

ça bouge !

26
avril
2024

ça bouge !

N°1658

ATELIER RÉALITÉ VIRTUELLE À LA RÉSIDENCE DE L'ABBAYE



Bonjour à toutes et à tous,

Un atelier de réalité virtuelle a été proposé à l'Abbaye par la Croix-Rouge. Un nouveau record a été battu pendant les jeux de tables.

Des Résidents des Bords de Marne ont découvert les Hanami du Parc de Sceaux. Un déjeuner au restaurant « La Marmite » a ravi les participants.

Une chasse aux oeufs avec les enfants du relais assistantes maternelles a fait des heureux à la Cité Verte. Des porte-clés ont été fabriqués lors d'un atelier intergénérationnel.

La gymnastique douce à la Cristolienne fait du bien aux Résidents. Des Résidents ont déjeuné au restaurant « Chez Papa ».

Des Résidents de Pierre Tabanou ont découvert la verrerie de Soisy. Un goûter s'est transformé en moment musical.

Bonne semaine à tous,

Margaux MESLET
Responsable communication

L'ACTU DES RÉSIDENCES

- ATELIER RÉALITÉ VIRTUELLE À L'ABBAYE
- HANAMI AU PARC DE SCEAUX POUR DES RÉSIDENTS DES BORDS DE MARNE
- CHASSE AU OEUFS AVEC LES ENFANTS DU RELAIS ASSISTANTES MATERNELLES À LA CITÉ VERTE
- GYMNASTIQUE DOUCE À LA CRISTOLIENNE
- DÉCOUVERTE DE LA VERRERIE D'ART DE SOISY POUR DES RÉSIDENTS DE PIERRE TABANOU
- JEUX DE TABLE À L'ABBAYE
- DÉJEUNER À « LA MARMITE » POUR DES RÉSIDENTS DES BORDS DE MARNE
- ATELIER INTERGÉNÉRATIONNEL À LA CITÉ VERTE
- DÉJEUNER « CHEZ PAPA » POUR DES RÉSIDENTS DE LA CRISTOLIENNE
- GOÛTER EN CHANSONS À PIERRE TABANOU

ACTUALITÉS

- POURQUOI VOIT-ON DES MIRAGES?
- JEUX : ANAGRAMMES
- PLANNING ACTIVITÉS

ABBAYE

ATELIER RÉALITÉ VIRTUELLE

Trois bénévoles de la Croix-Rouge sont venus à l'Abbaye afin de proposer aux Résidents un atelier de casque de réalité virtuelle. Ils ont apprécié d'être immergés dans divers endroits du monde comme dans le désert du Colorado, au Mont Everest ou au-dessus des chutes du Niagara. Ils ont adoré vivre cette variété d'expériences allant de la détente à l'aventure.

En mettant le casque virtuel le cerveau accepte l'environnement simulé comme réel, ce qui crée une sensation d'immersion profonde.

Isabelle, équipe de la vie sociale



BORDS DE MARNE

HANAMI AU PARC DE SCEAUX (FÊTE DES CERISIERS)

Des Résidents des Bords de Marne ont été se balader au Parc de Sceaux. En cette saison, il est une vraie splendeur, les bosquets des cerisiers étaient en fleurs et sous le soleil.

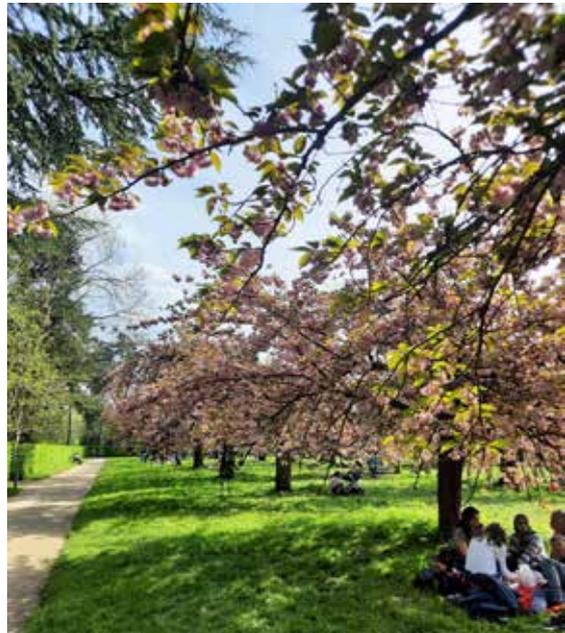
Pour trouver le lieu exact nous avons redoublé d'effort et de patience car le chemin était long et pas forcément toujours praticable. Mais nous sommes fiers d'y être arrivés.

Dans le grand Monopoly des cerisiers en fleurs, le parc de Sceaux est assurément la rue de la Paix ! A l'heure où le printemps commence à apparaître dans le pare-brise, le démesuré parc planté dans le 92 a lâché les dates de sa célébration d'Hanami, cette fête nipponne honorant la période de floraison des sakura (les cerisiers). Les musardeurs pourront profiter de tout un tas d'événements en lien avec l'événement et la culture japonaise. Le parc de Sceaux compte plus de 150 cerisiers dans les 180 hectares du domaine, avec, d'un point de vue colorimétrie, plutôt des fleurs blanches dans le bosquet nord et des roses dans le sud.

