

ça bouge !

8  
mars  
2024

ça bouge !  
N°1651

## FÊTE DES GRANDS-MÈRES À LA CRISTOLIENNE



Bonjour à toutes et à tous,

La fête des grands-mères a été célébrée à la Cristolienne. Des jeux interactifs intergénérationnels ont ravi des enfants de la halte garderie de la Croix des Mèches et des Résidents du PASA.

À la Résidence Pierre Tabanou, la semaine était placée sous le signe de la gourmandise avec un repas de fruits de mer au restaurant et une raclette maison.

Un buffet dînatoire en compagnie des Résidents, familles, bénévoles et personnels a été organisé au 4ème étage de l'Abbaye. La visite du Château de Versailles a ravi les participants.

Un petit-déjeuner fruité a été proposé aux Bords de Marne. Des Résidents ont découvert le nouveau spectacle de Holiday on Ice.

Un tournoi de Scrabble inter-Résidences a eu lieu à la Cité Verte. Un Résident vous partage l'un de ses textes sur la « Soie ».

Bonne semaine à tous,

Margaux MESLET  
Responsable communication

**Ça Bouge n°1651**

**09/03 > 15/03/2024**

## L'ACTU DES RÉSIDENCES

- FÊTE DES GRANDS-MÈRES À LA CRISTOLIENNE
- DÉJEUNER DANS UN RESTAURANT DE FRUITS DE MER POUR DES RÉSIDENTS DE TABANOU
- BUFFET DÎNATOIRE À L'ABBAYE
- PETIT-DÉJEUNER FRUITÉ AUX BORDS DE MARNE
- TOURNOI DE SCRABBLE À LA RÉSIDENCE DE LA CITÉ VERTE
- JEUX INTERACTIFS INTERGÉNÉRATIONNELS À LA CRISTOLIENNE
- LA MONTAGNE S'INVITE À LA RÉSIDENCE PIERRE TABANOU
- VISITE DU CHÂTEAU DE VERSAILLES POUR DES RÉSIDENTS DE L'ABBAYE
- HOLIDAY ON ICE POUR DES RÉSIDENTS DES BORDS DE MARNE
- LA « SOIE » PAR M. WENDER, RÉSIDENT DE LA CITÉ VERTE
- ACTIVITÉS À L'ACCUEIL DE JOUR DE LA CRISTOLIENNE
- PARTICIPEZ À LA SEMAINE PETITE ENFANCE À LA HALTE GARDERIE DE L'ABBAYE
- COMPTE-RENDU DE LA RÉUNION BOUTIQUE DE L'ABBAYE

## ACTUALITÉS

- COMMENT IRIS APFEL EST-ELLE DEVENUE UNE ICÔNE DE LA MODE ?
- JEUX : BUZZ
- PLANNING ACTIVITÉS

# LA CRISTOLIENNE

## FÊTE DES GRANDS-MÈRES

La journée a débuté avec la distribution de jolies jonquilles à toutes les grands-mères de la Cristolienne, puis par un très bon repas sur des nappes fleuries. Nous nous sommes retrouvés dans l'après-midi pour déguster des tartes à l'abricot et des cœurs à la mousse de framboise. Après cette douce collation, place à la compagnie «Plus que jamais» pour leur spectacle « Petits contes de la pensée ordinaire ». Une mise en scène théâtrale accompagnée de chansons poétiques, d'histoires originales, d'instruments du monde et de fables que nous connaissons plutôt bien. Une prestation particulière pour les grands-mères qui nous a fait voyager sur différents continents.

L'équipe de la vie sociale



# PIERRE TABANOU

## REPAS FRUITS DE MER

Un groupe de Résidents a émis le souhait de manger des fruits de mer. Nous nous sommes donc rendus à la « Marée », restaurant spécialisé en fruits de mer, situé à Rungis. Nous n'avons pas vu la mer mais c'était tout comme ! Un très bon moment qui a ravi les papilles des messieurs dames !

Huîtres, langoustes, crevettes, crabe, coques, bulots : on s'est régalé !

L'équipe de la vie sociale



# ABBAYE

## BUFFET DÎNATOIRE AU 4<sup>ÈME</sup> ÉTAGE

Un buffet dînatoire a été organisé avec les Résidents, familles, bénévoles et personnels du 4<sup>ème</sup> étage de la Résidence de l'Abbaye.

Cette soirée festive a été l'occasion de célébrer le départ à la retraite de Mme Frappier, ancienne responsable de site et de présenter sa remplaçante, Mme Pierre et également l'anniversaire de Mme Doutart qui a eu 96 ans.

Presque toutes les familles étaient présentes pour le plus grand plaisir des Résidents et des personnels. Des membres de l'AFABEC, Association des Familles ainsi que des bénévoles étaient également présents.

Cette soirée a été organisée dans le cadre du management coopératif par les personnels.

Une soirée riche en échanges et sourires, qui a ravi tous les participants. Un grand merci à tous les participants pour votre présence et aux organisateurs de cette fabuleuse soirée.

L'équipe du 4<sup>ème</sup> étage



# ABBAYE



# BORDS DE MARNE

## PETIT-DÉJEUNER FRUITÉ

Le service spécifique et le club PASA ont organisé un petit-déjeuner sur le thème du fruit. A cette occasion, la veille, nous avons confectionné des pâtisseries à base de fruits : tartes aux pommes, salades de fruits, smoothies accompagnés de café ou thé. Les Résidents ont apprécié ce petit-déjeuner vitaminé.

Ce fut un moment de partage. Les Résidents du 3<sup>ème</sup> étaient ravis d'accueillir des Résidents des autres étages.

