ça bouge !
18 octobre 2024
ça bouge !
N°1683

PETIT-DÉJEUNER AUTOMNAL AUX BORDS DE MARNE

ABCD
RÉSIDENCES - SERVICES POUR PERSONNES ÂGÉES
Abbaye - Ajad - Assap - Bords de Marne
Cité Verte - Cristolienne - Domicile & Services

Revue hebdomadaire des Résidences - Services ABCD

EDITO

Bonjour à toutes et à tous,

Un petit-déjeuner automnal a eu lieu à la Résidence des Bords de Marne.

Balades, visites de musées, délicieux repas ont rythmé le voyage en Vendée de Résidents de la Cité Verte. Une semaine à l'accueil de jour est synonyme de nombreuses activités.

Une journée à Provins a ravi des Résidents de la Cristolienne. Un repas crêpes a été organisé à l'Accueil de Jour.

Le loto du dimanche a suivi le thème des musiques des années 1980 à la Résidence Pierre Tabanou.

Des Résidents de l'Abbaye ont assisté à des matchs de basket-fauteuil pendant les Jeux Paralympiques. Des parties de bowling, sous le signe de la compétition, ont été organisées pour des Résidents de l'Unité PHV.

Un repas dansant chez Gégène a rappelé de bons souvenirs à des Résidents du Domaine de l'Abbaye.

Bonne semaine à tous,
Margaux MESLET
Responsable communication

Ça Bouge n°1683
19/10 > 25/10/2024

SOMMAIRE

L'ACTU DES RÉSIDENCES

- PETIT-DÉJEUNER AUTOMNAL AUX BORDS DE MARNE
- VOYAGE EN VENDÉE POUR DES RÉSIDENTS DE LA CITÉ VERTE
- JOURNÉE À PROVINS POUR DES RÉSIDENTS DE LA CRISTOLIENNE
- LOTO DES ANNÉES 1980 À PIERRE TABANOU
- DES RÉSIDENTS DE L'ABBAYE AUX JEUX PARALYMPIQUES
- REPAS DANSANT CHEZ GÉGÈNE POUR DES RÉSIDENTS DU DOMAINE DE L'ABBAYE
- BOWLING POUR LES RÉSIDENTS DE LA PHV DE L'ABBAYE
- UNE SEMAINE À L'ACCUEIL DE JOUR DE LA CITÉ VERTE
- REPAS CRÊPES À L'ACCUEIL DE JOUR DE LA CRISTOLIENNE
- BALADE DANS LE PARC DE VALENTON POUR L'ACCUEIL DE JOUR DE L'ABBAYE

ACTUALITÉS

- EUROPA CLIPPER : TOUT SAVOIR SUR LA SONDE PARTIE CHERCHER DES SIGNES DE VIE SUR UNE LUNE DE JUPITER
- JEUX : ANAGRAMMES
- PLANNING ACTIVITÉS

PETIT-DÉJEUNER AUTOMNAL

Qui dit nouvelle saison, dit nouvelle palette de couleurs et surtout de saveurs.
Eh oui, l'automne ne séduit pas que les écrivains et les poètes, qui ont si bien décrit les nuances et les émotions de cette saison aux multiples facettes.
Mardi 15 octobre, dès le matin, une odeur de café noisette parfumait la cafétéria. L'automne était bien là ! Ainsi que ses couleurs et surtout ses saveurs.
Couleurs vives et chaudes s'étalaient le long d'un joli buffet. Feuilles mortes, champignons et fruits de saison se mélangeaient aux délicieuses pâtisseries faites maison, cuisinées par des Résidents durant l'atelier culinaire de la veille.
Gâteaux aux noix et au miel, gâteaux aux pommes, compote maison…
Une véritable invitation pour nos papilles à savourer ces couleurs automnales.

L'équipe de la vie sociale des Bords de Marne

BORDS DE MARNE

VOYAGE EN VENDÉE

Les Résidents de la Cité Verte sont partis pendant cinq jours dans un hôtel CapFrance Rivière à Saint-Jean-de-Monts, en Vendée. Ils ont profité de la mer et d'activités pour découvrir la région. Nous avons visité plusieurs musées afin de découvrir la fabrication de la sardine, une maison d'antan et effectué une visite en bateau aux Sables-d'Olonne. Nous avons assisté à différents spectacles, de gospel et folkloriques. Ensuite, nous en avons profité pour savourer des crêpes et des glaces, ainsi qu'une soirée fruits de mer, et nous sommes allés dans des boutiques de souvenirs pour ramener une partie de là-bas à la Cité Verte. Les Résidents ont beaucoup apprécié le séjour. Ce voyage leur a permis de se détendre et de découvrir une autre région. Les Résidents auraient bien voulu rester plus longtemps, car ce voyage fut très agréable.