Christal, équipe de la vie sociale



BORDS DE MARNE



CITÉ VERTE

CHASSE AUX OEUFS AVEC LES ENFANTS DU RELAIS ASSISTANTES MATERNELLES

Comme chaque année nous avons organisé une chasse aux œufs avec les enfants du relais assistantes maternelles à l'intérieur et à l'extérieur de la Résidence. Des Résidents ont eu le plaisir d'accompagner les enfants chercher les œufs de Pâques.

Les enfants ont ensuite partagé leurs chocolats afin que tous puissent les déguster.

L'équipe de la vie sociale



LA CRISTOLIENNE

GYMNASTIQUE DOUCE

Francine, intervenante, a proposé une séance de gymnastique douce à l'étage spécifique. La séance a commencé avec quelques mouvements pour échauffer tout le corps, étape importante pour éviter de se blesser. Les choses sérieuses commencent avec des exercices variés de renforcement musculaire à l'aide d'anneaux flexibles. Et après tant d'effort, un moment relaxation est proposé aux Résidents afin de permettre à la respiration et au rythme cardiaque de revenir à la normale pour terminer la journée en forme !

Franck, équipe de la vie sociale



PIERRE TABANOU

VERRERIE D'ART DE SOISY

Nous sommes allés voir des artisans qui travaillent le verre et lui donne de belles formes. Nous avons vu la fabrication d'une tortue, le matériel utilisé, et quelques affiches qui expliquent le fonctionnement des outils utilisés pour travailler le verre. Mais le plus intéressant est que l'on part d'un petit morceau de verre que l'on manipule plusieurs fois que l'on place dans le four, et qu'on lui donne une forme.

Dans le jardin est exposé quelques œuvres. Toutes ces belles pièces sont à vendre dans la boutique qui se trouve devant.

La Verrerie d'Art de Soisy a ouvert ses portes en 1978. Elle a été créée par une famille de tradition verrière, qui gère la Verrerie de La Rochère, en Haute-Saône, depuis 1856. La Rochère est la plus ancienne verrerie française encore en activité, sa création remonte à 1475.

En cette fin de XX^e siècle, l'automatisation des productions apportées de grandes séries d'objets tous identiques, tributaires des contraintes de la mécanisation. Dans ce contexte est né le besoin de retrouver des objets façonnés par la main de l'homme. Le métier de verrier, l'un des plus anciens métiers, est le vecteur idéal de ce besoin de beauté et d'humanité. Pour faire partager cette passion, ils ont choisi l'Île de France, où plus aucune verrerie ne fonctionnait, et au fort potentiel touristique. Le village de Soisy-sur-Ecole y offre un cadre champêtre et agréable.

Le succès est au rendez-vous : les visiteurs de la Verrerie d'Art de Soisy sont aussi passionnés par la découverte du travail des Maîtres-Verriers que par la qualité de leurs créations. Ainsi, la Verrerie d'Art de Soisy a accueilli ce jour plus de deux millions de visiteurs.

Nous avons passé un bon après-midi de découverte et passé un bon moment tous ensemble.

L'équipe de la vie sociale

PIERRE TABANOU



ABBAYE

JEUX DE TABLE

Lors d'une session précédente des jeux de table du mercredi à l'Abbaye, M. Houde avait réussi l'exploit de construire une tour de Kaplas d'1m98! Il a battu son propre record il y a peu en construisant cette fois-ci une tour de 2m75 !! Allant du sol au plafond !! Tous les Résidents présents ont été ébahis par la hauteur de cette tour. Beaucoup ont dû se reculer de peur de se voir ensevelis sous les Kaplas...

Une fois encore cette tour a ensuite été détruite par son propre créateur car la limite du plafond avait été atteinte...

Nous mettons une nouvelle fois au défi toutes les Résidences du groupe de relever le défi et de dépasser la tour de M. HOUDE de 2m75.

Clément, équipe de la vie sociale



Tour de 1m98



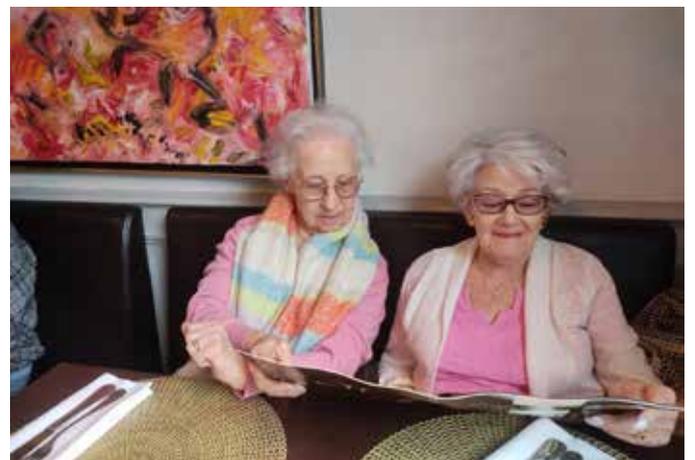
Tour de 2m75

BORDS DE MARNE

DÉJEUNER À « LA MARMITE »

Des Résidents des Bords de Marne ont déjeuné au restaurant « La Marmite » à Bonneuil, sur les sages conseils expérimentés de Mme B.: *« c'était une excellente idée de l'écouter, car nous avons bien mangé, bien bu, et nous sommes rentrés avec la peau du ventre bien tendu ! »* Comment regretter ce joli moment de partage ? On ne peut pas !