Evelyne, animatrice du service spécifique et Sylvie, animatrice du club



# CITÉ VERTE

## TOURNOI DE SCRABBLE

C'est avec joie que nous avons accueilli des Résidents de l'Abbaye à partager un moment de convivialité pendant un tournoi de Scrabble. Les trois premiers gagnants du Scrabble ont remporté une récompense. Les heureux gagnants sont les trois Résidents de l'Abbaye qui ont été très efficaces afin de remporter la victoire.

Les gagnants étaient heureux d'obtenir la victoire !

L'équipe de la vie sociale





# LA CRISTOLIENNE

## JEUX INTERACTIFS POUR PETITS ET GRANDS

Des enfants de halte-garderie de la Croix Des Mèches ont rendu visite aux Résidents du PASA. Ils ont partagé un beau moment convivial entre générations autour de la Tovertafel.

Nous avons joué à des parties sur le thème des fleurs. Nous avons ensuite fait des toupies et des poissons et pour finir des lucioles avec son ambiance sonore apaisante. Quoi de mieux pour clôturer cette belle rencontre, que de partager un goûter ensemble avant de se dire au revoir ?!

Franck, équipe de la vie sociale



# PIERRE TABANOU

## LA MONTAGNE S'INVITE LE TEMPS D'UN REPAS

Une odeur de fromage s'est répandue au sein de la Résidence Pierre Tabanou. Une bonne raclette maison attendait les Résidents.

Les assiettes copieuses étaient composées de charcuteries, salade et pommes de terre. Le tout accompagné d'un vin blanc très apprécié des Résidents.

Merci à l'équipe de la cuisine de nous avoir régalés et merci à la Résidence de la Cristolienne de nous avoir prêté les appareils à raclette.

L'équipe de la vie sociale



# ABBAYE

## SORTIE AU CHÂTEAU DE VERSAILLES

Des Résidents de l'Abbaye et des habitants du Domaine de l'Abbaye ont fait ou refait, avec plaisir, la visite du Château de Versailles. Nous avons même eu la chance de pouvoir entrer dans la cour d'honneur du Château afin d'être au plus proche de ce lieu mythique de la renaissance!

Après cette visite riche en émotions, tous les participants ont mangé au McDonald. Enfin ils ont plutôt mangé à l'intérieur des véhicules, à la bonne franquette. Certains découvraient ce fast-food, et tout le monde a apprécié.

L'équipe de la vie sociale



# ABBAYE



# BORDS DE MARNE

## SPECTACLE HOLIDAY ON ICE

Des Résidents des Bords de Marne ont découvert le spectacle Holiday on Ice. Holiday on Ice a présenté son nouveau spectacle "Aurore" pour fêter ses 80 ans. Le show a été spectaculaire, plus grandiose que jamais. Avec ses 80 ans, Holiday on Ice est le plus ancien spectacle au monde en activité. Depuis 1942, 330 millions de spectateurs ont assisté à plus de 100 spectacles différents. C'est près de 60 000 représentations sur les 5 continents ! Le travail minutieux des équipes artistiques de Holiday on Ice, qui ont assuré son succès au fil des décennies, est à son apogée en 2024 avec la contribution du directeur artistique d'opéra Francisco Negrin, qui présente le nouveau spectacle "Aurore" pour fêter dignement cet anniversaire exceptionnel.

Le spectacle présente Aurore, une jeune femme venue d'un monde sans couleurs, sans saveur et sans joie, qui est envoyée sur Terre pour y découvrir ce qui rend l'humanité si spéciale. Elle rencontre Adam, qui l'initie aux beautés du monde et à l'amour dans une aventure époustouflante où les 40 patineurs de Holiday on Ice traversent les éléments avec une chorégraphie magistrale et des effets spéciaux inédits dans une mise en scène à 360 degrés. Tous les éléments sont réunis pour un spectacle aussi original que merveilleux pour toute la famille.

Voici le témoignage de Résidents qui ont eu la chance d'assister à ce spectacle : *« Après un long trajet, nous sommes arrivés au Dôme de Paris à Porte de Versailles. Le spectacle nous a réservé beaucoup de surprises. Au fond de la salle, une demie-sphère changeait sans cesse de couleurs et les patineurs sortaient pour faire de nombreux tableaux avec des costumes différents. La musique était très moderne. Les numéros étaient soit en solo soit en duo avec des costumes très variés, il y avait beaucoup de portées et de sauts périlleux. Les effets de lumières étaient très variés et il y avait même une structure en forme d'énormes anneaux. Les patineurs attachés au sommet descendaient*

# BORDS DE MARNE

*sur la glace.*

*A la fin du spectacle, nous étions émerveillés par les motifs de fleurs et de feuilles, et cela s'est terminé par des flammes. »*

L'équipe de la vie sociale



# CITÉ VERTE

---

## DU MÛRIER AU CARRÉ HERMÈS

Le rapport entre les deux n'est pas évident à première vue, mais il est pourtant bien réel car ils ont un point commun qui est la soie. En effet le ver à soie est la larve d'un papillon appelé Bombyx du Mûrier qui se nourrit des feuilles de cet arbre et le carré Hermès est un foulard de soie emblématique du luxe français.

La larve produit des kilomètres de fil de soie pour se protéger, lesquels seront déroulés dans la vapeur d'eau chaude pour être tissés.

L'élevage du vers à soie consiste à nourrir les larves puis à dérouler le fil dans des installations appelées magnaneries. Importé de Chine l'élevage se développera en France d'abord dans la Drome et l'Ardèche. Pour répondre au grand besoin de main d'œuvre nécessaire à l'élevage, les jeunes femmes arméniennes réfugiées du génocide viendront renforcer les équipes locales dans les années mille neuf cent vingt.

