

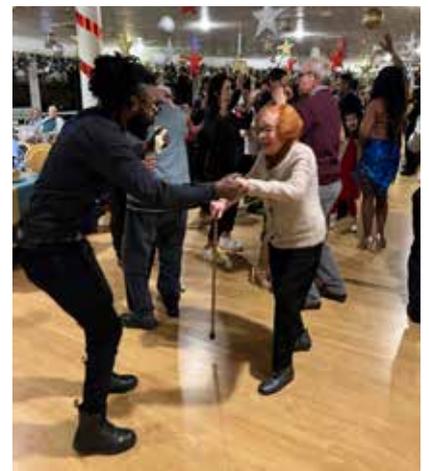
ça bouge!

17  
janvier  
2025

ça bouge!

Edition spéciale N°1696

## LES FÊTES DE FIN D'ANNÉE DANS LES RÉSIDENCES



Bonjour à toutes et à tous,

Les fêtes de fin d'année sont toujours des moments festifs, encore plus lorsqu'elles sont célébrées dans les Résidences. Résidents, familles, proches et personnels ont partagé des instants inoubliables pour célébrer Noël et la nouvelle année.

De merveilleux dîners-spectacles, des repas délicieux et « pantagruéliques », ainsi que de la danse et de la musique, ont ravi tous les participants.

Les Résidents étaient plongés dans une ambiance chaleureuse pour terminer l'année 2024 en beauté.

Je vous souhaite une nouvelle fois à toutes et à tous une formidable année 2025 !

Bonne semaine à tous,

Margaux MESLET  
Responsable communication

## L'ACTU DES RÉSIDENCES

- RÉVEILLONS DE NOËL ET DE LA NOUVELLE ANNÉE À LA RÉSIDENCE DE LA CRISTOLIENNE

- LE 25 ET 31 DÉCEMBRE À LA RÉSIDENCE PIERRE TABANOU

- RÉVEILLONS ANIMÉS À LA RÉSIDENCE DE L'ABBAYE

- NOËL ET NOUVEL AN À LA RÉSIDENCE DES BORDS DE MARNE

- FÊTE DE NOËL ET RÉVEILLON DE LA SAINT-SYLVESTRE À LA CITÉ VERTE

- REPAS DU NOUVEL AN À L'ACCUEIL DE JOUR DE LA CRISTOLIENNE

## ACTUALITÉS

- LES BRAS DES PIEUVRES SONT ENCORE PLUS "INTELLIGENTS" QUE LEUR CERVEAU, SELON UNE ÉTUDE

- JEUX : MOTS MÊLÉS

- PLANNING ACTIVITÉS

## LES VOEUX DU DIRECTEUR

Je vous souhaite une très bonne année 2025 en espérant que vous pourrez rester en paix avec vous-mêmes et avec le monde , malgré tous ses bouleversements et toutes ses incertitudes.

Je souhaite aussi que cette année nouvelle vous apporte de grandes joies et de petits bonheurs et qu'elle vous permette à tous de goûter à la beauté de la vie....

Belle année à vous !

M. Champvert  
Directeur

# LA CRISTOLIENNE

## RÉVEILLONS DE NOËL ET DE LA NOUVELLE ANNÉE

Le réveillon de Noël, c'est avant tout un bon repas, bien organisé, avec de bons produits : fruits de mer, escargots, toasts, un plat succulent... Bref, comme à la maison !

Nous avons eu un dîner-spectacle à la hauteur de notre assiette. Un cabaret autour des comédies musicales nous a faits voyager à Hollywood. Les danseurs et les chanteurs étaient formidables, le tout sublimé par la prestance du maître de cérémonie. Tout le personnel avait également préparé une chorégraphie des plus sympathiques sur un air de Mariah Carey pour notre plus grand plaisir !

Le réveillon du Nouvel An était placé sous le signe du cabaret. Les danseuses et le maître de cérémonie nous ont proposé différents costumes et univers que nous avons beaucoup appréciés. Les animations proposées ont ponctué le repas, qui s'est très bien accordé avec l'ambiance festive : foie gras, cerf avec pommes de terre caramélisées et gâteaux ont régalé nos papilles. À 23h59, nous avons tous fait ensemble le décompte : 3, 2, 1... Bonne année 2025 !