Christal, équipe de la vie sociale



CITÉ VERTE

ATELIER INTERGÉNÉRATIONNEL

Nous avons eu le plaisir d'accueillir des enfants du personnel et des familles afin de partager un moment convivial en fabriquant des porte-clés « Toinou ». Ces porte-clés seront ensuite donné à un hôpital qui les offrira à des enfants atteints de cancers. Pour remercier les enfants, nous leurs avons fait la surprise d'une chasse aux œufs. Les enfants et les familles étaient ravis de pouvoir contribuer à la fabrication de ces porte-clés et de se régaler avec les chocolats.

L'équipe de la vie sociale



LA CRISTOLIENNE

DÉJEUNER « CHEZ PAPA » À JOINVILLE

Une sortie au restaurant « Chez Papa » a ravi des Résidents par son ambiance et sa cuisine généreuse. Les portions copieuses, des entrées aux desserts, ont surpris agréablement les convives. Le service était bon et amical et a contribué à créer une atmosphère chaleureuse. Chaque bouchée était un festin pour les sens, andouillette, gésiers de canard, escargots, gâteau basque ou encore de la glace ont comblé les convives de joie. En somme, cette expérience culinaire a été une véritable ode à la gastronomie du sud de la France et à la convivialité, laissant aux Résidents des souvenirs délicieux à chérir ainsi qu'un conseil aux plus nombreux d'aller découvrir cette petite brasserie.

L'équipe de la vie sociale



PIERRE TABANOU

GOÛTER EN CHANSONS

Après avoir profité d'un bon goûter, des Résidents étaient installés autour des tables en forme de U. Laurent, avec sa guitare, a animé et mis de l'ambiance dans la Résidence.

Il a entonné des chansons connues que certains résidents ont accompagnées en chantant. Ce concert a beaucoup été apprécié par tous les Résidents et familles présents.

Merci à Laurent pour son petit grain de folie.

L'équipe de la vie sociale



DOMAINE

CRÉATION DE FLEURS EN PAPIER

C'est l'histoire d'une femme créative, curieuse d'apprendre, qui, portée par un élan de partage, nous a proposé un Atelier Pliage « création de fleurs en papier » pour nous transmettre son savoir faire. Cette femme c'est Mme GILLET, habitante du Domaine de l'Abbaye.

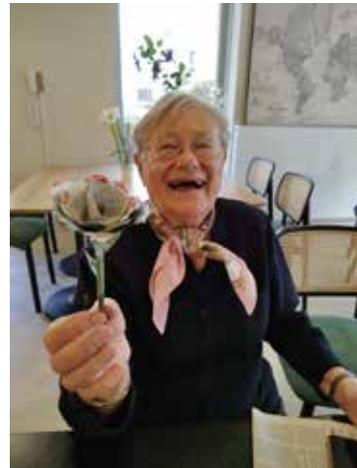
C'est une rencontre entre voisins qui a eu lieu, autour d'elle pour apprendre à confectionner de jolies roses en papier recyclé.

Après la joie d'être ensemble et celle de découvrir un nouvel univers créatif, chacun a eu le plaisir d'emporter chez soi son œuvre du jour. Un grand merci à Mme Gillet pour cette belle initiative.

Corinne, équipe de la vie sociale du Domaine



DOMAINE



PETITE ENFANCE - BDM

CHASSE À LA POULETTE

Les poules du fermier Jo sont venues prendre le thé à la Résidence. Mais les coquines, qui ne voulaient plus rentrées, se sont enfuies et cachées dans toute la Résidence. Les enfants du multi-accueil aidés par des Résidents ont été appelés à la rescousse pour les rattraper ! Ces poules sont spéciales, elles pondent des œufs, certes, mais en chocolats. La chasse risque d'être des plus gourmandes... Afin de mettre cette chasse en place tout le monde y a mis la main à la pâte ou plutôt à l'aiguille. En effet pendant plusieurs semaines des Résidents accompagnés par Crystal, animatrice, ont confectionné avec patience des petites poules toutes en couleurs lors des ateliers couture hebdomadaire. Et on les en remercie !

Fabienne, Responsable Accueil Petite Enfance des Bords de Marne



ABBAYE - ADJ

UNE NOUVELLE MASCOTTE ET ACTIVITÉS DANS LA SALLE SNOEZELEN

Nouvellement arrivé à l'Accueil de Jour, Oslo apporte douceur et réconfort auprès des bénéficiaires qui donnent de l'affection à cette mascotte appréciée !

La salle Snoezelen est utilisée aussi bien pour penser, méditer et se reposer que pour jouer avec les sens. De magnifiques moments partagés tous ensemble.