Plus au Sud pour ce travail, on parle des magnaneries provençales au milieu du dix-neuvième siècle. On trouve ce mot sous la plume du poète Frédéric Mistral dans son poème épique « Mireille » qui sera le sujet de l'opéra de Gounod.

La nourriture des larves nécessite donc des quantités de feuilles de mûriers. Cet arbre venu d'Asie et répandu sur l'ensemble des zones tempérées de la planète possède de belles feuilles vertes vernissées. Il produit des baies comestibles blanches ou foncées similaires à celles que nous cueillons sur nos ronciers. Le premier que j'ai vu se trouve au Jardin des Plantes à Paris, il est très vieux et ses branches sont étayées pour ne pas se rompre. Plus tard en Amérique, il y en avait un dans le jardin d'un collègue. Puis j'en ai retrouvé dans la Drôme : dans un petit village au pied du Vercors il y en a un vieux au bord d'un ruisseau et la

# CITÉ VERTE

commune en a planté des jeunes devant la chapelle Sainte Marguerite qui domine le village. Enfin j'en ai repéré deux dans le Parc du Morbras à Sucy, on les trouve le long de l'allée principale vers le milieu du Parc.

Le tissage de la soie est traditionnellement situé à Lyon. Les tisserands sont appelés Canuts depuis le dix-neuvième siècle et habiteraient le quartier de la Croix Rousse. La réalité est plus complexe car on tisse dans d'autres quartiers de Lyon et même dans la campagne environnante. Les canuts étaient des artisans, parfois compagnons du tour de France. Ils possédaient leur métier à tisser (le fameux métier Jacquard) mais travaillaient pour des négociants. Ils étaient payés à la pièce et dans l'ensemble mal payés. Ce qui occasionnera trois révoltes très violentes en 1831, 1834 et 1848 pendant lesquelles les Canuts prendront le pouvoir à Lyon. Elles seront réprimées par l'armée et feront de nombreux morts. On les considère comme étant à l'origine des mouvements ouvriers et des courants politiques de gauche, elles seront par exemple citées par Karl Marx. Le chansonnier Aristide Bruant leur écrira une chanson célèbre dont le refrain dit : « C'est nous les Canuts, nous allons tout nus ».

Les tissus de soie sont considérés comme des tissu nobles et plutôt chers. Ils sont en général réservés aux vêtements de femme (robes, chemisiers et sous-vêtements). Sans oublier les foulards toujours d'actualité et les bas de soie détrônés par les collants dans les années soixante-dix.

Philippe Wender, Résident - Février 2024





# LA CRISTOLIENNE-ADJ

## ACTIVITÉS À L'ACCUEIL DE JOUR DE LA CRISTOLIENNE

Les activités ne manquent pas pour distraire les bénéficiaires qui viennent passer leur journée à l'Accueil de Jour de la Cristolienne.

Cette semaine, une séance de musicothérapie a permis à chaque personne de développer son talent musical.

L'activité gymnastique est faite pour garder la mobilité, la forme et accentuer le bien-être corporel et physique.

Et pour détendre l'esprit, une séance de cinéma pour découvrir le film « Maison de Retraite 2 » a été parfait.

L'équipe de l'Accueil de Jour de la Cristolienne



# CITÉ VERTE - ADJ

## GOÛTER GOURMAND À L'ACCUEIL DE JOUR DE LA CITÉ VERTE

Des bénéficiaires de l'Accueil de Jour de la Cité Verte ont cuisiné des gâteaux qu'ils ont dégusté ensuite.

Une odeur de pâtisserie a flotté dans l'air tout l'après-midi.

Nous nous sommes régalés.

Marie Annette et Karine, équipe de l'Accueil de Jour de la Cité Verte



# ABBAYE-HALTE-GARDERIE

## PARTICIPEZ À LA SEMAINE NATIONALE DE LA PETITE ENFANCE À L'ABBAYE !

La Halte-garderie de l'Abbaye participe à la Semaine Nationale de la Petite Enfance qui a pour thème : « **Viens je t'emmène** ».

Cet événement aura lieu la semaine du 18 au 22 mars.

Un atelier intergénérationnel va être organisé, le but étant que des Résidents « emmènent » les enfants à l'époque de leur propre enfance ou de l'enfance de leurs enfants pour découvrir ensemble d'anciens jouets.

**Pour cela, l'aide des Résidents est primordiale pour trouver des jouets anciens (en prêt) et participer à cet atelier.**

Résidents, vous pouvez venir vous renseigner ou vous inscrire aux ateliers directement auprès d'Anne-Sophie, Responsable de l'accueil petite enfance.



# ABBAYE - INFOS

## COMPTE-RENDU RÉUNION BOUTIQUE

Étaient présents : 9 Résidents  
Personnel : Eline NICOLAON

### Ambiance :

Cette réunion s'est passée dans une bonne ambiance, les résidents ont été source d'idées.

### Boutique :

Mme Richard a fait une introduction pour présenter la boutique aux nouveaux Résidents présents. Les nouvelles Résidentes : Mme Gluck, Mme Pavlicek et Mme Montaron se sont tour à tour présentées à l'assemblée.

La rencontre avait pour but de savoir si les Résidents étaient d'accord pour un jour supplémentaire d'ouverture de la boutique. L'ensemble des Résidents ne le souhaite pas pour le moment, en effet ils veulent qu'il y ait plus de monde pour tenir la boutique avant de mettre une ouverture supplémentaire.

Ils proposent néanmoins d'ouvrir un vendredi matin uniquement, la semaine où le marché de l'Abbaye est organisé. **Un essai sera fait le vendredi 8 mars de 10h à 11h45.**

Mme Gluck, Mme Pavlicek et Mme Montaron présente à cette réunion sont toutes d'accord pour faire un essai à la boutique. Il leur est confirmé qu'elles ne seront jamais seules à la boutique, toujours accompagné d'un Résident qui sait gérer.