L'équipe de la vie sociale

CITÉ VERTE

JOURNÉE À PROVINS

Nous sommes partis de bonne heure pour rejoindre la ville haute de Provins ! Nous avons commencé cette journée par la visite de la collégiale Saint-Quiriace avec ses anecdotes historiques et ses jolis vitraux. Nous avons testé l'acoustique en chantant un peu. De nombreux concerts y sont donnés tout au long de l'année. Le gros socle en pierre avec la croix devant l'entrée a été rénové par l'entreprise de M. Daoust. Ils ont mis de l'inox pour l'armature à la place du fer, car la rouille risquait d'éclater la pierre.
Le Saviez-vous ? Cette couleur rose que nous distinguons sur les murs est fabriquée à partir de briques pilées avec de la chaux. Sur la façade, nous pouvons voir la plaque commémorative du passage de Jeanne d'Arc à Provins en 1429, lors de son retour de Reims avec le roi Charles VII. Nous avons ensuite déjeuné à «La Terrasse du Châtel», un restaurant à côté de l'ancienne maison de M. Daoust. Il nous a expliqué que ce restaurant était récent, car à l'époque, c'était une cour avec un jardin. Nous avons commencé par un apéro au champagne. Pour le plat, les pièces de bœuf et les andouillettes du pays étaient assez copieuses. Pas le temps de digérer, nous sommes partis pour le spectacle des aigles aux remparts de Provins ! Ce magnifique spectacle de rapaces avec des dresseurs en beaux costumes, parfois à cheval, nous a permis de découvrir la chouette, les aigles, les vautours et même le caracara, un drôle d'oiseau qui se déplace en courant. L'un des oiseaux a pris Mme Cousin pour un chinchilla lorsqu'il survolait au-dessus de nous, mais rassurez-vous, elle va bien ! Évidemment, nous avons pris une photo de groupe à la Porte de Jouy ! Nous avons appris, à côté de la Tour César, qu'au Moyen Âge c'était une prison, avant de devenir une tour de garde. Le dôme que l'on pouvait apercevoir était un point de mire des Allemands pendant la guerre. Après cette belle journée enrichissante, nous étions satisfaits d'avoir effectué ce bond dans le temps ! Nous remercions M. Daoust de nous avoir fait découvrir sa

ville. Merci à Carine, Esteban et Patricia de nous avoir accompagnés. M. Daoust : « *Et surtout, merci à ma fille et mon gendre, Valérie et Dominique, d'avoir guidé et organisé cette magnifique journée*. » Nous espérons pouvoir y retourner afin de compléter la visite avec les roseraies et la ville basse.

Les Résidents de l'Atelier Écriture de la Cristolienne

LOTO SUR LES ANNÉES 80

Un nouveau loto sur le thème des années 80 s'est déroulé au sein de la Résidence Tabanou. Chaque Résident devait prendre deux cartes sur lesquelles se trouvaient différents titres de chansons. Cela allait des «Lacs du Connemara» à «White and Black Blues» et bien d'autres encore. Il suffisait de donner le nom de la chanson, de vérifier que celle-ci se trouvait sur la carte et de placer un jeton. Le premier qui avait les deux cartes remplies était déclaré vainqueur. Une bonne participation de tout le monde, et certains se sont mis à fredonner les airs pour aider à découvrir les chansons. Un bon moment !

L'équipe de la vie sociale

PIERRE TABANOU

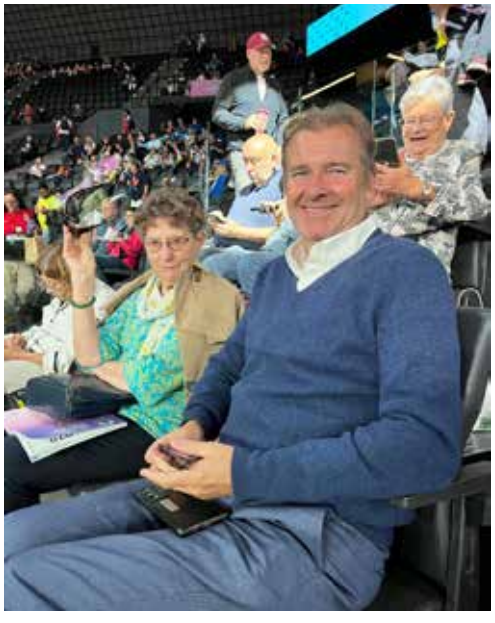
JEUX PARALYMPIQUES

Quand tout un stade de près de 20 000 personnes – c'était à l'Accor Arena Bercy – se met debout et chante la Marseillaise à pleine voix, on a beau s'en défendre, on en frissonne malgré soi… Certes, le Stade de France peut en accueillir plus de 90 000, mais croyez-le, 20 000 personnes, c'est déjà beaucoup. Et quand tout ce monde applaudit à tout rompre, acclamant son équipe, c'est très, très bruyant. Mesdames et messieurs, rangez vos appareils auditifs… C'était le 6 septembre, nous étions une quinzaine de personnes, venues de la Résidence de l'Abbaye à Saint-Maur-des-Fossés, conscientes de vivre là quelque chose d'exceptionnel: des tournois de basket fauteuil des Jeux Paralympiques. L'un opposait l'Espagne à la France, l'autre, un tournoi féminin, opposait les USA à la Chine. Dans ce sport, les personnes amputées ou paraplégiques sont sanglées dans des fauteuils de jeu spécifiques, aux roues inclinées pour faciliter les rotations et la stabilité. Ces fauteuils sont munis d'un pare-chocs avant pour protéger les jambes, et ils possèdent une ou deux roues anti-bascule arrière pour aider la stabilité, protéger les joueurs et augmenter leur capacité à attraper des ballons en hauteur et en arrière sans tomber. Ce qui ne les empêche pas, parfois, de basculer quand même. Mais toujours ils se rétablissent admirablement vite. Et c'est impressionnant. On dirait alors des culbutos. Vous les croyez massifs, lourds et peu mobiles ? Quelle agilité au contraire, quelle souplesse et quelle rapidité ! Les hommes bien sûr sont plus lourds, plus puissants, et les femmes plus légères. Vous les croyez ici ? Elles sont déjà là. Objectif : le panier, à 3,05 m de hauteur, la même que pour les géants de la NBA (National Basketball Association). Deux équipes de cinq joueurs s'affrontent pendant quatre périodes de dix minutes. L'équipe ayant marqué le plus grand nombre de points remporte le match. L'attribution des points étant restée un peu obscure à mon entendement assez peu sportif, je ne me lancerai pas à l'expliquer. L'important m'a paru être ailleurs : dans cette sorte d'enthousiasme