L'équipe de l'Accueil de Jour de l'Abbaye



CITÉ VERTE - ADJ

ATELIER TRICOT ET RESTAURANT

L'atelier tricot a beaucoup plu à Mme Bernou, nouvelle bénéficiaire de l'Accueil de Jour de la Cité Verte. Une bouteille a été décorée avec de la laine.

Un déjeuner au restaurant a ravi les participants.

Marie Annette, Maissa et Karine, équipe de l'accueil de jour



LA CRISTOLIENNE-ADJ

RENCONTRE MUSICALE AVEC L'ABBAYE

Belle rencontre musicale entre les bénéficiaires de l'Abbaye et de la Cristolienne. La Cristolienne les a accueillis entre chansons et danses. Le chanteur Jean Patrick a mis une belle ambiance joyeuse et nous avons tous bien ri. Nous avons partagé plusieurs pâtisseries réalisées le matin même par les bénéficiaires des deux sites.

Nous avons même eu droit à « un show » de 4 chanteurs musiciens qui ont eu beaucoup de succès. Ce moment festif et de convivialité a plu à chacun et laisse de bons souvenirs.

Sylvie et Nadège, équipe de l'Accueil de Jour de la Cristolienne



RENFORCER LA DÉMOCRATIE AU SEIN DE LA RÉSIDENCE

L'établissement Pierre Tabanou participe à l'expérimentation « renforcer la démocratie au sein de la résidence » en partenariat avec le Cercle Vulnérabilité & Société.

Une première réunion d'information se tiendra le :

Mardi 30 Avril à 15h00

au restaurant du rez-de-chaussée

Les ateliers discussions et quiz des prochaines semaines seront sur le thème des élections Européennes qui se dérouleront au mois de juin. N'hésitez pas à vous tourner vers l'équipe d'animation si le sujet vous intéresse.

Familles et Résidents, vous êtes les bienvenus !

L'équipe de la vie sociale

La démocratie en établissement médico-social

NOTRE ÉTABLISSEMENT S'ENGAGE !

Pendant 3 ans (2023-2026), notre établissement s'engage dans une expérimentation **UNIQUE** en France :

Renforcer les pratiques et le sentiment démocratique au sein de l'établissement

OBJECTIFS POUR LES HABITANTS

- Maintenir la citoyenneté
- Encourager les choix
- Rester acteur dans la société

Cette expérimentation est accompagnée par Delphine DUPRÉ-LÉVESQUE, anthropologue de santé

POUR PLUS D'INFORMATION, DEMANDEZ À L'ÉQUIPE DE LA VIE SOCIALE ET D'ANIMATION

UNE EXPÉRIMENTATION INITIÉE ET SOUTENUE PAR LE

ABBAYE - INFO

COMITÉ DES SORTIES ÉTÉ 2024

Lieu : Grand restaurant

Animaient la séance : Flora SIGURET & Corinne BERNIER

Présents : 27 résidents & 6 locataires

Tout d'abord, nous avons brièvement refait un point sur les modalités et le déroulement des sorties. Depuis 2023, 5 sorties par mois sont proposées au minimum, les résidents peuvent s'inscrire jusqu'à deux sorties par mois, suite à quoi ils seront inscrits sur la liste d'attente afin de laisser la place à tous. Les inscriptions se font à partir du 02 de chaque mois, au point info auprès de l'animation et/ou à l'accueil, à partir de 11h30.

Nous avons précisé qu'une adhésion à l'Association La Rose de l'Abbaye permettait d'obtenir des conditions tarifaires préférentielles pour les sorties payantes. A savoir, les adhérents de l'association bénéficient d'environ 25 à 30% de réduction lorsqu'ils participent à une sortie.

L'équipe d'animation a également souligné la question des places pour les fauteuils roulants. En effet, nous sommes tributaires de nos capacités d'accueil : 2 places pour fauteuils sont disponibles dans le minibus, et c'est également le nombre de professionnel qu'il est possible de détacher du terrain comme conducteur/accompagnateur lors d'une sortie.

Dans un second temps, nous avons effectué un partage des expériences et des retours sur les sorties hivernales précédentes :

M. Roger affirme : « *West Side story était super !* ». Mme Gluck se demandait si les sorties Paris by night pouvaient commencer plus tard. Mme L. nous félicite sur la globalité des sorties. Mme Richard réagit à un restaurant qui n'était pas aux normes pour les fauteuils « *il y avait quelques marches, c'était embêtant* ».

Malheureusement, la France est un pays qui accuse un certain retard sur ses moyens d'accessibilité aux personnes à mobilité réduite ou en

ABBAYE - INFO

situation de handicap. Malgré nos renseignements en amont sur les établissements visités, nous avons parfois fait face à la malhonnêteté de certains sites qui se disent réglementaires, mais sont finalement inadaptés en réalité. Nous nous excusons pour la gêne occasionnée et faisons tout notre possible pour éviter ces situations et ce validisme encore trop présent.