Il est noté et validé par les Résidents que tous les duos fonctionnent bien et qu'il est tout à fait possible, de faire des changements afin que chaque Résident tienne la boutique 2 fois par mois maximum.

Concernant les inscriptions, le tableau mis en place par le service de la vie sociale a été présenté aux Résidents. Ils ne souhaitent pas être inscrits trop en amont, quelques jours avant maximum.

# ABBAYE - INFOS

---

Point sur les courses :

Le réassort est fait régulièrement sur le drive de Leclerc, un cahier de commande est disponible pour inscrire ce qu'il faut acheter. Mme Richard, Mme Gluck, M. Macron, M. Aberard et Mme Flament se proposent d'aider lors de l'étiquetage et du rangement.

Les Résidents sont très contents de la boutique, la trouve très pratique, « *cela nous rend bien service* » indique M. Macron. « *Les produits sont variés* ». « *C'est toujours un plaisir de la tenir* » dit Mme Vargoz.

Nous avons confirmé que nous ferons un point dans quelques mois sur l'évolution et sur la proposition faite.

Commentaires / suggestions (si nécessaire faire un tableau de suivi des actions) :

M. Aberard souhaiterait avoir une procédure écrite concernant le fonctionnement de l'appareil à carte bleue, l'ensemble des Résidents est d'accord avec cette demande.

Les Résidents souhaitent également garder le panneau « 1 personne à la fois » sur la porte afin d'éviter qu'il ait trop de client dans la boutique.

# ACTUALITÉS

## **Comment Iris Apfel est-elle devenue une icône de la mode ?**

Iris Apfel est morte à l'âge de 102 ans. Elle a marqué le secteur de la mode par ses tenues excentriques collectionnées lors de ses voyages. C'est grâce à une exposition surprise de 300 pièces de sa garde-robe personnelle au Metropolitan Museum à New York en 2005 qu'elle est devenue une icône de la mode, selon Cécile Poignant, experte en tendances.

Lunettes rondes, rouge à lèvres et accessoires XXL, Iris Apfel avait le sens de la démesure. Décédée vendredi à 102 ans, l'Américaine d'origine russe, suivie par 3 millions de personnes sur Instagram, a marqué le secteur de la mode de son vivant avec ses tenues des quatre coins du monde. Décoratrice d'intérieur, designer et architecte, elle excellait dans son domaine, ayant travaillé à la Maison-Blanche pour neuf présidents, de Truman à Clinton. Mais c'est dans le secteur de la mode qu'elle fit résonner son nom malgré elle, comme elle le décrit dans son autobiographie, « Icône malgré moi » (édition Michel Lafon). « Peu connue du grand public, selon Cécile Poignant, experte en tendances mode, elle est devenue une icône à plus de 80 ans grâce à sa garde-robe mémorable ». En sa mémoire, 20 Minutes revisite les moments marquants de la carrière de l'entrepreneuse en avant-garde des mouvements d'acceptation de soi.

### **Exposition surprise**

« On était en 2005, lorsqu'une exposition de sa collection personnelle de vêtements au Metropolitan Museum à New York l'a vraiment lancée aux yeux du monde », explique Cécile Poignant. Cette opportunité s'est présentée après l'annulation d'une exposition à l'Institut du vêtement. Harold Koda lui a offert la possibilité d'exposer ses pièces qu'elle avait dénichées lors de ses nombreux voyages. Au total, 300 pièces de sa garde-robe y ont été présentées, un exploit sans précédent au MET, qui réserve habituellement ses expositions aux femmes décédées ou influentes dans l'industrie de la mode.

« C'est ainsi, un peu par hasard, qu'elle est devenue cette icône, donc je dirais que c'est assez remarquable », ajoute l'experte, justifiant cela par

# ACTUALITÉS

l'appréciation de ses bijoux et vêtements artisanaux uniques. La sortie de son autobiographie en 2008 n'a fait qu'ancrer sa légitimité d'icône, un statut consolidé lorsqu'elle est devenue égérie de la marque de maquillage Mac Cosmetics et designer de sa collection de vêtements en collaboration avec H & M.

À l'ère des réseaux sociaux, elle est devenue incontournable pour son extravagance : « Elle bousculait les codes entre la couleur, les motifs, la superposition de pièces. Pour elle, c'était aussi une liberté créative de sortir du cadre du style discret attendu pour les personnes d'un certain âge », conclut l'experte.

## Naturellement mémorable

Icône incontournable, Iris Apfel fait partie de ceux dont l'identité est indélébile. « Elle s'est créé un personnage avec sa façon très colorée de s'habiller et ses cheveux d'un blanc éclatant. Elle a été l'une des premières femmes visibles à participer au changement de regard sur les personnes âgées », explique Cécile Poignant. Influenceuse avant l'heure, Iris incarne la mamie cool par excellence pour la nouvelle génération, laquelle la découvre dans les publicités Citroën dont elle est l'égérie, ou encore dans le documentaire Netflix IRIS.