qui emporte, cette ferveur irrépressible soulevant brusquement les âmes les plus tranquilles à l'annonce des points et les poussant aux cris autant qu'aux applaudissements. C'est étonnant. C'est spectaculaire. C'est contagieux. Et l'on rit de soi-même, de ses propres réactions si spontanées. Bref, on y prend beaucoup de plaisir. N'oublions pas les temps morts. Il y en a, les équipes en ont besoin. Intervinrent alors des artistes de break dance, ce style de danse développé à New York dans les années 1970, caractérisé par des mouvements de corps saccadés, acrobatiques et des figures au sol. Au second temps mort, entra en scène une troupe de jeunes femmes en costume tricolore dansant le french cancan, qui se taillèrent un beau succès. Les drapeaux tricolores fleurissaient, mais le public comptait aussi beaucoup d'étrangers.
La France ne gagna aucun de ces tournois, mais, vraiment, la journée n'en fut pas moins belle pour nous tous, ni moins amusante. Elle fut enthousiasmante.

Mme Hartvig, Résidente du Domaine et membre de Citoyennage

ABBAYE



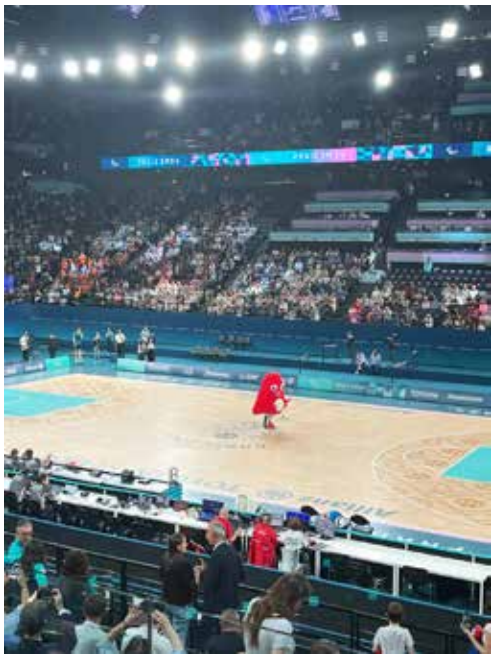
ABBAYE

TOYOTA
All
EDF

TOYOTA
All
EDF

TOYOTA
All
Panasonic
EDF

PARIS 2024



PARIS 2024
TOYOTA
All
EDF

REPAS DANSANT CHEZ GÉGÈNE

Pour clôturer la période estivale, nous avons opté pour un repas dansant chez Gégène.
En ce dimanche 29 septembre, frais mais néanmoins ensoleillé, nous nous sommes rendus dans cette guinguette mythique des bords de Marne à Joinville-le-Pont ! Ponpon !
Voici les impressions des uns et des autres au terme de ce beau moment:
« *Magnifique journée, aussi bien le repas que la danse, tout était super et le personnel très gentil.* »
« *J'ai trouvé très agréable l'accordéoniste qui passait entre les tables pendant l'apéritif.* »
« *Ça rajeunit, ça rappelle des souvenirs de jeunesse, l'ambiance est tellement agréable.* »
« *Ça m'a redonné envie de danser, c'était ma plus belle journée de l'année.* »
« *C'est une journée inoubliable.* »
« *Un mélange de nostalgie et de joie, un vrai bonheur.* »

Pour certains, ce furent des retrouvailles, avec la joie de retrouver sur place des connaissances du passé.
Tout le petit groupe a conclu par cette phrase : à refaire le plus rapidement possible.

Les habitants du Domaine, M. Alazard, Mme Berec, Mme Gillet, Mme Grolleau, Mme Bresson, en collaboration avec Corinne, vie sociale du Domaine.

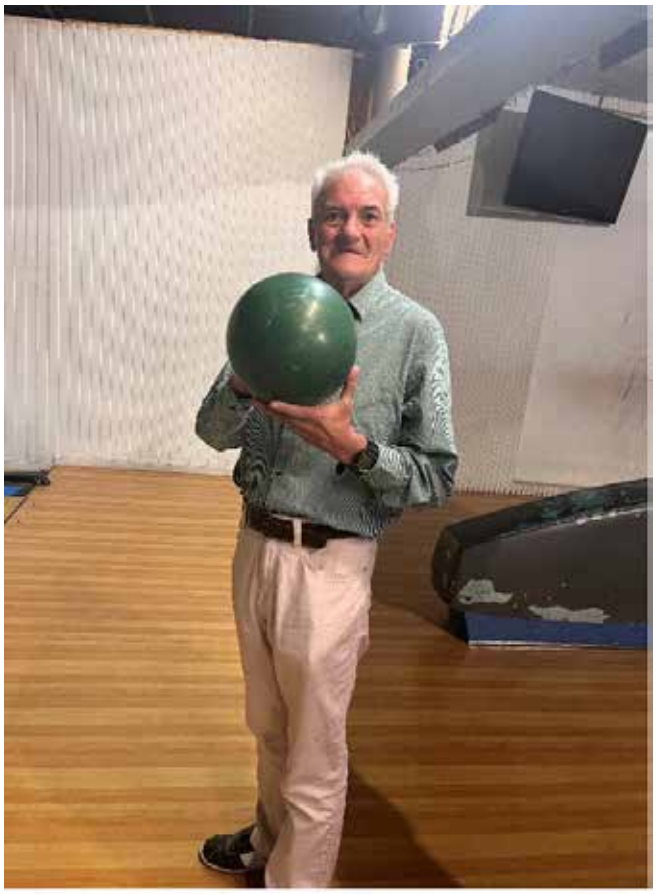
DOMAINE DE L'ABBAYE

BOWLING

Des Résidents ont pris plaisir à la compétition et se sont bien maintenus dans leur score pendant les parties de bowling. Un verre d'encouragement a été pris par la suite pour le réconfort.