RESTAURANTS

A propos des restaurants, nous avons échelonné les envies selon les spécialités culinaires. Les sorties restaurants ont lieu tous les mois, ceux avec une terrasse extérieure sont privilégiés l'été. Nous rappelons qu'aux mois de juin, juillet et d'août des barbecues sont organisés deux fois par mois. En est ressorti (par ordre de préférence) :

Gastronomie française	8
Italien	8
Paradis du fruit	5
Crêperie	5
Indien	3
Antillais	3
Japonais	2
Oriental	2
Guinguette	2
Cambodgien	1
Vietnamien	1
Portugais	0

Les résidents ont suggéré un restaurant gastronomique situé place des Marronniers à Saint Maur, ayant une terrasse accessible. Globalement, les résidents souhaiteraient que les restaurants de la ville soient privilégiés, ce qui sera fait dans la mesure du possible.

ABBAYE - INFO

CINEMA & FAITES VOS COURSES

A propos des sorties « cinémas » et « faites vos courses » : celles-ci ont lieu en alternance un mois sur deux. Pour diversifier la liste des centres commerciaux visités, nous nous rendrons à Créteil Soleil & l'UGC, à Val d'Europe & La Vallée Village et à Pince Vent à Chennevières.

SORTIES DIVERSES

Les jardins de Giverny	19
Parc floral de Vincennes	15
Balade sur le canal de l'Ourcq	14
Zoo de Vincennes	12
Safari + zoo de Thoiry	12
Chez Gégène	10
Parc de Bagatelles	10
Serres Boissy	9
Les serres de l'Haÿ les Roses	9
Bateaux en bateau mouche	9
Provins (M.Aberard)	9
Musée Grévin (M.Galopier)	9
Piques niques (M.Chalon)	9
Visite de la Tour Eiffel (Mme Larou)	8
France miniature	8
Expo inventer l'impressionnisme au musée d'Orsay	8
Hippodrome de Vincennes	8
Musée des arts forains (M.Galopier)	8
Le lac Daumesnil	7
Conservatoire de Saint Maur	7
Parc des Félines	7
Observatoire de paris (M.Aberard)	7

ABBAYE - INFO

Notre dame (M.Lenclos)	7
Montmartre, le Sacré cœur (Mme Lorans)	7
Disneyland Paris	6
Zoo du bois d'Attilly	5
Rosa bonheur au bois de Vincennes	5
Bases de loisirs	5
Parc Monceau	5
La Terre des singes	4
Parc Astérix	4
Expo Jonhny Hallyday	1
La Bodéga Féria	1
Cueillette à Coubert	0

CHATEAU & MUSEES

Fondation Louis Vuitton	11
Musée Carnavalet	10
Atelier des lumières	9
Château de Versailles	8
Musée de l'orangerie	8
Château de Champs sur Marne	7
Musée Rodin	7
Musée du Louvre	7
Palais Tokyo	6
Institut du monde arabe	6
Philharmonie de Paris	3
Grande galerie de l'évolution	3
Palais Galleria	3
Jacquemart André	3
Musée Bourdelle	3

ABBAYE - INFO

Musée du Quai Branly	1
Centre Pompidou	1
Musée des arts décoratifs	1
Cité de l'architecture	1

Vos propositions & suggestions :

M.Aberard évoque l'Observatoire de Paris et la cité médiévale de Provins.

M. Galopier est intéressé par le musée Grévin et le musée des arts forains à Bercy.

Mme Larou suggère de visiter la Tour Eiffel, tandis que Mme Lorans rebondit sur le Sacré Cœur à Montmartre, et M.Lenclos sur Notre Dame de Paris, ouverte malgré ses travaux de rénovation.

Mme Richard propose les jardins de l'école du Breuil, qui en effet sera de nouveau programmée dans le cadre du projet « des arbres et des oiseaux ».

Nous étudierons vos propositions avec soin afin de garantir leur réalisation dans les meilleures conditions (facilité d'accès aux sites, possibilités d'accès aux personnes à mobilité réduite, espaces de repos possibles lors des visites, tarifs préférentiels, visites guidées...).

Enfin, nous remercions l'ensemble des résidents et des locataires pour leur participation et leur implication dans ce comité qui s'est déroulé dans une bonne ambiance. Nous rappelons une nouvelle fois l'importance d'investir ces instances, durant lesquelles les résidents et locataires restent acteurs et décisionnaires. Des nombreux échanges ont découlé plusieurs suggestions et nous allons nous renseigner sur les possibilités d'organisation de chacune d'entre-elles.

L'ensemble des résidents présents remercient également l'ensemble des personnels pour leur engagement et participation aux sorties.

ACTUALITÉS

Pourquoi voit-on des mirages ?

On a tous vu ça dans un film ou une série : épuisé, généralement perdu dans un désert ou dérivant sur l'océan, un personnage aperçoit quelque chose qui n'existe pas avant de se reprendre et de comprendre qu'il est victime d'un mirage. De là à conclure que les mirages sont le fruit d'une imagination soumise à la fatigue, à la déshydratation ou à la malnutrition, il n'y a qu'un pas. Pourtant, cette conclusion est aussi hâtive que fausse.

Qu'est-ce qu'un mirage ?

Les mirages sont des illusions d'optique qui découlent d'une propagation inhabituelle de la lumière dans l'atmosphère. Ce phénomène est causé par la température, la pression ou le taux d'humidité dans l'air, qui conduisent ce dernier à se dilater ou à se contracter. Ainsi, la trajectoire de la lumière se trouve affectée.