Des Résidents de la Cristolienne



# LA CRISTOLIENNE



# LA CRISTOLIENNE



# PIERRE TABANOU

---

## LE 25 ET 31 DÉCEMBRE

Ce 25 décembre fut un moment inoubliable pour tous ceux présents à la Résidence Pierre Tabanou ! Les danseuses, toujours aussi élégantes, étaient vêtues en Mère Noël, et la surprise a été totale lorsque le Père Noël en personne est venu distribuer des chocolats ! Nous remercions chaleureusement Mme Jeanne Visentini qui, avec son talent, a décoré les fenêtres de l'établissement.

Pour la soirée du réveillon, et pour passer un moment inoubliable, nous nous étions préparés à accueillir 2025 avec style et éclat, tous vêtus de blanc !

*« Quand la lumière s'est éteinte, j'ai cru qu'il y avait une panne d'électricité, mais lorsque j'ai vu les danseuses arriver avec leurs tenues scintillantes, je n'en revenais pas tellement c'était beau »*, nous confie une Résidente. Sous la lumière ultraviolette, tout le monde brillait de mille feux ! Un spectacle d'une rare beauté qui nous a transportés dans une atmosphère féerique.

Un grand merci à tous pour votre présence : Résidents, familles, invités, personnels. Vous avez tous contribué à faire de ce moment un souvenir gravé dans nos cœurs.

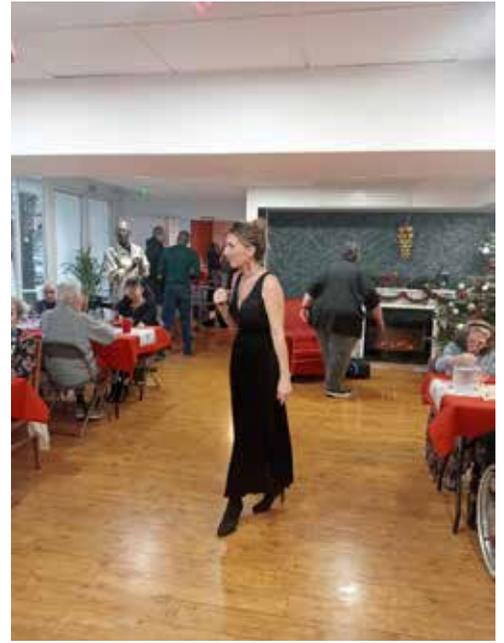
Bonne année à tous ! Qu'elle soit remplie de joie, d'amour et de partages.

L'équipe de la vie sociale

# PIERRE TABANOU



# PIERRE TABANOU



# PIERRE TABANOU



# PIERRE TABANOU



# ABBAYE

## RÉVEILLONS ANIMÉS

Les réveillons des 24 et 31 décembre se sont déroulés dans la joie et la bonne humeur au sein de la Résidence l'Abbaye, magnifiquement décorée pour l'occasion. Rien n'avait été laissé au hasard : du nappage des tables (choisi lors du comité dédié au choix des nappages des fêtes) aux compositions florales, tout était soigneusement préparé.

Au programme :

- Le 24 décembre : Dîner-spectacle sur le thème du cabaret « Paris Paillettes », animé par la troupe Magma Show
- Le 31 décembre : Dîner-spectacle « La croisière s'amuse », en présence des Cocomambo

Ces soirées festives et dansantes ont rassemblé Résidents et personnels, tous sur leur 31. La bonne humeur était au rendez-vous !

*« Nous avons eu des repas pantagruéliques, variés et savoureux. Les spectacles étaient sensationnels et très festifs ; les artistes faisaient le tour des tables. Nous en avons pris plein les yeux grâce aux costumes et aux chorégraphies. Bravo aux cuisiniers, à l'équipe de restauration et à l'animation pour leurs recherches et trouvailles. Difficile de faire mieux ! »*

De quoi commencer l'année 2025 avec enchantement !

Meilleurs vœux à toutes et à tous !