L'équipe de l'Unité PHV

ABBAYE - PHV



UNE SEMAINE À L'ACCUEIL DE JOUR

Les bénéficiaires de l'Accueil de Jour de la Cité Verte préparent des décorations de Noël. Pendant le thé dansant, l'ambiance était au rendez-vous. Le repas à thème « crêpes » a régalé l'ensemble des bénéficiaires.

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

CITÉ VERTE - ADJ

REPAS CRÊPES

« *Mesdames, Messieurs, quel repas vous ferait plaisir, que l'on puisse préparer et déguster à l'Accueil de Jour ?*
Des crêpes, ah ouiiiii, bonne idée.
C'est d'accord, nous allons préparer ce repas de crêpes salées et sucrées. »

Au menu : crêpes salées au jambon, fromage râpé, champignons, œuf et salade, ou au saumon fumé, tartare, crème fraîche, œuf et salade.
Crêpes sucrées avec glace vanille et coulis de caramel.

Tout le monde s'est bien régalé ; nous avons passé un bon moment convivial, en écoutant de la musique bretonne.

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

BALADE DANS LE PARC DE VALENTON

Par un bel après-midi ensoleillé les bénéficiaires de l'Accueil de Jour de l'Abbaye ont apprécié une marche dans le Parc de Valenton, dans lequel cette vaste étendue ornée de plans d'eau leur a apporté beaucoup de bien -être.

Isabelle, équipe de l'Accueil de Jour de l'Abbaye

LES ENFANTS VENEZ NOMBREUX!!!
HALLOWEEW PARTY
LE 1ER NOVEMBRE | A 14H
RESIDENCE PIERRE TABANOU
DISTRIBUTION DES BONBONS À 14H
DEFILÉ EN MUSIQUE A 15H !

Nos smartphones nous espionnent-ils ? Un peu de vrai, un peu de fantasme… et beaucoup de technique

Nos smartphones donnent l'impression d'en savoir beaucoup trop sur nos préférences et parfois même sur le contenu de nos conversations. On vous démêle les fils en six questions pour mieux contrer leurs indiscrétions tout en battant en brèche certaines fausses idées.

Par Aymeric Renou et Damien Licata Caruso

Le 9 octobre 2024 à 06h05

Martine s'en souvient très bien. « Je parlais vacances avec une amie proche il y a quelques semaines des destinations de rêve qu'on aimerait un jour visiter, se rappelle cette responsable administrative de 48 ans. Le lendemain, mon téléphone n'arrêtait pas de me proposer des publicités pour des agences de voyages ou des destinations soleil. Trop curieux pour être honnête ! »

Nous avons quasiment tous vécu l'expérience troublante de cette conversation anodine qui devient, sans qu'on ne sache bien comment, publicité ciblée sur une application mobile ou un réseau social. Pure coïncidence ? De lourds soupçons d'espionnage pèsent sur nos smartphones et surtout sur les applications – notamment les réseaux sociaux – aux techniques intrusives complexes pour absorber nos intentions d'achat ou sujets de débats.

Il faut dire que nos appareils sont devenus, en quelques décennies, de véritables micro-ordinateurs multiconnectés aux réseaux mobiles et wi-fi, capables de communiquer via Bluetooth et NFC ou encore d'être repérés à quelques mètres près par satellite. Des bêtes de course technologiques qui nous rendent bien des services mais qui sont également les meilleurs témoins, et donc mouchards, de nos habitudes au quotidien.

1. « Mon smartphone m'écoute à mon insu »

↳ En partie faux

Balayons le fantasme numéro 1 : aucune étude n'a jamais pu démontrer que les smartphones pouvaient nous « écouter » en permanence... à notre insu. En revanche, sur commande, il le peut : dire « OK Google ! » ou « Hey Siri ! » suffit pour « réveiller » la fonction de reconnaissance vocale, ce qui signifie bien qu'il y a une écoute passive. Mais dans ce cas, l'utilisateur contrôle le moment où sa voix est ou n'est pas enregistrée.

Ces conversations enregistrées remontent ensuite vers des serveurs où elles sont retranscrites sous la forme de textes plus léger à stocker. « Un tel système n'est pas exempt d'erreurs, signale toutefois la Commission nationale de l'informatique et des libertés (Cnil) dans son livre blanc sur les assistants vocaux. Dans certains cas, l'activation peut ne pas être détectée alors que le mot-clé a pourtant été prononcé (faux rejet) et dans d'autres, une activation peut être détectée alors que l'utilisateur n'a pas prononcé le mot-clé (fausse acceptation). » Mais, ces quelques bugs mis à part, il n'y a donc pas a priori de volonté d'écouter en permanence de la part de ces assistants vocaux.

> Nous donnons aussi l'accès à notre micro en téléchargeant des applis. Pourtant le RGPD (règlement général sur la protection des données) protège les consommateurs européens car il considère la voix comme une donnée

personnelle dont l'utilisation exige le consentement. D'ailleurs, de lourdes sanctions financières sont prévues pour les contrevenants un peu trop curieux. Mais on y fait souvent peu attention en validant d'un coup de pouce les interminables conditions d'utilisation. Si autoriser l'accès au micro s'entend pour une application de vidéoconférence, ça devient bien plus suspect pour celles de commerce en ligne ou de jeux qui le demandent au moment de leur installation. Et cette permission accordée peut cacher une volonté d'en savoir beaucoup trop.

2 « Les smartphones s'échangent des données entre eux »

↳ En partie vrai

Comme l'expliquent les experts de l'éditeur de logiciels de sécurité Kaspersky dans une note publiée il y a quelques jours, deux smartphones proches n'échangent pas l'un avec l'autre… sauf si vous les branchez sur le même réseau wi-fi, par exemple (exemple : si vous vous connectez à celui d'un ami lors d'une visite chez lui).