Ça ne se passe pas dans la tête

Les mirages sont donc un phénomène objectif et non subjectif. Autrement dit, ils ne se produisent pas dans nos têtes : plusieurs personnes verront le même mirage au même moment et il est même possible de le photographier. C'est la raison pour laquelle, contrairement à ce que suggère parfois le cinéma, un mirage se compose de formes abstraites et non d'images reconnaissables.

Les différents types de mirages

Trois catégories de mirages sont répertoriées : les mirages inférieurs ou « chauds », qui découlent d'un réchauffement des couches basses de l'air ; les mirages supérieurs ou « froids », qui découlent, à l'inverse, de couches basses plus froides qu'en hauteur ; les Fata Morgana et Fata Bromosa, qui combinent des mirages inférieurs et supérieurs.

Un phénomène étudié de longue date

C'est à Aristote que revient le mérite de la première mention écrite connue du phénomène. En 350 avant J.-C., il relève que sous certaines conditions météorologiques, certains astres et promontoires paraissent plus grands qu'à l'ordinaire. Déjà, alors, il suppose que cela est lié à la réfraction de la lumière.

Source : 20minutes

JEUX

ANAGRAMMES

ATTITREES		DUALES		TENDE		AMERS	
DEVETANT		AN		ETIERS		UT	
▶		▼		▼		▼	
AUTEURS							
TE							
▶		NIL	▶			AUGES	
		RAPER					
DEPURES	▶	▼					
BASER							
▶					NAT		SIR
RA	▶		TSAR	▶	▼		▼
LIER			AL				
▶			▼		GAI	▶	
RETSINA	▶						

PLANNING ABBAYE

Samedi 27 avril

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

10h00 : Pliage des serviettes - Espace bar

14h30 : Balades en voitures anciennes en compagnie du Lion's club

3ème Bellay

11h00 : Atelier dessin

15h30 : Jeux de table ou sortie promenade

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 »

10h30 : Atelier jeux de société

16h00 : Clowns - Rotonde du 3ème

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

Dimanche 28 avril **NOUVEL AN KHMER**

12h00 : Déjeuner spectacle avec la Troupe cambodgienne des anciens étudiants des beaux art du Cambodge - Grand restaurant

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 : Atelier jeu de société

14h00 : Réunion des résidents de l'unité

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

Lundi 29 avril

10h00 : Pliage des serviettes -Espace bar

10h00 : Bonjour chez vous

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

PLANNING ABBAYE

15h00 : Conférence « Les films comiques en France » par Jarno Eslan - 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 : Conférence - Théâtre

17h00 : Jeu Interactif « mots croisés »

4ème Bellay

10h30 : Chant

11h30 : Vie quotidienne

15h30 : Petit BAC

17h00 : Lecture / Temps de parole

Unité PHV :

10h30 : Atelier théâtre - Salle Castel

14h00 : Temps libre, temps individuel

19h00 : Dégustation du dîner - Rotonde du 3ème Castel

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

Mardi 30 avril

10h00 : Pliage des serviettes - Espace bar

10h00 : Bonjour chez vous

11h00 : Atelier Happy Jardinier - Terrasse

14h00 : Sortie exposition Aliz'Art

15h00 : Atelier créatif des petites mains - Grand restaurant

15h00 : Comité des heures musicales suivi de Lang Lang interprète Camille Saint-Saëns, Concerto pour piano n° 2 - Théâtre

17h00 : Jeu de questions - Espace bar

17h00 : Club mémoire, Monique Bouchot - Café littéraire

3ème Bellay

11h00 : En route pour le pressing

14h30 : Atelier « Bien-être » avec Iphana

15h30 : Heure musicale au 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

14h00 : Temps libre des résidents
14h30 : Point Guichet
17h00 : Revue de presse avec Medhi

Mercredi 1er mai

10h à 11h45 : Les résidents vous accueillent à La Boutique - Allée Commerçante
10h00 : Pliage des serviettes - Espace bar
10h00 : Bonjour chez vous
11h00 : Vente de muguet - Point info
16h00 : Spectacle de variété en compagnie de Cathy Yerles - Grand restaurant

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 :

10h30 : Jeu au tableau - Rotonde 3e Castel
10h à 11h45 : Les résidents vous accueillent à La Boutique
14h00 : Musicothérapie - Logements ou Salle Snoezelen

Jeudi 2 mai

10h00 : Pliage des serviettes - Espace bar
14h30 : Tir à l'arc - Salle Castel
14h30 : Réunion citoyennage - Café littéraire
16h00 : Après-midi gourmand variétés françaises en compagnie de Pierre Guerin - 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 : Atelier de Musicothérapie avec Jeanne
11h30 : Vie quotidienne
15h00 : Après-midi gourmand - 3ème Bellay
16h00 : Goûter Gourmand
17h00 : Lecture / Temps de parole

PLANNING ABBAYE

Unité PHV :

