

ça bouge !

01
novembre
2024

ça bouge !

N°1685

REPAS À LA GUINGUETTE DES MAQUEREAUX
POUR DES RÉSIDENTS DE LA CRISTOLIENNE



Bonjour à toutes et à tous,

Un déjeuner à la Guinguette des Maquereaux a ravi des Résidents de la Cristolienne.

Des bénéficiaires de l'Accueil de Jour se sont rendus au zoo de Thoiry et au bowling.

L'atelier mémoire de la Résidence Pierre Tabanou attire de plus en plus de Résidents.

Le projet Arbres et Oiseaux continue son avancée à la Résidence de l'Abbaye.

Des Résidents de la PHV ont passé une journée au Parc des Félines.

Un déjeuner au restaurant l'Écu de France a été organisé pour des Résidents des Bords de Marne.

À la résidence de la Cité Verte, le départ à la retraite d'Henri Salem, éducateur spécialisé de l'unité PHV, a été célébré en grande pompe.

Bonne semaine à tous,

Margaux MESLET
Responsable communication

L'ACTU DES RÉSIDENCES

- DÉJEUNER À LA GUINGUETTE DES MAQUEREAUX POUR DES RÉSIDENTS DE LA CRISTOLIENNE

- ATELIER MÉMOIRE AVEC LOLA À LA RÉSIDENCE PIERRE TABANOU

- PROJET ARBRES ET OISEAUX À LA RÉSIDENCE DE L'ABBAYE

- DÉJEUNER À L'ÉCU DE FRANCE POUR DES RÉSIDENTS DES BORDS DE MARNE

- POT DE DÉPART À LA RETRAITE D'HENRI SALEM, ÉDUCATEUR SPÉCIALISÉ DE L'UNITÉ PHV DE LA CITÉ VERTE

- JOURNÉE AU PARC DES FÉLINS POUR DES RÉSIDENTS DE LA PHV DE L'ABBAYE

- ZOO ET BOWLING POUR DES BÉNÉFICIAIRES DE L'ACCUEIL DE JOUR DE LA CRISTOLIENNE

- COMPTE-RENDU DU COMITÉ DES SORTIES D'HIVER DE L'ABBAYE

ACTUALITÉS

- BRETAGNE : CE PORTE-CONTENEURS GÉANT TRAVERSERÀ L'ATLANTIQUE À LA VOILE

- JEUX : SUDOKU

- PLANNING ACTIVITÉS

LA CRISTOLIENNE

LA GUINGUETTE DES MAQUEREAUX

Le dimanche, quoi de mieux qu'un restaurant au bord de l'eau ? Nous sommes allés à la Guinguette des Maquereaux à Nogent-sur-Marne avant sa fermeture hivernale. Nous avons profité de l'accueil et de l'environnement chaleureux en commençant par un petit kir cassis ou pêche.

Au menu, les huîtres et les moules-frites ont eu du succès ! Mais le véritable coup de cœur a été le saumon gravlax, qui était si tendre. Après quelques fous rires, nous avons commandé le dessert. La majorité a opté pour le brownie maison, onctueux mais très copieux. D'autres se sont laissés tenter par des glaces artisanales à la cacahuète. Puis, autour du café, nous nous sommes dit que nous reviendrions l'année prochaine pour avoir une table au bord de l'eau avec le soleil !

Des Résidents de la Cristolienne



LA CRISTOLIENNE



PIERRE TABANOU

ATELIER MÉMOIRE AVEC LOLA

Des Résidents se sont réunis autour de la cheminée pour l'atelier mémoire.

Au fur et à mesure, nous ne pouvons même plus circuler tellement l'ambiance est bonne ! Deux nouvelles personnes se sont jointes à nous. Nous souhaitons la bienvenue à Mme Irma et Mme Gotefroid, qui disent apprécier la résidence. Après les nombreuses questions de l'animatrice, l'atelier a dévié vers le vin et les alcools en général... Un moment qui donne envie d'un apéro !

L'équipe de la vie sociale



ABBAYE

PROJET ARBRES ET OISEAUX

Le projet concernant les arbres et les oiseaux suit son cours ! Il y a quelques jours, entre deux averses, Véronique nous a rendu visite pour avancer sur la signalétique des arbres environnants et la sensibilisation aux oiseaux vivant tout autour de nous.

Cette séance s'est déroulée en trois étapes :

- une première promenade dehors, afin d'observer et d'identifier les arbres dignes d'intérêt que nous marquerons ;
- l'installation d'une potence et d'une mangeoire, ainsi que la mise en place de stickers anticollision sur les vitres du grand restaurant ;
- enfin, le visionnage d'un documentaire explicatif à propos des oiseaux observés fréquemment dans nos jardins et campagnes.