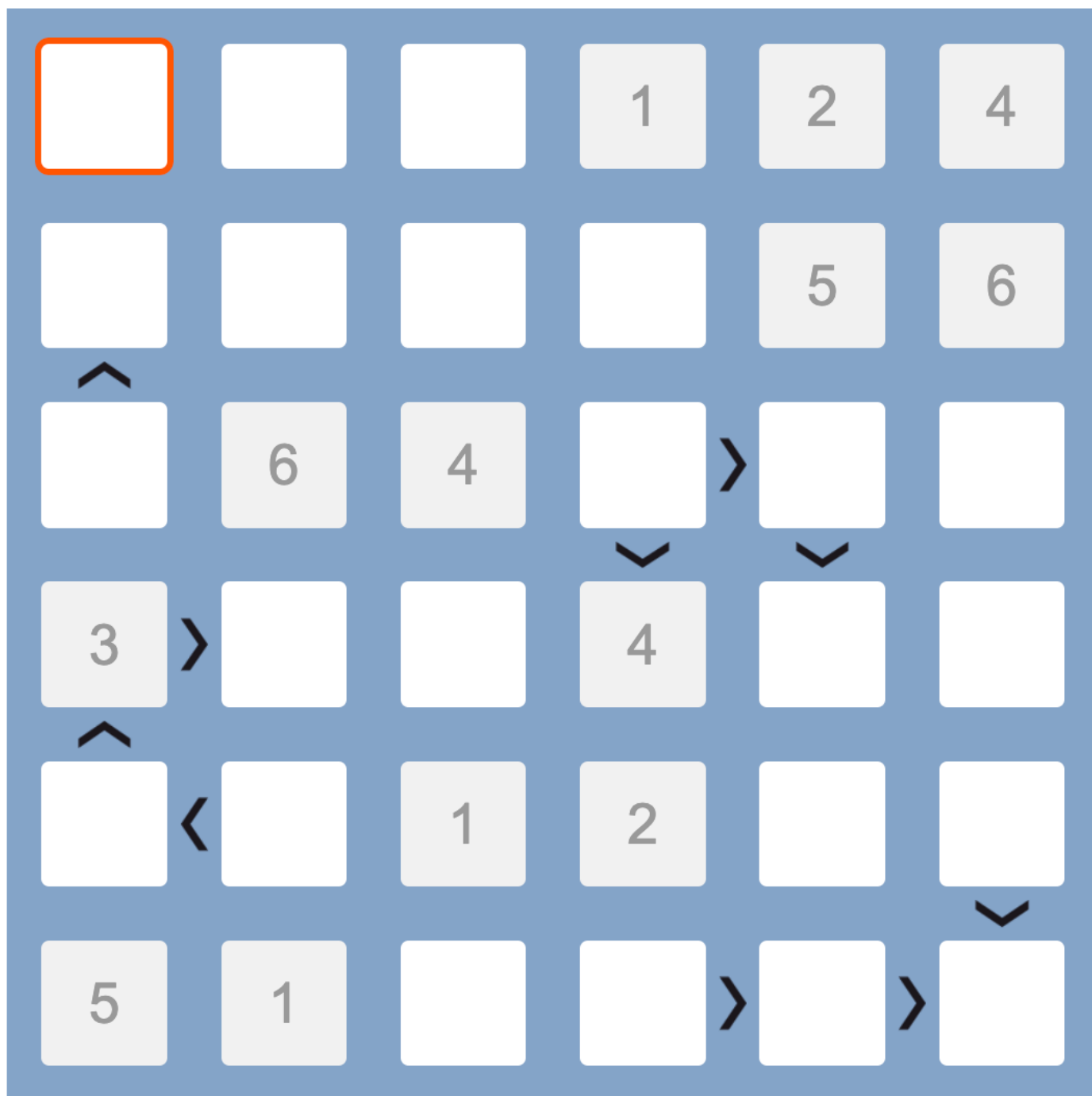
Détenant la poupée Barbie à son effigie la plus âgée, Iris Apfel inspire par son identité excentrique et sa soif de liberté. Décédée à l'âge de 102 ans, Iris restera dans le cœur des amoureux de la mode, étant considérée comme « quelqu'un qui a commencé à tracer la voie de l'extravagance à tout âge », au même titre que Peggy Guggenheim ou Frida Kahlo, qui ont créé tout un imaginaire vestimentaire autour d'elles, selon l'experte en tendances mode.



Source :  
20minutes

# JEUX

## BUZZ





# PLANNING ABBAYE

---

## **Samedi 9 mars**

10h00 : Pliage des serviettes - Espace bar

11h00 : Marché de l'Abbaye - Point info

15h30 : Après-midi musical et festif en compagnie des équipes de la Croix-Rouge - Grand restaurant

20h30 : Le Théâtre vous propose sur réservation « Hors Le Toi »

### 3ème Bellay

11h00 : Atelier dessin

15h30 : Jeux de table

### 4ème Bellay

10h30 : Danse

11h30 : Vie quotidienne

15h00 : Écoute musicale

16h30 : Poésies et Fables

17h00 : Temps de parole

### Unité PHV :

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

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

14h00 : Temps libre, temps d'individuel

14h00 : Atelier pâtisserie - Rotonde du 3ème Castel

16h00 : Gouter Gourmand - Rotonde du 3ème Castel

## **Dimanche 10 mars**

10h00 : Pliage des serviettes - Espace bar

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

16h00 : Le Théâtre vous propose sur réservation « Hors Le Toi »

### 3ème Bellay

11h00 : Diffusion de la messe

15h00 : Préparation du Goûter du dimanche

### 4ème Bellay

10h30 : Retransmission de la messe

11h30 : Vie quotidienne

16h00 : Goûter du dimanche

16h30 : Espace Sensoriel - RDC

17h00 : Temps de parole

### Unité PHV :

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

10h30 : Jeux de sociétés - Rotonde

10h45 : La Messe à la télé - Petit salon 3ème Castel

14h00 : Réunion des résidents

20h00 : Temps de détente autour d'une tisane - Rotonde

## **Lundi 11 mars**

10h00 : Pliage des serviettes - Espace bar

10h00 : Bonjour chez vous

# PLANNING ABBAYE

10h00 : Jeu de marche et équilibre groupe 1 avec Cécile IDMTAL - Salle Bien-être  
11h00 : Jeu de marche et équilibre groupe 2 avec Cécile IDMTAL - Salle Bien-être  
15h00 : Conférence « Le peintre Matisse » par Marie Le Gouellec - Théâtre  
17h00 : Chorale de l'Abbaye - Salle bien-être  
17h00 : Bingo - Espace bar  
17h00 : Club échec - Petit restaurant