10h30 : Préparation de la table d'hôte - Rotonde du 3ème castel

12h00 : Dégustation table d'hôte - Rotonde du 3ème castel

14h00 : Temps libre, temps d'individuel

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

Vendredi 3 mai

10h00 : Pliage des serviettes - Espace bar

10h00 : Bonjour chez vous

10h15 : Atelier Informatique « téléphone portable » - 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 : Exercices corporels - Salle bien-être

14h30 : Brin de causette avec Emeline - Salon du Parc

15h30 : Atelier peinture avec Anne - Salle peinture

16h45 : Revue de presse, Esp. 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

15h00 : Préparation de gourmandises

16h00 : Bar des Amis

17h00 : Lecture de la revue « ça bouge »

Unité PHV :

10h30 : Jeux de sociétés

14h00 : Temps libre, temps d'individuel

16h30 : Atelier tricot - Rotonde 3ème Castel

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 27 Avril

11h00 : Réveil cérébral - Salle du parc

14h00 : Cinéma « La fille du Puisatier » - Salle du parc

17h00 : Jeux de questions - Cafétéria

Dimanche 28 Avril

11h00 : Revue de presse - Salle du parc

11h30 : Sortie à St Maur « Nouvelle an Cambodgien » - Résidence de l'Abbaye

15h00 : Documentaire : Chambord éternel - Salle du parc

15h00 : Casque virtuel - Cafétéria

17h00 : Grand loto - Cafétéria

Animation 3ème étage

11h30 : Sortie à St Maur « Nouvelle an Cambodgien »

17h00 : Grand loto - RDC

Lundi 29 Avril

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 accordéon - Cafétéria

Animation 3ème étage

10h15 : Entraînement de Boxe

11h00 : Jeux cognitif

15h00 : Heures savoureuses/ accordéon avec le multi accueil

Activités club

10h45 : Atelier main verte

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

Mardi 30 Avril

11h00 : Café philo - Salon du 1er étage

11h00 : Club motricité - Salle du parc

15h00 : Club culture - Cafétéria

15h30 : L'épicerie fine

17h00 : Loto - Cafétéria

Animation 3ème étage

10h30 : Gym détente

11h00 : Revue de presse

11h30 : Atelier cognitif

15h00 : Atelier beauté

Activités club

10h45 : Atelier pâtisserie intergénérationnel

PLANNING BDM

15h00 : Correspondance de l'être

16h00 : Collation entre amis

Mercredi 1er Mai

11h00 : Réveil cérébral - Salle du parc

15h00 : Tribune libre - Cafétéria

16h30 : Spectacle « Les année 60... » - Cafétéria

17h45 : Chorale - Salle du parc

Animation 3ème étage

11h00 : Atelier théâtre

15h00 : Activité à la carte

15h45 : Chansonâges 1 x par mois

Jeudi 2 Mai

10h30 : Avec le multi accueil - 3e étage

11h00 : Documentaire «Mystère des oiseaux géants » - Salle du parc

11h30 : L'épicerie fine

14h30 : Vente de lingerie et vêtement femme - Salle du parc

15h00 : Atelier jardinage - Cafétéria

17h00 : Jeux mystère - Cafétéria

Animation 3ème étage

10h30 : Gym détente

11h00 : Activité à la carte

11h30 : Atelier cognitif

15h00 : Activité à la carte

Activités club

14h30 : Séance snoezelen

Vendredi 3 Mai

11h00 : Écoute musicale - Salle du parc

12h00 : Sortie pique-nique au parc Dupeyroux

15h00 : Tir à l'arc avec les CE1 de l'école Notre Dame - Salle du parc

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 27 Avril

10h30 : Vie de quartier - Étages

15h30 : Conférence «Le facteur Cheval» avec Brigitte Prévot - Salle d'activités
Aurélie

17h00 : Jeux de société avec Bernard - Étages et espace bar

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

Dimanche 28 Avril

15h30 : Jeux à la carte avec l'association Ummanité - Espace bar Aurélie

17h00 : Jeux de société avec Bernard - Espace bar

3ème étage : 11h00 : Messe et apéritif

Lundi 29 Avril

10h30 : Vie de quartier - Étages

15h30 : Comité anti-gaspi - Salle d'activités

Françoise, Houria et personnels

17h00 : Chiffres et lettres - Bibliothèque

Françoise

3ème étage : 10h30 : Chiens visiteurs

Cindy

15h30 : Atelier bien-être

Monique

Mardi 30 Avril

15h30 : Sortie « Goûter aux jardins de Majorelle » (sous réserve) Pasa et Cindy

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

Françoise

3ème étage : 11h00 : Boutique et Point Guichet - RDC

15h30 : Sortie à définir

Mercredi 1er Mai *Fête du travail et du Muguet*

10h30 : Célébrations du 1er Mai à la TV

13h00 : Un brin de Bonheur offert à chaque Résident

15h30 : Spectacle de Eric Mile et Thierry Ganchou « Le Printemps de la Poésie » -
Salle de restaurant