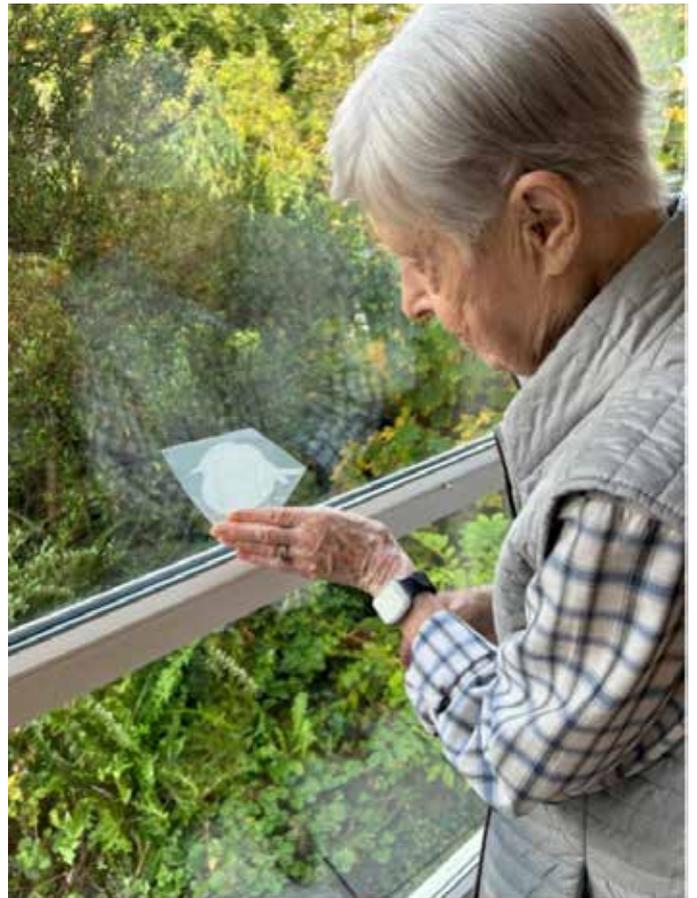
Pour rappel, la résidence est devenue un refuge certifié par la LPO, ce qui nous engage à plusieurs actions en faveur de la biodiversité. Pour le moment, ne vous étonnez pas de trouver les contenants de la potence vides : il fait encore trop chaud – n'est-ce pas ? – pour nourrir les oiseaux. Des graines y seront déposées à la fin du mois, en fonction de la météo. Après cette date, nous en appellerons ainsi à votre vigilance ! N'hésitez pas à solliciter l'équipe d'animation si vous observez de l'eau croupie ou un manque de nourriture.

Rendez-vous jeudi 7 novembre pour la suite du projet. Au programme: calligraphie, peinture et créativité pour illustrer les pupitres qui seront disséminés et plantés côté parc.

Ce nouvel atelier requiert cependant une certaine assiduité ; merci à Mme Bony, Mme Planchais, M. Galopier et Mme Charreau pour leur participation ! Tous les résidents sont invités à nous rejoindre s'ils sont intéressés.

Véronique, bénévole, et Flora, équipe de la vie sociale

ABBAYE



ABBAYE



BORDS DE MARNE

DÉJEUNER À L'ÉCU DE FRANCE

Les Résidents de la Résidence des Bords de Marne ont été déjeuner dans un lieu rempli d'histoire : l'Écu de France fait partie de ces maisons qui appartiennent pleinement au lieu et à son histoire. Cet établissement a été bâti en 1717. Comme les voyageurs d'antan cherchant le repos sur leur longue route, profitez de notre restaurant situé en bord de Marne pour passer un moment calme et agréable dans un écrin de verdure protégé.

Bucolique et envoûtant, le Val-de-Marne est le témoin d'une histoire riche. Au début du siècle dernier, de nombreux artistes quittaient leurs ateliers pour poser leur chevalet en pleine nature, au bord de l'eau, révolutionnant ainsi la peinture. Tout comme les autres Parisiens, ils cherchaient également à échapper à la taxe qui frappait les alcools à leur entrée dans la capitale et dont ils étaient exemptés en banlieue. Autant de raisons qui expliquent le succès des bords de Marne et de son esprit guinguette.

Ancien relais de poste entouré de verdure, l'Écu de France est avant tout issu d'une longue tradition familiale remontant à 1920. Cette institution est en effet gérée par la famille Brousse depuis quatre générations. Depuis près d'un siècle, les propriétaires ont toujours cherché à se renouveler tout en gardant les traditions d'accueil qui ont fait la réputation de l'Écu de France. Acteurs de la gastronomie française, la famille Brousse a contribué, dans les années 50, à la création du fameux guide "Traditions et Qualité", plus couramment appelé aujourd'hui "Les Grandes Tables du Monde".