Les Résidents de l'atelier rédaction « Ça bouge »

# ABBAYE



# ABBAYE



# BORDS DE MARNE

---

## NOËL ET NOUVEL AN

Sonnez les cloches, préparez-vous à la joie, à des mets délicieux et à une ambiance festive pour Noël ! En ce mardi 24 décembre 2024, tout l'établissement des Bords de Marne a mis les petits plats dans les grands pour garantir que ce réveillon de Noël rime avec magie : et en effet, ce fut magnifique ! Au menu, la Terre et l'Océan se sont rejoints pour régaler nos papilles : escargots, assiettes de fruits de mer, poisson... sans oublier le fromage ou encore l'omelette norvégienne. La gourmandise était bel et bien au rendez-vous de ce repas aux couleurs chaleureuses des fêtes de fin d'année. La compagnie « Pliez Bagages » nous a accompagnés tout au long de la soirée, au rythme de chansons et de danses qui ont amplifié, sans excès, l'ambiance festive et la joie pétillant dans les yeux des invités. Une soirée où la magie rencontre la beauté, où la gourmandise va de pair avec la bonne humeur : une soirée remplie de féerie pour le plaisir de toutes et de tous.

Pour la Saint-Sylvestre, le ton était donné dès la mise en place de la salle de réception, avec une décoration des tables mêlant plumes, paillettes et papillons. Les menus avaient été préparés par des Résidents durant la semaine de l'Avent. Pour assembler le tout et garantir que la recette soit parfaite, la bonne humeur était au rendez-vous ! Durant la soirée, nous avons profité de l'énergie du folklore et de la culture populaire brésilienne à travers des danses et un spectacle vivant et vibrant. Dès les premiers pas, l'accent était mis sur l'authenticité, le talent et l'impressionnante beauté visuelle des costumes, riches en strass et plumes. Nous nous sommes laissés émerveiller par les danseurs de capoeira. Cet art afro-brésilien, qui mêle à la fois combat et danse, nous a surpris, notamment par la souplesse et la précision des danseurs athlétiques. À ne pas essayer chez soi si l'on n'est pas entraîné, paraît-il ! Nous avons savouré la chaleur de la samba et découvert la déesse des mers, vêtue de blanc et ornée de coquillages en guise de bijoux.

# BORDS DE MARNE

Nous avons également vibré au son de la lambada, et certains convives se sont déhanchés, faisant ainsi de la place pour le magnifique dessert que le chef et son équipe avaient préparé. Dans l'assiette, sans paillettes, les papilles ont découvert un feu d'artifice de saveurs.

À minuit, tout le monde était au rendez-vous, cotillons et verre de champagne à la main : les premières lueurs de 2025 s'annonçaient dans l'allégresse. Pour ceux qui se posent encore la question « C'était comment ? » : rendez-vous le 31 décembre 2025 à la Résidence des Bords de Marne ! Les résidents et les équipes commenceront à y travailler dès février.

La Résidence des Bords de Marne



# BORDS DE MARNE



# BORDS DE MARNE



# CITÉ VERTE

---

## FÊTE DE NOËL ET RÉVEILLON DE LA SAINT SYLVESTRE

Des festivités hautes en couleurs pour célébrer la fin de l'année ! Entre Résidents, familles et personnels, nous avons célébré la fin de l'année dans une ambiance festive et chaleureuse. Entre music-hall, cabaret et récitals de chansons, nous nous sommes divertis et amusés avec plaisir. Merci au personnel pour sa précieuse collaboration durant ces fêtes, et un grand bravo aux cuisiniers pour leurs succulents repas !

Noël s'est déroulé au rez-de-chaussée, autour d'un spectacle de music-hall mêlant violon et danses de salon. Cette soirée intimiste a été sublimée par un duo de danseurs pétillants. Pendant ce temps, au 3<sup>ème</sup> étage, un récital de chansons jazzy a enchanté les Résidents et leurs invités.

Pour le réveillon de la Saint-Sylvestre, l'ambiance était au rendez-vous au 3<sup>ème</sup> étage grâce à une chanteuse qui a animé la soirée avec brio. Merci aux équipes d'avoir participé et dansé avec les Résidents !