Considérant les deux appareils comme « proches » ou même parfois appartenant potentiellement au même utilisateur, les traqueurs publicitaires de l'un et de l'autre vont faire des rapprochements et échanger des données. Pas jusqu'à connaître vos moindres secrets mais en établissant un profil d'habitudes numériques : les sites et applications le plus souvent ouverts, les échanges les plus fréquents avec tel ou tel interlocuteur.

3. « Mes applications bavardent entre elles »

↳ Vrai

Candy Crush ou Instagram ne sont pas des passe-temps gratuits. L'adage « quand c'est gratuit, c'est vous le produit » s'applique bien à ces jeux mobiles et réseaux sociaux dont le modèle économique repose sur des échanges entre elles et de discrètes régies publicitaires spécialisées. Ces mini-logiciels échangent naturellement avec leurs éditeurs d'origine mais ils interagissent aussi entre elles dans une sorte de Far West numérique.

« Il est techniquement possible de créer des passerelles entre deux applications à condition qu'elles l'autorisent des deux côtés », éclaire Renaud Feil, président de Synacktiv, une société française spécialisée en sécurité offensive. « C'est plus restreint sur iPhone que sous Android mais tout est remonté vers des entreprises spécialisées dans les publicités en ligne qui peuvent faire la corrélation entre différents profils d'utilisateurs et pousser la bonne publicité », explique-t-il.

Ces échanges de données sont encore plus facilités entre applications appartenant aux mêmes géants, comme Facebook, Instagram et Whatsapp, toutes trois appartenant à Meta. L'enjeu ? Coller au plus près des parcours de recherche et des préférences de consommation afin d'augmenter les chances de l'utilisateur d'acheter les produits objets de publicité.

4. « Le mode avion coupe toutes mes communications »

↳ Faux

Non. Certaines ondes, comme les NFC (near field contact) continuent à être disponibles pour, par exemple, continuer à pouvoir valider votre ticket virtuel de métro ou faire un achat. En cas d'accident également, il est possible de contacter les secours via le 112, partout en Europe, même si votre opérateur ne couvre pas la zone dans laquelle vous vous trouvez. Votre smartphone basculera automatiquement vers celui d'un concurrent. La puce GPS de l'appareil continue, elle aussi, d'émettre votre position géographique.

5. « Derrière un VPN, mon smartphone est indétectable »

↳ Vrai

Un VPN, ou réseau privé virtuel, est un logiciel qui fait tampon entre votre appareil et Internet. Il masque votre adresse IP réelle (celle qui identifie la box ou l'antenne relais sur laquelle votre appareil est connecté) et en crée une, fictive, qui vous localise ailleurs. Vous voilà donc « intraçable ». Attention toutefois à utiliser des logiciels vérifiés et fiables. Certaines applications sont en effet des leurres qui, au contraire de protéger et d'anonymiser, vont aspirer toutes les données de navigation de l'appareil pour les revendre ensuite sur le Net.

6. « Mon smartphone est contrôlable à distance via des logiciels d'espionnage »

↳ C'est plus compliqué que ça

Les vrais mouchards, dont le plus tristement célèbre d'entre eux, le logiciel Pegasus de NSO, continuent d'espionner des appareils ciblés dont ils peuvent lire tous les contenus et activer le microphone ou la caméra à distance. Bonne nouvelle toutefois, « le marché de ces logiciels est toujours actif mais ils sont devenus tellement chers que c'est un terrain de jeu réservé à des États peu démocratiques sur des cibles très limitées », estime Renaud Feil, de Synactiv.

Google pousse à mettre à jour régulièrement les appareils pour s'en protéger. Apple assure de son côté que les mises à jour de sécurité régulière empêchent le logiciel espion de s'infiltrer. Jusqu'à ce que Pegasus trouve une nouvelle brèche.

Europa Clipper : Tout savoir sur la sonde partie chercher des signes de vie sur une lune de Jupiter

Vers l'infini et au-delà. La sonde Europa Clipper de la Nasa a décollé lundi des Etats-Unis en direction d'une lune de Jupiter. L'objectif de la mission spatiale : découvrir si l'astre réunit les ingrédients qui lui permettraient d'abriter de la vie dans un océan d'eau liquide. Vous n'avez rien suivi à cet envoi exceptionnel ? On fait le point.

De quoi on parle ?

La sonde Europa Clipper est la plus grosse jamais conçue par la Nasa pour l'exploration interplanétaire : 30 mètres de large une fois ses immenses panneaux solaires étendus. Ceux-ci ont été conçus pour capter la faible lumière parvenant jusqu'à Jupiter. La sonde atteindra Europe, l'une des nombreuses lunes de Jupiter, en avril 2030.

En cinq ans et demi de voyage pour atteindre Jupiter, la sonde parcourra 2,9 milliards de kilomètres. A partir de son arrivée, la mission principale durera quatre ans. Europa Clipper effectuera 49 survols proches au-dessus d'Europe, jusqu'à 25 kilomètres de la surface.

Elle sera alors soumise à d'intenses radiations - l'équivalent de plusieurs millions de radio du thorax à chaque passage. Quelque 4.000 personnes ont travaillé depuis environ une décennie sur la mission, dont le coût est de 5,2 milliards de dollars.

Pourquoi avoir choisi Europe ?

Les premières images rapprochées d'Europe, dont on connaît l'existence depuis 1610, ont été réalisées par les mythiques sondes Voyager en 1979, qui ont révélé les mystérieuses lignes rougeâtres striant sa surface. Elle a ensuite été survolée par la sonde Galileo dans les années 1990, qui a confirmé la présence très probable d'un océan.