L'Écu de France recevait d'ailleurs, pendant les années folles, les acteurs qui tournaient dans les studios de Saint-Maurice. L'établissement a notamment participé à la réalisation de nombreux films comme "La

BORDS DE MARNE

Fleur de l'âge", réalisé par Nick Quinn, avec Pierre Ardit et Jean-Pierre Marielle.

Depuis 1930, de nombreuses personnalités telles que Mistinguett, Jean Cocteau (La Belle et la Bête), Henri Verneuil (Le Président), le duc de Windsor, le Shah d'Iran, Jean Gabin, Jean-Paul Belmondo, Ursula Andress, Brigitte Bardot, Johnny Hallyday, Bernard Tapie et Christophe Lambert sont venues profiter de la quiétude de notre établissement.

Relu et corrigé par M. Potin et Mme Dorliac.



CITÉ VERTE

POT DE DÉPART À LA RETRAITE D'HENRI SALEM, ÉDUCATEUR SPÉCIALISÉ DE L'UNITÉ PHV DE LA CITÉ VERTE

Après 17 ans de loyaux services à la Résidence de la Cité Verte, Henri Salem a eu le plaisir de fêter son départ à la retraite, entouré des résidents de la PHV, de collègues, de partenaires et de familles qui ont jalonné son parcours durant ces nombreuses années. Nous saluons le travail remarquable qu'Henri a accompli en ouvrant l'unité des Personnes Handicapées Vieillissantes au sein de la résidence, une première en France qui avait pour ambition de mêler des publics aux parcours de vie différents. Si quelques mots devaient résumer sa vision du vivre-ensemble, ce seraient sûrement « tolérance », « solidarité » et « créativité »... un bon cocktail qui a apporté beaucoup de joie, de projets originaux et d'humanité à la résidence.

MERCI Henri pour toutes ces belles années, tu as ouvert une voie que nous aurons à cœur de poursuivre.

La PHV et tous tes collègues réunis



CITÉ VERTE



CITÉ VERTE



ABBAYE - PHV

JOURNÉE AU PARC DES FÉLINS

Les Résidents de la PHV de l'Abbaye se sont rendus au cœur de la Seine-et-Marne pour faire le Lumigny Safari au Parc des Félines. Réserve unique au monde, c'est un havre de paix pour 160 félins vivant en liberté dans un site naturel de 71 hectares.

Une grande première pour M. HOUDE et M. CHALON, qui ont beaucoup apprécié cette sortie et ont pris plaisir à découvrir les jaguars, guépards et les félins emblématiques tels que les tigres et les lions blancs.

Mme BOZEC, Mme PINJON, Mme GOIN ainsi que Mme PERAULT étaient très contentes de la journée passée au parc. Elles ont témoigné être « contentes d'avoir vu les tigres, les panthères, les guépards, les jaguars, les chats sauvages, les lynx ainsi que les pumas et autres animaux de la réserve... »

Les résidents se sont détendus à bord du train « Le Trans "Félines" », qui les a amenés au plus près des animaux via un circuit de 30 minutes commenté.

M. SARADA a été ravi de cette sortie. Ayant travaillé dans la photographie et étant un grand fan de celle-ci, il souhaite y retourner une prochaine fois avec un appareil professionnel afin de faire encore plus de photos. Il a pris beaucoup de plaisir à admirer les différents animaux du parc comme les lions, les guépards et les lémuriens, qui étaient en liberté dans le parc.

Tout comme les autres résidents, M. GALOPIER a également beaucoup apprécié la sortie. Grand admirateur des chats, il était ravi de voir surtout les chats sauvages et les bébés guépards. M. GALOPIER est un grand fan des félins.

À la fin de la visite du parc, les résidents se sont arrêtés à la boutique de souvenirs pour faire quelques achats en guise de souvenirs de cette

ABBAYE - PHV

superbe sortie !

Et pour clôturer cette belle journée ensoleillée, nous nous sommes rendus chez le petit cousin de Mme PERAULT, qui nous a chaleureusement accueillis chez lui avec un bon petit goûter.

Les résidents étaient tous très contents d'avoir pu voir M. VEZIE, et pour certains, d'avoir fait sa connaissance. Les résidents et les professionnels le remercient encore !

Tous les résidents de la PHV souhaitent y retourner l'année prochaine, car en 2025 le parc va intégrer les ours polaires.