## 3ème Bellay

11h00 : En route pour le pressing  
15h00 : Club Vidéo - Théâtre  
17h00 : Jeu Interactif « mots croisés »

## 4ème Bellay

10h30 : Chant  
11h30 : Vie quotidienne  
15h30 : Petit BAC  
17h00 : Lecture / Temps de parole

## Unité PHV :

10h30 : Écoute musicale - Rotonde du 3ème Castel  
14h00 : Temps libre, temps d'individuel  
11h00 : Sortie « Cinéma » avec Laetitia  
19h00 : Apéro Dinatoire avec Solène - Rotonde du 3ème Castel  
20h00 : Temps de détente autour d'une tisane - Rotonde du 3ème Castel

## **Mardi 12 mars**

10h00 : Pliage des serviettes - Espace bar  
10h00 : Bonjour chez vous  
11h00 : Atelier Happy Jardinier - Terrasse  
11h00 : Atelier « les Mots et le bien-être » en compagnie de Janet - Café littéraire  
15h00 : Atelier créatif et poterie en compagnie d'une classe de CP de l'école Parangon - Grand restaurant  
15h30 : Heure musicale « Prince live in Syracuse 1985 1ère partie » - Théâtre  
17h00 : Jeu de questions - Espace bar

## 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  
15h00 : Atelier pâtisserie  
16h30 : Poésies et Fables  
17h00 : Lecture / Temps de parole

## Unité PHV :

10h30 : Soins Esthétique

# PLANNING ABBAYE

---

14h30 : Point Guichet

15h30 : Jeu « Le Pendu » - Rotonde 3ème étage

17h00 : Revue de presse avec Medhi

20h00 : Temps de détente autour d'une tisane - Rotonde

## **Mercredi 13 mars**

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

10h00 : Pliage des serviettes - Espace bar

10h00 : Bonjour chez vous

10h30 : Atelier poterie - Café littéraire

14h00 : Sortie Manufacture des Gobelins

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

17h00 : Petit loto

### 4ème Bellay

10h30 : Manucure

11h30 : Vie quotidienne

14h30 : Préparation de salade de fruits

16h00 : Mise en voix avec Cathy

17h00 : Jeux de questions

## **Unité PHV :**

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

10h30 : Jeu « Charade » - Rotonde 3ème étage

14h00 : Musicothérapie - Logements ou Salle Snoezelen

19h00 : Dîner - Rotonde du 3ème Castel

## **Jeudi 14 mars**

10h00 : Pliage des serviettes - Espace bar

14h00 : Sortie cinéma

14h30 : Tir à l'arc - Salle Castel

16h00 : Après-midi gourmand variétés françaises en compagnie de Céline Arnaud  
- Grand restaurant

16h00 : Temps de prière - Oratoire

### 3ème Bellay

11h00 : En route pour le pressing

15h00 : Après-midi gourmand

17h00 : Jeux de mots et de questions

### 4ème Bellay

10h30 : Chant

11h30 : Vie quotidienne

15h00 : Après-midi gourmand - 3ème Bellay

# PLANNING ABBAYE

---

16h00 : Goûter Gourmand

17h00 : Lecture / Temps de parole

## **Unité PHV :**

10h00 : Départ sortie « Cultura »

10h30 : Atelier travaux manuels - Rotonde 3ème Castel

14h00 : Temps libre, temps d'individuel

20h00 : Temps de détente autour d'une tisane - Rotonde

## **Vendredi 15 mars**

10h00 : Pliage des serviettes - Espace bar

10h00 : Bonjour chez vous

10h15 : Atelier Informatique « ordinateur » - 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 : Brin de causette 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

10h30 : Atelier Art Floral

14h30 : Carré Musical

15h45 : Gym douce

17h00 : Lecture de la revue « ça bouge »

## **4ème Bellay**

10h30 : Écoute musicale

11h30 : Vie quotidienne

15h00 : Préparation de gourmandises

16h00 : Bar des Amis

17h00 : Lecture de la revue « ça bouge »

## **Unité PHV :**

10h30 : Baccalauréat - Rotonde du 3ème Castel

14h00 : Temps libre, temps d'individuel

14h00 : Réunion de service

16h30 : Atelier tricot - Rotonde 3ème Castel

20h00 : Temps de détente autour d'une tisane - Rotonde

Les Résidents intéressés par les sorties organisées par l'unité PHV peuvent s'y inscrire au Point Info, sous réserve de places disponibles.

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

*L'équipe de la vie sociale*

# PLANNING BDM

---

## **Samedi 9 Mars**

11h00 : Réveil musculaire - Salle du parc  
14h30 : Concert «Fantasia » - Salle du parc  
17h00 : Jeux de questions - Cafétéria

## **Dimanche 10 Mars**

11h00 : Revue de presse - Salle du parc  
15h00 : Club évasion - Cafétéria  
17h00 : Grand loto musical - Cafétéria

### Animation 3ème étage

11h00 : Activité à la carte  
17h00 : Grand loto musical - RDC

## **Lundi 11 Mars**

10h30 : Avec le multi accueil - 1er étage  
11h00 : Entraînement de Boxe - Salle du parc  
15h00 : Assemblée de prière - Salle du parc  
15h00 : Jeux de connaissance - Cafétéria  
16h00 : Heures Savoureuses - 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 12 Mars**