La fête s'est poursuivie au restaurant du rez-de-chaussée, où un magnifique spectacle de danseuses a émerveillé les convives. Le décor, inspiré des Antilles et du Brésil, était spectaculaire. Dans cette atmosphère festive, nous avons attendu avec impatience les douze coups de minuit. Une coupe de champagne à la main, nous avons tous ensemble fait le décompte pour accueillir la nouvelle année 2025.

C'est dans la joie et la bonne humeur que Résidents et membres du personnel se sont souhaités une bonne et heureuse année 2025 avant de retourner sur la piste de danse pour prolonger la soirée.

L'équipe de la vie sociale

# CITÉ VERTE



# CITÉ VERTE



# CITÉ VERTE



# CITÉ VERTE



# LA CRISTOLIENNE-ADJ

## REPAS DU NOUVEL AN

Nous avons trinqué à la nouvelle année à l'accueil de jour de La Cristolienne.

Puis, nous avons dégusté un excellent repas en remerciant Assa et Laurent qui avaient préparé de très belles et délicieuses assiettes.

Jean-Patrick Talmond a animé ce moment très festif avec des chansons, de la danse et un super quiz sur le Nouvel An. À chaque bonne réponse, il offrait un cadeau, ce qui a ravi les gagnants du jour.

Nous avons tous été heureux de partager ce premier repas de l'année pour célébrer 2025.

Bonne et heureuse année 2025 à tous !

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



# ACTUALITÉS

## **Les bras des pieuvres sont encore plus "intelligents" que leur cerveau, selon une étude**

Les pieuvres possèdent des bras d'une grande souplesse, capables de réaliser des mouvements incroyables. Une étude de l'Université de Chicago révèle que leur système nerveux segmenté leur offre une maîtrise précise et une sensibilité poussées. Cette organisation unique leur permet d'explorer, manipuler et chasser avec une efficacité redoutable. Chaque bras d'une pieuvre possède un système nerveux inédit, cumulant plus de neurones que leur cerveau, nous apprend une étude publiée sur Phys.Org. Ces neurones sont regroupés dans un cordon nerveux axial (ANC), qui serpente le long du bras et forme des renflements à chaque ventouse. Cette structure segmentée permet une coordination fine des mouvements. En étudiant l'*Octopus bimaculoides*, une petite espèce du Pacifique, les chercheurs ont découvert que les neurones sont organisés en colonnes distinctes, séparées par des espaces appelés septa, d'où partent nerfs et vaisseaux sanguins. Ces segments interconnectés permettent un contrôle harmonieux des mouvements.

### **Des ventouses aux capacités exceptionnelles**

Les nerfs des ventouses suivent la même segmentation, reliant systématiquement chaque ventouse à son environnement nerveux. Cette carte topographique, nommée "suckeroptopie", facilite la perception et la coordination des mouvements. Les pieuvres peuvent ainsi déplacer et manipuler chaque ventouse indépendamment. Leurs ventouses, foisonnent de récepteurs sensoriels, ce qui leur permet également de goûter et sentir. Cette double fonction leur apporte une capacité d'exploration inégalée et particulièrement utile pour chasser ou, au contraire, se protéger des prédateurs. L'étude a aussi analysé le calmar longfin inshore (*Doryteuthis pealeii*), un cousin des pieuvres. Si les bras segmentés des calmars partagent des similitudes avec ceux des pieuvres, leurs tentacules allongés, dépourvus de ventouses sur la majeure partie de leur longueur, ne présentent pas cette segmentation. Cette différence découle de leurs stratégies de chasse. En effet, si les pieuvres explorent le fond marin avec leurs bras hypersensibles, les calmars sont plutôt des chasseurs en pleine eau et utilisent donc majoritairement leur vue pour repérer leurs proies.

Ces découvertes mettent en lumière l'adaptation évolutive des céphalopodes et offrent de nouvelles perspectives en robotique pour la conception de bras souples et articulés.