L'équipe PHV



ABBAYE - PHV



LA CRISTOLIENNE-ADJ

ZOO ET BOWLING

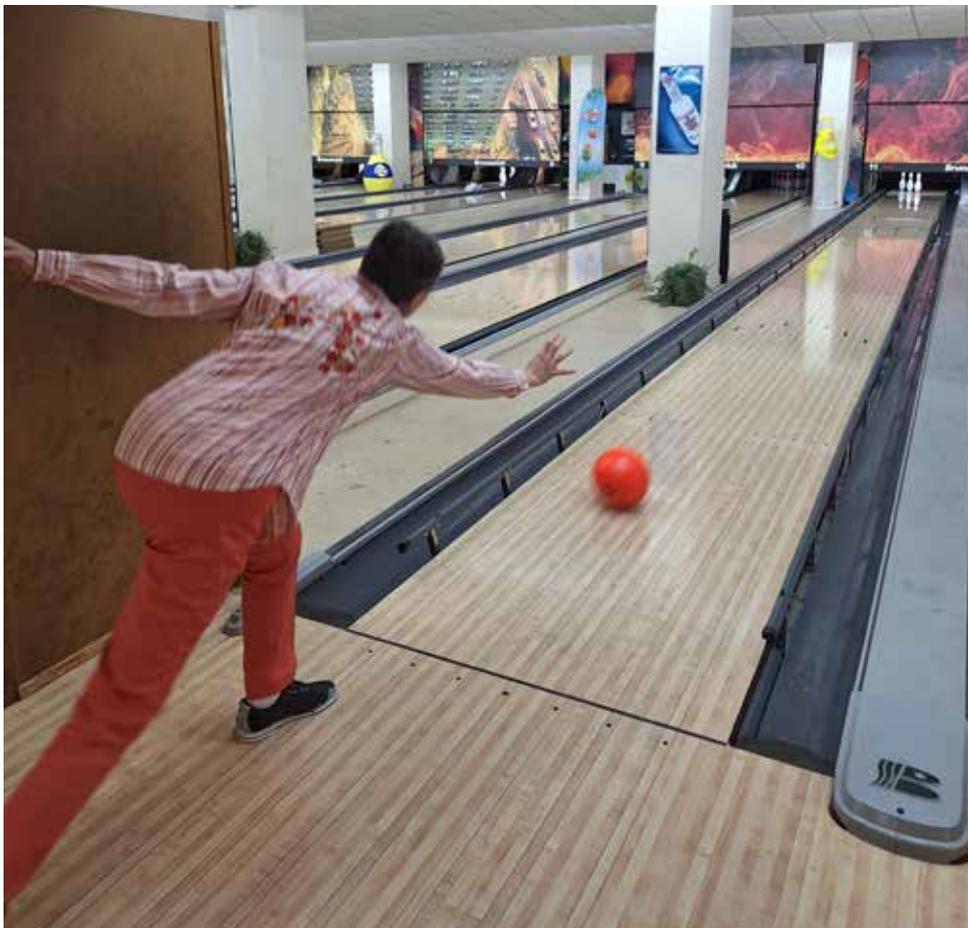
Une sortie au zoo de Thoiry a été organisée. C'est toujours un plaisir d'aller voir les animaux ; on les observe tout au long de la promenade, et c'est un vrai régal.

Durant un après-midi au bowling, les bénéficiaires ont pris plaisir à réaliser des « strikes ». On a pu apprécier les bonnes postures des gagnants. Encore une fois, nous avons passé de bons moments pendant ces belles activités pour les bénéficiaires.

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



LA CRISTOLIENNE-ADJ



ABBAYE - INFOS

COMPTE RENDU DU COMITÉ DES SORTIES - HIVER

Date : samedi 12 octobre 2024 à 16h30

Lieu : Grand restaurant

Animaient la séance : Flora SIGURET & Gaelle BORDENAVE

Présents : 29 Résidents & 5 locataires

Tout d'abord, nous avons brièvement refait un point sur les modalités et le déroulement des sorties. Depuis 2023, cinq sorties par mois sont proposées au minimum. Les résidents peuvent s'inscrire à deux sorties par mois maximum, après quoi ils seront inscrits sur la liste d'attente afin de laisser la place à tous. Les inscriptions se font à partir du 2 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 de bénéficier de conditions tarifaires préférentielles pour les sorties payantes. À savoir, les adhérents de l'association profitent 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 : deux places pour fauteuils sont disponibles dans le minibus, et c'est également le nombre de professionnels qu'il est possible de détacher du terrain comme conducteur/accompagnateur lors d'une sortie. De plus, la France accuse un certain retard sur ses moyens d'accessibilité pour les personnes à mobilité réduite ou en 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 conformes aux normes, mais se révèlent finalement inadaptés. Nous nous excusons pour la gêne occasionnée

ABBAYE - INFOS

et faisons tout notre possible pour éviter ces situations et ce validisme encore trop présent.