Il s'agit d'un monde que l'agence spatiale américaine n'a encore jamais observé de façon aussi détaillée : sous sa surface glacée se trouve un océan d'eau liquide, pensent les scientifiques. « Europe est l'un des endroits les plus prometteurs pour chercher de la vie au-delà de la Terre », a souligné lors d'une conférence de presse Gina DiBraccio, responsable à la Nasa.

Comment se dérouleront les recherches ?

La mission ne cherchera pas directement des signes de vie mais répondra à la question de l'habitabilité : Europe contient-elle les ingrédients qui permettraient à la vie d'y être présente ? Si c'est le cas, alors une autre mission devra s'y rendre pour tenter de la détecter. « C'est l'occasion pour nous d'explorer non pas un monde qui a pu être habitable il y a des milliards d'années », comme Mars, « mais un monde qui pourrait être habitable aujourd'hui, en ce moment même », s'est enthousiasmé Curt Niebur, responsable scientifique pour la mission.

Europa Clipper emporte de nombreux instruments ultrasophistiqués -- caméras, spectrographe, radar, magnétomètre… La mission doit permettre de déterminer la structure et la composition de sa surface glacée, la profondeur et même la salinité de son océan, ainsi que la façon dont les deux interagissent - pour savoir par exemple si l'eau remonte à la surface par endroits. Le tout afin de comprendre si les trois ingrédients nécessaires à la vie sont bien présents : l'eau, l'énergie et certains composés chimiques. A priori, si elle existe, la vie se trouverait dans l'océan sous la forme de bactéries primitives, a expliqué Bonnie Buratti, responsable scientifique adjointe de la mission. Mais trop profondément pour qu'Europa Clipper puisse la voir.

Pourquoi c'est important ?

Si notre système solaire se révèle abriter deux mondes habitables (Europe et la Terre), « pensez à ce que cela signifie lorsque vous étendez ce résultat aux milliards d'autres systèmes solaires de cette galaxie », a lancé Curt Niebur.

« Même en mettant de côté la question de savoir s'il y a de la vie sur Europe, la seule question de l'habitabilité ouvre un nouveau paradigme pour la recherche de vie dans la galaxie », a-t-il ajouté. Et si Europe n'était finalement pas habitable ? « Cela ouvrirait également la voie à toute une série de questions : pourquoi avons-nous pensé cela et pourquoi ce n'est pas là ? », a indiqué Nikki Fox, administratrice associée à la Nasa. Avec un poil de déception en plus, on peut l'avouer.

Source : 20minutes

ANAGRAMMES

CON–
VERSAI
FUMERIES
ELIME
EPIANT
SOUS–
GARDE
VE
GATER
CES
REVERNI
VALU
DAC
VERTE
PAREO
TIF
GEAI
ASE
I.R.M.
EST
GRAVEES
OH
GEMIT
ENSUITE

PLANNING ABBAYE

Samedi 19 octobre
10h à 11h45 : Les résidents vous accueillent à La Boutique - Allée Commerçante
15h00 : Lecture de la revue « ça bouge » - Petit restaurant
15h30 : Ciné-club « Marie Jo et ses deux amours » - Théâtre
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
16h00 *: * Intervention des clowns - Rotonde du 3ème castel**
14h00 : Temps libre, temps d'individuel
20h00 : Temps de détente autour d'une tisane - Rotonde

Dimanche 20 octobre
10h30 : Réunion de l'association - Café littéraire
15h00 : Atelier casque virtuel - Café littéraire
16h30 : Spectacle musiques et chants par le Trio JOHEAD - 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 »
10h45 : La Messe à la télé - Petit salon 3ème castel
14h00 : Réunion des Résidents
20h00 : Temps de détente autour d'une tisane - Rotonde

Lundi 21 octobre
10h00 : Bonjour chez vous
15h00 : Vidéo « Le chêne et ses habitants » - Théâtre

17h00 : Bingo - Espace bar
17h00 : Chorale de l'Abbaye - Salle bien-être
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 :
10h00 : Bonjour chez vous
10h30 : Atelier théâtre
14h00 : Temps libre, temps individuel
15h00 : Atelier contes
20h00 : Temps de détente autour d'une tisane - Rotonde

Mardi 22 octobre
10h00 : Bonjour chez vous
11h00 : Atelier Happy Jardinet - Terrasse
15h00 : Atelier créatif des petites mains - Grand restaurant
15h30 : L'heure musicale « Le Ballet national de Vienne danse Gustav Mahler » - Théâtre
17h00 : Café philo « La bêtise : une nécessité ou un fléau ? » - Espace bar
17h00 : Club mémoire avec Monique Bouchot - Café littéraire
3ème Bellay
11h00 : En route pour le pressing
14h30 : Atelier Carré Musical
15h30 : Heure musicale - Théâtre
17h00 : Jeu interactif
4ème Bellay
10h30 : Danse
11h30 : Vie quotidienne
15h00 : Atelier pâtisserie
16h30 : Poésies et Fables
17h00 : Lecture / Temps de parole
Unité PHV :
10h00 : Pliage des serviettes - Espace bar
10h30 : Soins esthétique
13h30 : Départ à « House of dreamers » à Paris

PLANNING ABBAYE

14h30 : Point Guichet
20h00 : Temps de détente autour d'une tisane - Rotonde

Mercredi 23 octobre
10h à 11h45 : Les résidents vous accueillent à La Boutique - Allée Commerçante
10h00 : Bonjour chez vous
14h00 : Sortie exposition « Silex and the city » au musée de l'Homme - Accueil
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
10h30 : Atelier de Musicothérapie avec Jeanne
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
10h à 11h45 : Les résidents vous accueillent à la boutique - Allée commerçante
14h30 : Musicothérapie - 3ème castel
20h00 : Temps de détente autour d'une tisane - Rotonde