Françoise

17h00 : Jeux de société - Espace bar

3ème étage : 11h00 : Cérémonies du 1er Mai à la TV As

15h30 : Spectacle de chansons - Salle de restaurant

PLANNING CITÉ VERTE

Jeudi 2 Mai

10h30 : Vie de quartier - Étages

10h30 : Atelier Gym-Yoga - Salle d'activités PHV

15h30 : Ciné-Club «Honoré de Marseille» - Salle d'activités Gwenaelle

17h00 : Jeux de société - Espace bar

3ème étage : 11h30 : Repas Barbecue avec Grillades - 3ème

15h30 : Atelier lecture Pasa

Vendredi 3 Mai

11h00 : Messe avec l'aumônerie - Salle d'activités Françoise et Gwenaelle

15h30 : Tournoi de Bowling inter-étages Gwenaelle

17h00 : Belote avec Bernard - Espace bar

3ème étage : 11h00 : Messe - RDC As

15h30 : Écoute musicale As

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 27 Avril

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

Dimanche 28 Avril

11h00 : Émission Religieuse - PASA
15h00 : Video Club « La Fille du Puisatier » - PASA
17h00 : Jeu Mystère - Restaurant

Activités du 1er étage

11h00 : Émission Religieuse
14h30 : Activité à la carte
17h15 : Quiz Sonore

Lundi 29 Avril

11h00 : Revue de Presse - Salon Patio
15h00 : Théâtre École Maillé - Restaurant
15h30 : Collation Partagée - Restaurant
17h00 : La Grande Roue - Restaurant

Activités du PASA

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

Activité du 1er étage

10h45 : Médiation Animale
14h30 : Écoute Musicale
17h15 : Jeux de Question

Mardi 30 Avril

10h40-12h00 : La Boutique de la Cristolienne - RDC
11h00 : Boxe & Réflexes - Salon Patio
15h00 : Atelier Peinture - Salon Patio
15h00 : Atelier Créatif - Restaurant
17h00 : Rapide Mots - Restaurant

Activités PASA

10h30 : Atelier danse adaptée
14h30 : Atelier peinture

Activités du 1er étage

10h30 : Boxe
10h30 : Atelier Peinture
14h30 : Écoute Musicale
17h15 : Petit Bac

PLANNING CRISTOLIENNE

Mercredi 1er Mai

11h00 : Bulle de Savoir - Salon Patio

16h00 : Dégustation de tarte à la rhubarbe - Restaurant

16h30 : Voyage autour de la chanson française avec Marjolaine - Restaurant

Activités du PASA

10h30 : Atelier chansons et illustrations

14h30 : Atelier bien être

Activité du 1er étage

11h00 : Gym Douce

16h00 : Spectacle avec collation gourmande - Restaurant RDC

Jeudi 2 Mai

11h00 : Loisirs & Détente - Salon Patio

15h00 : Yoga - Salon Patio

17h00 : Loto - Restaurant

Activités du PASA

10h30 : Médiation en pleine conscience

14h30 : Atelier tricot

Vendredi 3 Mai

11h00 : MESSE Père Jacques - PASA

16h00 : Moment Gourmand - Restaurant

16h30 : Ambiance Musicale avec Pierre - 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 TABANOÛ

Samedi 27 Avril

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

Dimanche 28 Avril

11h00 : Émission religieuse - RDC	Ida
15h00 : Loto - RDC	Ida
17h-18h : Jeux apéro - RDC	Abou et Aissata

Lundi 29 Avril

11h00 : Baccalauréat - RDC	Bénévole
11h00 : Écoute musicale - Tisanière A2	
15h00 : Chorale - RDC	Thierry
15h00 : Baccalauréat - Tisanière A2	
16h00 : Goûter gourmand - RDC	Ida
16h00 : Visite Flora et Isabelle - Logement	Abou et Aissata
17h-18h : Jeux apéro - RDC	Abou et Aissata

Mardi 30 Avril

11h00 : gym douce - RDC	Ida
11h00 : Pause café - Tisanière A2	
15h00 : Atelier Manuel - RDC	Isabelle
15h00 : Atelier Manuel - Tisanière A2	
17h-18h : Jeux apéro - RDC	Abou et Aissata

Mercredi 1 Mai

11h00 : Atelier mémoire - RDC	Isa
15h00 : Chantons ensembles - RDC	Isa
17h-18h : Jeux apéro - RDC	Abou et Aissata

Jeudi 2 Mai

11h00 : Atelier bien être - RDC	Ida
11h00 : Musicothérapie - Tisanière A2	Intervenante
15h00 : Quizz - RDC	Isa
15h00 : Initiation informatique - Logements	
17h-18h : Jeux apéro - RDC	Abou et Aissata

Vendredi 3 Mai

11h00 : Jardinage - RDC	Ida
15h00 : Atelier reminiscence - RDC	Ida
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

ATTITRES	T	DUALES	A	TENDE	E	AMERS	M
DEVETANT		AN		ETIERS		UT	
	V	E	N	D	E	T	T
AUTEURS	S	A	U	T	E	U	R
TE							
	E	T	NIL	L	I	N	AUGES
			RAPER				
DEPURES	E	P	E	R	D	U	S
RASER							
	B	R	A	S	E	NAT	S
							SIR
RA	A	R	TSAR	S	T	A	R
UIER			AL				
	R	I	E	L	GAI	A	G
							I
RETSINA	T	R	A	I	N	E	S

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