Dans un second temps, nous avons partagé les expériences et les retours sur les sorties estivales précédentes. Madame Klorek affirme que les jardins de Giverny étaient magnifiques, mais qu'il y a eu une longue attente lors de l'achat des billets. Madame Richard a beaucoup apprécié la musique et l'ambiance dans le village olympique organisé dans le parc de Saint-Maur. Enfin, Madame L. nous félicite pour l'organisation de l'ensemble des sorties.

RESTAURANTS

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

Gastronomie française	7
Crêperie	3
Antillais	3
Buffet à volonté (wok)	3
Bar à insectes	2
Italien	2
Indien	2
Portugais	1
Oriental	1
Japonais	1
Cambodgien	0
Vietnamien	0
Paradis du fruit	0

ABBAYE - INFOS

Les résidents ont suggéré un buffet chinois ainsi qu'un bar à insectes. Globalement, ils souhaiteraient que les restaurants de la ville soient privilégiés, ce qui sera fait dans la mesure du possible.

CINÉMA & FAITES VOS COURSES

À propos des sorties « cinéma » et « faites vos courses » : celles-ci ont lieu en alternance un mois sur deux. Nous nous rendrons à Créteil Soleil & l'UGC, et/ou à Pince-Vent à Chennevières.

SORTIES DIVERSES

Passages couverts parisiens	9
Paris by Night	8
Holiday on Ice	8
Opéra Garnier	5
Sea Life	4
Manufacture de la Porcelaine de Sèvres	4
Opéra Bastille	2
Aquarium Porte dorée	1
Aquarium de Paris	0
Cirque Phoenix	0
Festival du Cirque de Massy	0

CHÂTEAU & MUSÉES

Jacquemart André	9
Cité des sciences	7
Château de Vaux le Vicomte	7
Atelier des lumières	7
Observatoire de Paris	6
Fondation Louis Vuitton	5
Musée du Chocolat	5

ABBAYE - INFOS

Institut du monde arabe	5
Musée d'Orsay	5
Château de Champs sur Marne	4
Musée Rodin	4
Musée Fragonard (école vétérinaire de M-Alf)	4
Palais de l'Élysée	4
Cité de l'architecture	4
Musée de la Marine	4
Musée du Louvre	3
Musée de l'Immigration	3
Grande galerie de l'évolution	3
Musée de l'Orangerie	2
Château de Versailles	2
Musée des arts décoratifs	2
Cathédrale Notre Dame	2
Musée Carnavalet	1
Palais Galliera	1
Musée du Luxembourg	0
Fondation Cartier	0
Musée du Quai Branly	0
Philharmonie de Paris	0
Musée des Arts forains de Bercy	0
Palais Tokyo	0
Centre Pompidou	0

Vos propositions & suggestions :

M. Aberard est riche en propositions et suggère les châteaux de Sceaux (voté pour l'été) et de Vaux-le-Vicomte (7 voix). Il évoque l'Observatoire de Paris (6 voix) et le Palais de l'Élysée (4 voix).

ABBAYE - INFOS

Mme Le Pit est également intéressée par le Musée de la Marine (4 voix).

Mme Larou propose de visiter la cathédrale Notre-Dame, dès sa prochaine réouverture (2 voix).

Mme Klorek souhaiterait également rencontrer les autres Résidences ABCD, pourquoi pas lors des sorties. Nous nous organiserons pour mutualiser celles-ci avec les autres services Vie sociale de Créteil, l'Hay-les-Roses, Bonneuil et Sucy.

Nous étudierons vos propositions avec soin afin de garantir leur réalisation dans les meilleures conditions (facilité d'accès aux sites, possibilités d'accueil des 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. De nombreux échanges ont conduit à plusieurs suggestions et nous allons nous renseigner sur les possibilités d'organisation de chacune d'elles. L'ensemble des résidents présents remercie également l'ensemble du personnel pour leur engagement et participation aux sorties.

ACTUALITÉS

Bretagne : Ce porte-conteneurs géant traversera l'Atlantique à la voile

La société bretonne Grain de Sail projette de faire naviguer un voilier cargo de 110 m de long dans moins de trois ans

Leur premier navire faisait 24 mètres de long, et c'était déjà un exploit. C'était il y a quatre ans, et le Grain de Sail I embarquait jusqu'à 50 tonnes de marchandises dans ses cales pour traverser l'Atlantique chargé de café et de chocolat. Sa particularité ? Avancer à la seule force du vent. Quatre ans après la mise en service de son premier bébé, la société bretonne Grain de Sail s'est dotée d'un second bateau deux fois plus long capable de transporter 350 tonnes de matériel. Et ce n'est pas fini !