Jeudi 24 octobre
14h00 : Sortie Faites vos courses - Accueil
14h30 : Tir à l'arc - Salle Castel
16h00 : Après-midi gourmand variétés françaises en compagnie d'Imbirika - 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
11h30 : Vie quotidienne
15h00 : Après-midi gourmand - 3ème Bellay
16h00 : Goûter Gourmand
17h00 : Lecture / Temps de parole

PLANNING ABBAYE

Unité PHV :
10h30 : Atelier travaux manuels - Rotonde 3ème Castel
14h00 : Temps libre, temps individuel
20h00 : Temps de détente autour d'une tisane - Rotonde

Vendredi 25 octobre
10h00 : Bonjour chez vous
10h15 : Atelier Informatique « téléphone portable » - Salon de la Marne.
10h30 : Atelier peinture avec Anne - Salle peinture
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
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 : Atelier Quizz musical - Rotonde du 3ème Castel
14h00 : Temps libre, temps individuel
16h30 : Atelier tricot - Rotonde du 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 19 Octobre
11h00 : Réveil cérébral - Salle du parc
14h00 : Cinéma «20000 lieues sous les mers » - Cafétéria
17h00 : Jeux de questions - Cafétéria

Dimanche 20 Octobre
11h00 : Jeux apéritif - Cafétéria
15h00 : Club évasion - Cafétéria
17h00 : Grand loto musical - Cafétéria
Animation 3ème étage
11h00 : Activité à la carte
17h00 : Grand loto musical - RDC

Lundi 21 Octobre
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 22 Octobre
11h00 : Réveil cérébral - Salle du parc
14h30 : Atelier peinture - Accueil de jour du 3ème
15h00 : Club culture - Cafétéria
17h00 : Loto - 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 23 Octobre
11h00 : Gestion Soleil au Cœur - Bureau fougère
11h00 : Tai-chi - Salle du parc
15h00 : Tribune libre - Cafétéria
17h00 : Jeux de questions - Cafétéria
17h30 : Chorale - Salle du parc
Animation 3ème étage
11h00 : Atelier théâtre
15h00 : Activité à la carte
Activités club
10h30 : Espace détente
12h00 : Repas entre amis
15h00 : Jouer avec les mots

Jeudi 24 Octobre
11h00 : Documentaire - Salle du parc
11h30 : L'épicerie fine
15h00 : Atelier jardinage - Cafétéria
17h00 : Jeux mystère - Cafétéria
Animation 3ème étage
15h00 : Activité à la carte
Activités club
14h30 : Séance snoezelen

Vendredi 25 Octobre
11h00 : Écoute musicale - Salle du parc
14h45 : Tir à l'arc - Salle du parc
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 19 Octobre
10h30 : Vie de quartier aux étages
15h30 : Conférence «Les inventions qui ont changé notre vie» avec Philippe Prévot
- Salle d'activités Aurélie
17h00 : Jeux de société avec Bernard - Bibliothèque
3ème étage : 11h00 : Vie quotidienne Emilie
15h30 : Chansons avec Sylvain Emilie

Dimanche 20 Octobre
10h30 : Messe à la télévision sur France 2
15h30 : Après-midi « Brioche et chocolat chaud» - Espace bar Gwen
17h00 : Jeux de société avec Bernard - Espace bar
3ème étage : 11h00 : Messe et apéritif
15h30 : Après-midi « Brioche et chocolat chaud» Emilie

Lundi 21 octobre
10H30 : Atelier peinture avec Gildas - Salle d'activités
15h30 : Atelier peinture avec Gildas - Salle d'activités
17h00 : Chiffres et lettres - Bibliothèque Françoise
3ème étage : 11h00 : Lecture de la revue ça Bouge Emilie
15h30 : Atelier réminiscence Emilie

Mardi 22 octobre
10h30 : Boutique et point guichet Françoise, Sylviane et Geneviève
14h30 : Tir à l'arc avec Marion - Salle d'activités
15h30 : Atelier gym douce avec Marion - Salle d'activités
17h00 : Comité animation - Bibliothèque Françoise et Gwenanelle
3ème étage : 11h00 : Gym douce Emilie
15h30 : Jeu d'adresse Emilie

Mercredi 23 Octobre
10h30 : Sortie (achats bonbons d'Halloween) Gwenaelle
15h30 : Thé chantant avec J.P Talmont Françoise
17h00 : Scrabble - Bibliothèque Gwenaelle
3ème étage : 11h00 : Vie quotidienne Resto
15h30 Thé chantant avec J.P Talmont - RDC

PLANNING CITÉ VERTE

Jeudi 24 Octobre

10h30 : Vie de quartier - Étages
15h30 : Ciné-club «L'Islande» avec Me F. Hasard - Salle d'activités Françoise
3ème étage : 10h30 : Atelier créatif Emilie
15h15 : Loto musical Pasa et Emilie

Vendredi 25 Octobre

10h30 : Vie de quartier - Étages
15h30 : Atelier créatif "Halloween" - Espace bar Gwenaelle
17h00 : Jeux de société avec Bernard - Bibliothèque
3ème étage : 11h00 : Atelier bien-être Emilie
15h30 : Atelier créatif "Halloween" Emilie

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 19 Octobre
11h00 : Revue de Presse - Salon Patio
15h00 : Jeux de Mémoire - Restaurant
17h00 : Le Quiz - Restaurant

Dimanche 20 Octobre
11h00 : Détente Musicale - PASA
15h00 : Video Club « Le Magnifique » - PASA
17h00 : Grand Bingo - Restaurant
Activités du 1er étage
11h00 : Émission Religieuse - Salle TV
14h30 : Écoute Musicale - Rotonde
17h15 : Quiz Sonore - Rotonde

