétéria

## Activités club

12h00 : Sortie à la cristolienne

# PLANNING CITÉ VERTE

## Samedi 25 Mars

10h30 : Vie de quartier - Étages  
15h30 : Blind test - Espace bar Hédia  
17h00 : Jeux de société avec Bernard - Étages et espace bar  
3ème étage : 11h00 : Moment de la vie quotidienne AS  
15h30 : Blind test - RDC

## Dimanche 26 Mars

15h30 : Spectacle ou ciné-club à définir à définir - Restaurant Hédia  
17h00 : Jeux de société - Étages et espace bar  
3ème étage : 11h00 : Messe et apéritif  
15h30 : Écoute musicale AS

## Lundi 27 Mars

16h30 : Salon de thé avec Maryse - 1er étage  
10h30 : Vie de quartier - Étages  
15h30 : Forum des séjours vacances - Espace bar Françoise, Hédia  
17h00 : Chiffres et lettres - Bibliothèque Tiziana  
3ème étage : 11h00 : Gym douce  
15h30 : Crêpes Monique

## Mardi 28 Mars

10h30 : Boutique et Point Guichet Françoise, Sylviane  
10h30 : Vie de quartier - Étages  
14h30 : Tir à l'arc avec Marion - Salle d'activités  
15h30 : Atelier équilibre avec Marion - Salle d'activités  
17h00 : Mots croisés - Bibliothèque Tiziana  
3ème étage : 11h00 : Boutique et Point Guichet - RDC  
15h30 : Sortie à définir

## Mercredi 29 Mars

10h30 : Sortie en ville Françoise et Léa  
15h30 : Spectacle de chansons avec J.P Talmont Françoise  
17h00 : Scrabble - Bibliothèque Jeanne-Marie et Léa  
3ème étage : 11h00 : Vie quotidienne  
15h30 : Spectacle de chansons avec J.P Talmont - RDC

# PLANNING CITÉ VERTE

---

## **Jeudi 30 Mars**

11h00 : Atelier Gym-Yoga - Salle d'activités

PHV

15h30 : Sortie à définir - Salle d'activités

Hédia

17h00 : Club lecture

Mr Wender

3ème étage : 10h30 : Chiens visiteurs

15h15 : Les contes

Pasa

## **Vendredi 31 Mars**

15h30 : Zumba - Espace bar

Hédia

17h00 : Panneau photos - Espace bar

Hédia

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

3ème étage : 11h00 : Vie quotidienne

15h30 : Zumba - Espace bar

# PLANNING CRISTOLIENNE

---

## **Samedi 25 Mars**

11h00 : Revue de presse - Salon Patio  
15h00 : Écoute Musicale - Restaurant  
17h00 : Jeux de Questions - Restaurant

## **Dimanche 26 Mars**

11h00 : Émission Religieuse - PASA  
16h00 : Printemps des Poètes - Restaurant

### Activités du 1er étage

11h00 : Émission Religieuse  
16h00 : Printemps de la poésie

## **Lundi 27 Mars**

11h00 : Bulle de Savoir - Salon Patio  
12h00 : Synthèse du Conseil - Restaurant  
17h00 : La Grande Roue - Restaurant

### Activités du PASA

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

### Activité du 1er étage

10h45 : Médiation Animale  
15h30 : Carré Musical  
17h00 : Jeux de Question  
15h00 : Yoga - Restaurant  
17h00 : Loto - Restaurant

## **Mardi 28 Mars**

10h40-12h00 : La Boutique de la Cristolienne - RDC  
11h00 : Boxe & Réflexes - Salon Patio  
15h00 : Créations de Christine - Restaurant  
17h00 : Bingo - Restaurant

### Activités PASA

10h30 : Atelier danse adaptée  
14h30 : Atelier peinture

### Activités du 1er étage

10h30 : Boxe  
15h00 : Éphéméride avec Marie-Claude

# PLANNING CRISTOLIENNE

---

17h00 : Happy Dance avec Marie-Claude

## **Mercredi 29 Mars**

11h00 : Cristo Radio - Salon Patio

16h00 : Chorale - PASA

17h00 : Rétro Cristo - Restaurant

## Activités du PASA

10h30 : Atelier chansons et illustrations

14h30 : Atelier bien être

## Activités du 1er étage

11h00 : Gym Douce Ciel Bleu

## **Jeudi 30 Mars**

11h00 : Activités Manuelles - Salon Patio

17h00 : Loto - Restaurant

## Activités du PASA

10h30 : Médiation en pleine conscience

14h30 : Atelier tricot

## **Vendredi 31 Mars**

11h00 : Doc « Roman de l'eau » - Salon Patio

15h00 : Jeux de Lettres - Salon Patio

16h00 : Moment Gourmand - Restaurant

16h30 : Ambiance Musicale avec JEAN- PATRICK - Restaurant

## Activités du PASA

12h00 : Repas Fruits de Mer

16h00 : Ambiance Musicale - Restaurant

17h00 : Souvenirs en chansons

# LE MOT DE LA FIN ET SOLUTIONS

## SOLUTIONS DES JEUX

Grille A

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

Grille B

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