Mercredi, l'entreprise de transport décarboné a annoncé sa volonté de mettre au point un troisième navire. Dès 2027, Grain de Sail devrait présenter un incroyable voilier-cargo de 110 mètres de long capable d'embarquer 200 conteneurs de 20 pieds, soit 3.000 tonnes de marchandises. Une prouesse.

Le futur voilier de Grain de Sail sera uniquement propulsé à la voile et pourra traverser l'Atlantique en douze à treize jours.

Contrairement aux bateaux hybrides conservant un moteur thermique, les navires de Grain de Sail ont la particularité de n'avancer qu'à l'aide du vent, en dehors des manœuvres au port. « Ce navire devrait réduire l'empreinte carbone de plus de 90 %, avec des émissions entre un et deux grammes de CO2 par tonne transportée par kilomètre parcouru, soit dix à vingt fois moins que la flotte actuelle », assurent Olivier et Jacques Barreau, les frères à l'origine de l'aventure. « Avec Grain de Sail III, nous affichons clairement nos ambitions et confirmons notre leadership sur le segment du transport maritime fortement décarboné. Pour démocratiser le transport vélique, il faut changer d'échelle, et c'est

ACTUALITÉS

ce que nous nous apprêtons à faire avec un pur voilier porte-conteneurs », ajoute le président de la société fondée à Morlaix (Finistère).

Du vin, du chocolat, du cacao...

Ce futur navire qui embarquera dix marins servira comme les autres à acheminer du café et du chocolat depuis l'Amérique latine. Pour ne pas voyager à vide à l'aller, les voiliers sont chargés à chaque fois de produits français (et notamment du vin) à Saint-Malo, leur port d'attache, avant de les acheminer vers New York.

Pour la conception de leur nouveau voilier, Grain de Sail et la société L2Onaval travailleront avec les Chantiers de l'Atlantique de Saint-Nazaire. Le défi est notamment de mettre au point de très grandes voiles rigides capables d'être réduites et de naviguer par tous types de vent, qu'ils soient forts ou faibles. La traversée de l'Atlantique de ce géant devrait prendre entre douze et treize jours, soit à peine plus qu'un porte-conteneurs classique.



Source : 20minutes

JEUX

SUDOKU

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

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

PLANNING ABBAYE

Samedi 2 Novembre

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

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

16h30 : Spectacle de récital de Jazz avec Ariane - Grand restaurant

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 3 Novembre

15h30 : Grand jeu « Brainstorm » - 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 4 Novembre

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

15h00 : Vidéo « Un petit miracle » - Théâtre

PLANNING ABBAYE

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 :

10h00 : Bonjour chez vous

10h30 : Atelier Théâtre

15h00 : Atelier contes

Mardi 5 Novembre

10h00 : Bonjour chez vous

15h00 : Atelier créatif des petites mains - Grand restaurant

15h30 : L'heure musicale « Gala d'opéra Classic Open Air 2024 » - Théâtre

17h00 : Jeu de questions - Espace bar

17h00 : Club mémoire avec Monique Bouchot - Café littéraire

3ème Bellay

11h00 : En route pour le pressing

14h30 : Atelier « Bien-être » avec Iphana

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

14h00 : Réunion des professionnels

14h30 : Point Guichet

17h00 : Sophrologie - Salle Snoezelen

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

PLANNING ABBAYE

Mercredi 6 Novembre

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

10h00 : Bonjour chez vous

15h00 : Jeux de table - Espace bar

15h30 : Atelier Parole de chien - Salon de la Marne

16h45 : Loto - Espace bar

17h00 : Club mémoire avec Monique Bouchot - Café littéraire

17h30 : Contes et petits secrets de la nature - Espace sensoriel

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 7 Novembre

14h00 : Sortie Musée du Chocolat - Accueil

14h30 : Tir à l'arc - Salle Castel

16h00 : Après-midi gourmand variétés françaises en compagnie de Pierre Guerrin
- 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

Unité PHV :

10h30 : Atelier travaux manuels - Rotonde 3ème Castel

PLANNING ABBAYE

10h45 : Départ « sortie au musée du fromage » à Paris

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

Vendredi 8 Novembre

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 : 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 : Ecoute 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