10h30 : Avec le multi accueil - 2ème étage  
11h00 : Café philo - Salon du 1er étage  
11h15 : Club lecture - Salle du parc  
14h30 : Atelier peinture - Salle du parc  
16h00 : Rencontre avec le conservatoire, goûter suivi d'un concert de « petite musique de chambre » - Cafétéria

### Animation 3ème étage

10h30 : Atelier peinture - Salon du 3e étage  
10h45 : Atelier beauté  
15h00 : Activité à la carte

### Activités club

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

# PLANNING BDM

---

## **Mercredi 13 Mars**

11h00 : Tai-chi - Salle du parc  
15h00 : Tribune libre - Cafétéria  
17h00 : Quizz musical - Cafétéria  
17h45 : Chorale - Salle du parc

### Animation 3ème étage

11h00 : Atelier théâtre  
15h00 : Activité a la carte  
15h45 : Chansonâges

### Activités club

14h45 : Chansonâges  
10h30 : Espace détente  
12h00 : Repas entre amis

## **Jeudi 14 Mars**

10h30 : Avec le multi accueil - 3e étage  
11h00 : Documentaire «les paquebots transatlantiques - Salle du parc  
11h30 : L'épicerie fine  
15h00 : Atelier mémoire - Cafétéria  
15h00 : Lecture de poésie - Cafétéria  
16h00 : Le goûter littéraire - Salle Pasa  
16h30 : Spectacle « printemps de la poésie » - Cafétéria

### Animation 3ème étage

10h30 : Gym détente  
11h00 : Activité à la carte  
11h30 : Atelier cognitif  
15h00 : Activité à la carte

### Activités club

14h30 : Sortie avec halte

## **Vendredi 15 Mars**

11h00 : Écoute musicale - Salle du parc  
14h30 : Tir à l'arc - Salle du parc  
14h30 : Sortie : faites vos courses  
15h15 : Activités créative avec les CE1 de l'école Notre Dame - Cafétéria  
17h00 : La grande roue - Cafétéria

### Activités club

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

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

*L'équipe de la vie sociale*

# PLANNING CITÉ VERTE

## Samedi 9 Mars

10h30 : Vie de quartier - Étages

15h30 : Conférence « Marcel Pagnol » avec P. Prévot - Salle d'activités

17h00 : Jeux de société avec Bernard - Espace bar

3ème étage : 11h00 : Moment de la vie quotidienne

Resto

15h30 : Conférence « Marcel Pagnol » - RDC

AS

## Dimanche 10 Mars

10h30 : Messe TV

15h30 : Jeu de questions ou Billard Hollandais - Espace Bar

17h00 : Jeux de société - Étages et espace bar

3ème étage : 11h00 : Messe et apéritif

AS

15h30 : Documentaire

AS

## Lundi 11 Mars

10h30 : Vie de quartier - Étages

10h30 : Atelier peinture avec Gildas - Bibliothèque

15h30 : Atelier peinture avec Gildas - Bibliothèque

17h00 : Chiffres et lettres - Espace bar

Françoise

3ème étage : 11h00 : Gym douce

Cindy

15h30 : Atelier cuisine

Cindy

## Mardi 12 Mars

10h30 : Boutique et Point Guichet

Sylviane, Françoise, Geneviève

14h30 : Gym debout avec Marion - Bibliothèque

15h30 : Gym assis avec Marion - Bibliothèque

17h00 : Mots croisés - Espace bar

Françoise

3ème étage : 11h00 : Boutique et Point Guichet

Cindy

15h30 : Sortie à prévoir

Cindy

## Mercredi 13 Mars

10h30 : Sortie en ville

Animatrice

15h30 : Spectacle de chansons avec J. P. Talmond

Tiziana

17h00 : Scrabble - Espace bar

Gwenaëlle

3ème étage : 11h00 : Moment de la vie quotidienne

AS

15h30 : Spectacle de chansons avec J. P. Talmond - RDC

# PLANNING CITÉ VERTE

## **Jeudi 14 Mars**

10h30 : Atelier Gym-Yoga - 1er	PHV
15h30 : Atelier poterie avec Corinne - Bibliothèque	
17h00 : Jeu d'adresse - Espace bar	Gwenaelle
17h00 : Théâtre - Accueil de jour	Aurélie
3ème étage : 11h00 : Atelier décoration de Printemps	Cindy
15h30 : Atelier contes	Pasa

## **Vendredi 15 Mars**

12h00 : Sortie restaurant « La Ferme des Mélézes »	
10h00 : Échange inter-g « Eveil musical » - Espace bar	Gwenaelle
11h30: Restaurant « La ferme des Mélezes »	
15h30 : Chorale avec pascal Leclerc - Salle d'activités	Aurélie
17h00 : Jeux de société avec Bernard - Espace bar	
3ème étage : 11h00 : Gym douce	Cindy
15h30 : Documentaire TV	

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

*L'équipe de la vie sociale*



# PLANNING CRISTOLIENNE

---

## **Samedi 9 Mars**

11h00 : Atelier Écriture - Salon Patio  
15h00 : Écoute Musicale - Restaurant  
17h00 : Jeux de Questions - Restaurant

## **Dimanche 10 Mars**

11h00 : Émission Religieuse - PASA  
15h00 : Video Club «La fleur de l'âge» - PASA  
17h00 : Grand Loto - Restaurant

### Activités du 1er étage

11h00 : Émission Religieuse

## **Lundi 11 Mars**

11h00 : Revue de Presse - Salon Patio  
15h00 : Atelier Créatif - Restaurant  
17h00 : La Grande Roue - Restaurant