Lundi 21 Octobre
11h00 : Gym Douce - Salon Patio
15h00 : Atelier Créatif - Salon du Patio
17h00 : La Grande Roue - Restaurant
Activités du PASA
10h30 : Autour de la Lecture
14h30 : Rythmes et Percussions

Mardi 22 Octobre
10h40-12h00 : La Boutique de la Cristolienne - RDC
11h00 : Boxe & Réflexes - Salon Patio
15h15 : Visite des Girafes - Restaurant
17h00 : Bingo - Restaurant
Activités du PASA
10h30 : Musicothérapie
14h30 : Atelier Peinture
Activités du 1er étage
10h30 : Boxe Salle TV
14h45 : Projection « O toi Ma Charmante » avec Marie-Claude - Salle TV
16h30 : Manucure avec Marie-Claude - Rotonde

Mercredi 23 Octobre
08h00 : Petit Déj Anglais - Restaurant
11h00 : Débat Philo - Salon Patio
15h00 : Jeux de Société - Restaurant
17h00 : Jeux de Lettres - Restaurant
Activités du PASA
11h00 : Danse Adaptée

14h30 : Activité Bien-être
Activités du 1er étage
11h00 : Gym Douce - Salle TV
14h30 : Documentaire - Salle TV
17h15 : Atelier Photo Mémoire - Rotonde

Jeudi 24 Octobre
11h00 : Atelier Écriture - Bibliothèque
15h00 : Yoga - Salon Patio
17h00 : Loto - Restaurant
Activités du PASA
10h30 : Méditer en pleine Conscience
14h30 : Carré Musical
Activités du 1er étage
11h00 : Contes et Chansons avec France - Salle TV
15h30 : Carré Musical - Rotonde
16h30 : Discussion « Les Couples Mythiques » avec Marie-Claude - Rotonde

Vendredi 25 Octobre
11h00 : Doc «Année sur Mars» - PASA
16h00 : Moment Gourmand - Restaurant
16h30 : Ambiance Musicale avec JEAN-PATRICK - Restaurant
Activités du 1er étage
16h00 : Après-Midi Gourmande et 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 19 Octobre

11h15 : Préparation de la soupe du soir - RDC	Isabelle
15h00 : Mot croisés - RDC	Isabelle
17h-18h : Jeux Apéro - RDC	Abou

Dimanche 20 Octobre

11h : Retranscription mission religieuse - RDC	Isabelle
15h00 : Loto - RDC	Isabelle
17h-18h : Jeux Apéro - RDC	Abou

Lundi 21 Octobre

11h00 : baccalauréat - RDC	Bénévole
15h00 : Chorale - Restaurant	Thierry
16h00 : Lundi Gourmand - Restaurant	Isabelle
16h-17h : Visite Flora - Logement	Isabelle

Mardi 22 Octobre

11h00 : Gym douce - RDC	Magdalena
11h00 : Pause café - Petit salon 2ème	Isabelle
15h00 : Atelier Manuel - RDC	Isabelle
16h-17h30 : Sortie Carrefour - RDV au RDC	Abou

Mercredi 23 Octobre

11h00 : Atelier mémoire - RDC	Isabelle
15h30 : Boxe - RDC	Isabelle
15h-17h : Ouverture de la boutique - Passerelle 2ème	
17h-18h : Jeux Apéro - RDC	Abou/Aïssata

Jeudi 24 Octobre

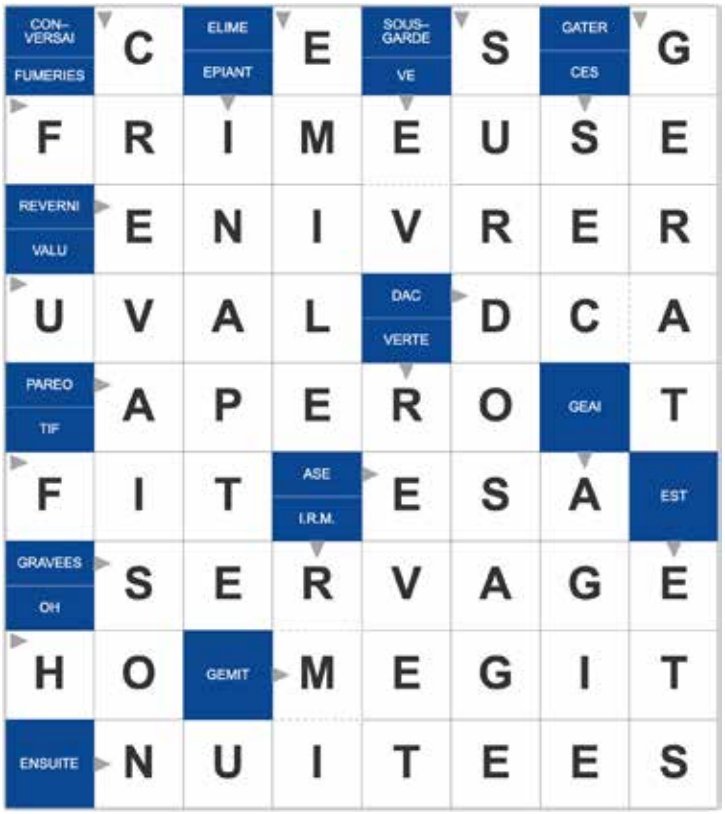
11h00 : Gym douce - Petit salon 2ème	Magdalena
16h30 : Conférence St Rémi de Provence - Salle de projection	Magdalena

Vendredi 25 Octobre

11h00 : Arrosage des plantes - Résidence	Magdalena
11h00 : Atelier Bien être - Sur inscription	Magdalena
À partir de 14h30 : Massage (- Sur inscription) - Salle bien-être	Masseuse
15h00 : jeux de Mots - RDC	Magdalena

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

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