18H00 : Préparation apéro dînatoire

19h00 : Dégustation apéro dînatoire

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 2 Novembre

11h00 : Réveil cérébral - Salle du parc

14h30 : Cinéma - Salle du parc

17h00 : Quizz musical - Cafétéria

Dimanche 3 Novembre

11h00 : Revue de presse - Salle du parc

15h00 : Casque virtuel - Cafétéria

17h00 : Grand loto - Cafétéria

Animation 3ème étage

11h00 : Activité à la carte

17h00 : Grand loto - RDC

Lundi 4 Novembre

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 ou Atelier créatif - 3e Salle du club

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

Mardi 5 Novembre

11h15 : Club lecture - Salle du parc

14h30 : Atelier peinture - Accueil de jour du 3ème

15h00 : Jeux de table - Cafétéria

17h00 : Loto - Cafétéria

Animation 3ème étage

10h30 : Atelier peinture - Salon du 3ème 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 6 Novembre

11h00 : Gestion Soleil au Cœur - Bureau fougère

11h00 : Tai-chi - Salle du parc

15h00 : Atelier impro-théâtre - Cafétéria

17h00 : Jeux de questions - Cafétéria

17h30 : 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

15h00 : Jouer avec les mots

Jeudi 7 Novembre

11h00 : Écoute musicale - Salle du parc

11h30 : L'épicerie fine

15h00 : Sortie « Faites vos courses » - Carrefour Ormesson

17h00 : Jeux mystère - Cafétéria

Animation 3ème étage

15h00 : Activité à la carte

Activités club

14h30 : Séance snoezelen

Vendredi 8 Novembre

11h00 : Documentaire « le buffle, parrain de la savane » - Salle du parc

12h00 : Repas « Fruit de mer » - Cafétéria

14h45 : Tir à l'arc - Salle du parc

15h15 : Activités rencontre 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 2 Novembre

« Jour des défunts »

10h30 : Vie de quartier - Étages

15h30 : Dictée - Espace bar

Françoise

17h00 : Jeux de société avec Bernard - Espace bar

3ème étage : 10h30 : Atelier sensoriel

Emilie

15h30 : Chansons avec Sylvain

Emilie

Dimanche 3 Novembre

10h30 : Messe TV

15h30 : Après-midi gourmand « crêpes et cidre » - Restaurant Françoise et Emilie

3ème étage : 10h30 : Messe et apéritif

Resto et Emilie

15h30 : Après-midi gourmand « crêpes » - RDC Emilie

Lundi 4 novembre

10h30 : Vie de quartier - Étages

10h30 : Atelier peinture avec Gildas - Salle d'activités

15h30 : Atelier peinture avec Gildas - Salle d'activités

17h00 : Chiffres et lettres - Bibliothèque

Gwenaelle

3ème étage : 10h30 : Chiens visiteurs

Emilie

15h30 : Atelier réminiscence

Emilie

Mardi 5 novembre

10h30 : Boutique et Point Guichet

Sylviane, Françoise, Geneviève

14h30 : Tir à l'arc - Salle d'activités

Marion

15h30 : Atelier équilibre - Salle d'activités

Marion

17h00 : Boccia - Bibliothèque

Gwenaelle

3ème étage : 10h30 : Gym douce/promenade

Emilie

15h30 : Atelier culinaire

Emilie

Mercredi 6 novembre

10h30 : Sortie courses en ville

Aurélie

15h30 : Thé dansant avec J. P. Talmond

Aurélie

17h00 : Scrabble - Bibliothèque

Aurélie

3ème étage : 10h30 : Vie quotidienne

Resto

15h30 : Thé dansant avec J. P. Talmond - RDC

PLANNING CITÉ VERTE

Jeudi 7 Novembre

10h00 : Echange intergénérationnel musical avec les enfants du RPE	Gwen
10h30 : Gym/yoga avec Nathalie - Salle d'activités	PHV
15h15 : Atelier Poterie avec Corinne - Salle d'activités	Gwenaelle
3ème étage : 10h30 : Atelier manuel	Emilie
15h30 : Atelier contes	Pasa et Emilie

Vendredi 8 Novembre

11h00 : Messe avec l'aumônerie - Salle d'activités	
15h30 : Atelier théâtre - Salle d'activités	Aurélie et Daphnée
17h00 : Comité de rédaction	
17h00 : Belote avec Bernard - Bibliothèque	
3ème étage : 10h30 : Gym avec la kiné	Emilie
15h30 : Jeu musical ou sortie	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 2 Novembre