### Activités du PASA

10h30 : Atelier autour de la lecture  
14h30 : Rythmes et percussions

### Activité du 1er étage

11h00 : Un jour une lettre  
15h15 : Chanson' Age  
17h15 : Jeux de Question

## **Mardi 12 Mars**

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

### Activités PASA

10h45 : Médiation Animale  
14h30 : Atelier peinture

### Activités du 1er étage

10h30 : Boxe  
14h30 : Préparation du goûter de l'étage avec Marie-Claude  
16h30 : Manucure avec Marie-Claude

## **Mercredi 13 Mars**

11h00 : Bulle de Savoir - Salon Patio  
15h30 : Chorale - Salon Patio  
17h00 : Cases à Lettres - Restaurant

# PLANNING CRISTOLIENNE

---

## Activités du PASA

12h00 : Repas Raclette

## Activités du 1er étage

11h00 : Gym Douce

14h30 : Documentaire

17h15 : Atelier Photo mémoire

## **Jeudi 14 Mars**

11h00 : Loisirs & Détente - Salon Patio

17h00 : Loto - Restaurant

## Activités du PASA

10h30 : Médiation en pleine conscience

14h30 : Carré Musical

## Activités du 1er étage

11h00 : L'horoscope du jour

15h30 : Carré Musical

16h30 : Manucure Chant Discussion avec Marie-Claude

## **Vendredi 15 Mars**

11h00 : Doc « Félines » - PASA

16h00 : Moment Gourmand - Restaurant

16h30 : Ambiance Musicale avec Sébastien - Restaurant

## Activité du 1er étage

16h00 : Ambiance Musicale - Restaurant RDC

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

*L'équipe de la vie sociale*

# PLANNING TABANOU

---

## **Samedi 9 Mars**

11h00 : Atelier Pâtisserie - RDC	Isabelle
15h00 : Borne mélo - RDC	Isabelle
17h-18h : Jeux apéro - RDC	Abou et Aissata

## **Dimanche 10 Mars**

11h00 : Émission Religieuse - RDC	Isabelle
11h00 : Sortie Marché de L'Hay les Roses - RDC	Isabelle
15h00 : Loto - RDC	Isabelle
17h-18h : Jeux apéro - RDC	Abou et Aissata

## **Lundi 11 Mars**

11h00 : Baccalauréat - RDC	Bénévole
15h00 : Chorale - RDC	Thierry
16h00 : Goûter gourmand - RDC	Ida
16h00 : Visite Flora - Logement	Flora et Isabelle
17h-18h : Jeux apéro - RDC	Abou et Aissata

## **Mardi 12 Mars**

10h30 : Sortie Banquet des Séniors - Villejuif	Isabelle et Ida
15h00 : Atelier manuel - RDC	Magdalena

## **Mercredi 13 Mars**

11h00 : Atelier mémoire - RDC	Isabelle
15h00 : Jeux de mots - RDC	Isabelle
17h-18h : Jeux apéro - RDC	Abou et Aissata

## **Jeudi 14 Mars**

11h00 : Atelier Bien être - RDC	Ida
15h00 : Sport adaptée - RDC	Intervenante
17h-18h : Jeux apéro - RDC	Abou et Aissata

## **Vendredi 15 Mars**

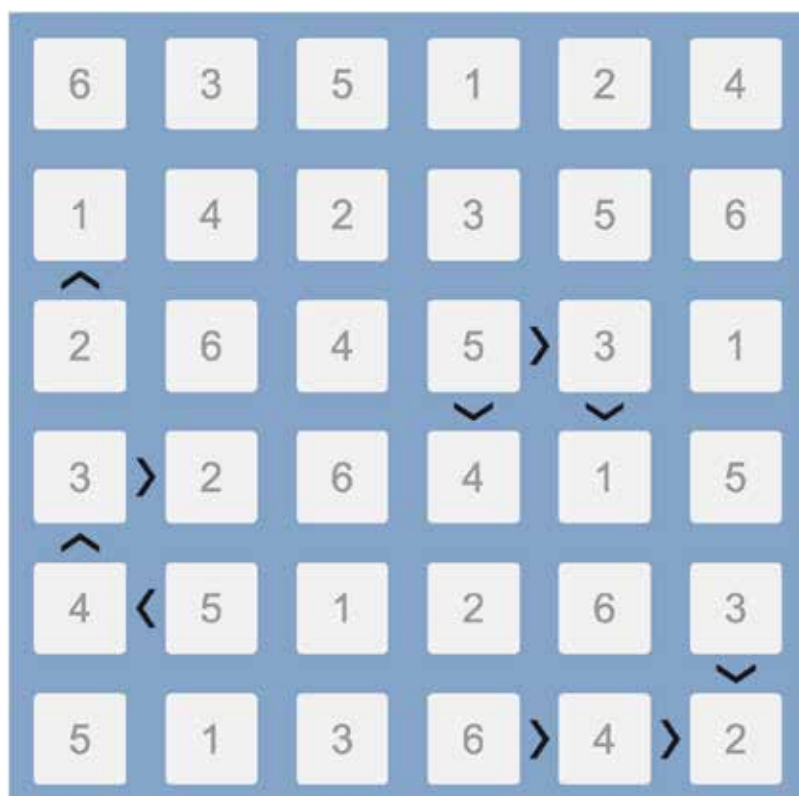
11h00 : Jardinage - RDC	Isabelle
14h30 : Massage - Salle bien être	Intervenante
15h00 : Atelier réminiscence - RDC	Isabelle
17h-18h : Jeux apéro - RDC	Abou et Aissata

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

*L'équipe de la vie sociale*

# LE MOT DE LA FIN ET SOLUTIONS

## SOLUTIONS DES JEUX



## 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 de la vie sociale

**Et pour ce numéro :** Les équipes de la vie sociale Abbaye, Bords-de-Marne, Cité Verte, Cristolienne et Pierre Tabanou