11h00 : Revue de Presse - Salon Patio

15h00 : Jeux de Mémoire - Restaurant

17h00 : Le Quiz - Restaurant

Dimanche 3 Novembre

11h00 : Détente Musicale - PASA

15h00 : Video Club « L'Homme qu'on aimait trop » - PASA

17h00 : Grand Loto - Restaurant

Activités du 1er étage

11h00 : Émission Religieuse - Salle TV

14h30 : Activité à la carte - Rotonde

17h15 : Quiz Sonore - Rotonde

Lundi 4 Novembre

11h00 : Gym Douce - Salon Patio

15h00 : Atelier Créatif - Salon du Patio

17h00 : La Grande Roue - Restaurant

Activités du PASA

10h45 : Médiation Animale

14h30 : Rythmes et Percussions

Mardi 5 Novembre

10h40-12h00 : La Boutique de la Cristolienne - RDC

11h00 : Débat Philo - Salon Patio

15h00 : Étudiants en Danse - Restaurant

17h00 : Bingo - Restaurant

Activités du PASA

10h30 : Musicothérapie

14h30 : Atelier Peinture

Activités du 1er étage

15h00 : Anecdotes sur les mots d'excuse des parents d'élèves avec Marie-Claude - Rotonde

16h15 : Moment déco avec Marie-Claude - Rotonde

17h00 : Moment Musical avec Marie-Claude - Rotonde

Mercredi 6 Novembre

11h00 : Boxe & Réflexes - Salon Patio

15h30 : Chorale - PASA

17h00 : Jeux de Lettres - Restaurant

Activités du PASA

10h30 : Danse Adaptée

PLANNING CRISTOLIENNE

Activités du 1er étage

10h30 : Boxe - Salle TV

14h30 : Documentaire - Salle TV

17h15 : Atelier Photo Mémoire - Rotonde

Jeudi 7 Novembre

11h00 : Atelier Écriture - Bibliothèque

15h00 : Yoga - Salon Patio

17h00 : Loto - Restaurant

Activités du PASA

10h30 : Méditer en pleine Conscience

14h30 : Atelier Tricot

Activités du 1er étage

11h00 : L'horoscope du jour - Salle TV

14h15 : Projection « Peur Sur la Ville » avec Marie-Claude - Salle TV

16h45 : Manucure avec Marie-Claude - Rotonde

Vendredi 8 Novembre

11h00 : MESSE Père Fulbert - PASA

16h00 : Moment Gourmand - Restaurant

16h30 : Ambiance Musicale avec ROMANE - 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 2 Novembre

11h00 : Atelier Pâtisserie "Gâteau aux pommes et fromage blanc" - RDC Isabelle
15h00 : Borne mélo (Karaoké) - RDC Isabelle
17h-18h : Jeux apéro - RDC Abou et Aissata

Dimanche 3 Novembre

11h00 : Retransmission de la messe - RDC Isabelle
15h00 : Loto année 80 - RDC Isabelle
17h-18h : Jeux apéro - RDC Abou et Aissata

Lundi 4 Novembre

11h00 : Baccalauréat - RDC Bénévole
11h00 : Ecoute musicale - Salon du A2 Isabelle
15h00 : Chorale - RDC Thierry
16h00 : Lundi Gourmand - RDC Isabelle

Mardi 5 Novembre

11h00 : Gym douce - RDC Isabelle
15h00 : Atelier Manuel - RDC Isabelle
17h-18h : Jeux apéro - RDC Abou et Aissata

Mercredi 6 Novembre

11h00 : Atelier mémoire - RDC Ida
15h30 : Boxe - RDC Intervenante
17h-18h : Jeux apéro - RDC Abou et Aissata

Jeudi 7 Novembre

11h00 : Atelier Bien être - Logement Ida
14h15 : Conférence "Le Charme de Saint Leu" - Salle de conférence Intervenante
16h-17h : Jeux apéro - RDC Abou et Aissata

Vendredi 8 Novembre

11h00 : Atelier écriture - RDC Ida
15h00 : Jeux de mots - 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

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

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

DROIT À L'IMAGE

L'un des objectifs de la revue hebdomadaire "ça bouge" est de relayer les événements - grands et petits - de la vie au sein des Résidences grâce aux articles et aux photos qui sont adressés à la rédaction.

Afin de respecter les souhaits de chacun en termes de droit à l'image, nous attirons votre attention sur le fait que :

- Les personnes ayant posé pour les photos sont présumées avoir donné leur accord pour leur publication.
- "ça bouge" est mis en ligne sur le site internet des Résidences Services ABCD une semaine après sa parution.

Les personnes opposées à la publication de leur(s) photo(s) sont invitées à en informer la rédaction dans un délai d'une semaine suivant la parution papier.

COMITÉ DE RÉDACTION

Rédacteur en chef

Pascal CHAMPVERT

Documentation, mise en page

Margaux MESLET

Édition

Les équipes de la vie sociale

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