Source : GEO

# JEUX

## MOTS MÊLÉS

R E S S N U R E R E M E E M R A  
U D I P O E N E R E T U S U C M  
E I B R I A G T U I Q A E O E V  
T A E I T R S Q D S O U N T A A  
A M G N O E I I E O S D I I T R  
D R A G M T M T E N E I R E F E  
N A B B E I O Y U N V O T A M M  
O B E O T R R P S E N O A E L A  
F W P K G E P E E R L E L B I C

ABBE  
BARMAID  
CONDEUSE  
FONDATEUR  
LARDOIRE  
OASIENNE  
RENE  
SONNER  
SYMETRIE

ANTAN  
BIOTOPE  
EMOTION  
GORGER  
LATRINES  
POETIQUE  
REQUIEM  
SPIRITUEL  
TIMIDITE

ARMEE  
CAMERA  
ENVOL  
GROTESQUE  
MEROU  
PROMIS  
RETIRE  
SRINGBOX  
VAIRON

AUDIO  
CIBLE  
FERIE  
ITEM  
MUETTE  
REGGAE  
REUSSITE  
SUEUR  
WEBMESTRE

# PLANNING ABBAYE

## **Samedi 18 janvier**

10h à 11h45 : Les Résidents vous accueillent à La Boutique - Allée Commerçante  
15h00 : Galette des rois en compagnie des Petits frères des pauvres - 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

14h00 : Temps libre, temps individuel

16h00 : \*\* Intervention des clowns - Rotonde du 3ème castel\*\*

## **Dimanche 19 janvier**

10h30 : Sortie Banquet de Créteil - Accueil

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

16h30 : Grand jeu « Juste Prix » - 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 20 janvier**

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

11h00 : Groupe de lecture avec Saliha Beaune - Café Littéraire

# PLANNING ABBAYE

---

15h00 : Vidéo « Antoinette dans les Cévennes » - Théâtre

15h00 : Atelier jeux de sociétés avec l'école Marinville - Grand Restaurant

17h00 : Chorale de l'Abbaye - Salle bien-être

17h00 : Bingo - Espace bar

## 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

15h30 : Atelier contes

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

## **Mardi 21 janvier**

10h30 : Atelier rédaction « ça bouge » - Salon de la Marne

15h00 : Atelier créatif des petites mains - Grand restaurant

15h30 : L'heure musicale « Le "Requiem" de Mozart, Festival d'Aix-en-Provence 2019 » 2ème partie - Théâtre

17h00 : Café Philo « Doit-on réaliser ses rêves ? » - 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

14h30 : Point Guichet

# PLANNING ABBAYE

---

17h00 : Sophrologie

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

## **Mercredi 22 janvier**

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

15h00 : Jeux de table - Espace bar

15h00 : Club Bridge - Petit restaurant

15h30 : Atelier Parole de chien - Café Littéraire

16h45 : Loto - Espace bar

17h00 : Club mémoire avec Monique Bouchot - Café littéraire

17h45 : 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 ou jeu de société - Rotonde du 3ème

10h à 11h45 : Les résidents vous accueillent à la boutique

14h00 : Départ sortie « musée Fragonard » à Maison Alfort

14h30 : Musicothérapie - 3ème castel

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

## **Jeudi 23 janvier**

14h00 : Sortie au musée Jacquemart André «les chefs d'œuvre de la villa Borghèse»

14h30 : Tir à l'arc - Salle Castel

16h00 : Après-midi gourmand variétés françaises en compagnie de Marcela Coloma  
- Grand restaurant

16h00 : Messe - 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

# PLANNING ABBAYE

---

16h00 : Goûter Gourmand

17h00 : Lecture / Temps de parole

## **Unité PHV :**

10h45 : Préparation espace pour karaoké - Petit salon

12h00 : Dégustation MacDo suivi d'un karaoké - 3ème étage

14h00 : Temps libre, temps individuel

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

## **Vendredi 24 janvier**

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

10h00 : Bonjour chez vous

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 : 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

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 18 Janvier**

11h00 : Réveil musculaire - Salle du parc

14h30 : Concert - Salle du parc

17h00 : Quizz musical - Cafétéria

## **Dimanche 19 Janvier**

11h00 : Revue de presse - Salle du parc

15h00 : Casque virtuel - Cafétéria

17h00 : Grand loto - Cafétéria

### Animation 3ème étage

11h00 : Activité a la carte

17h00 : Accompagnement aux jeux - Cafétéria

## **Lundi 20 Janvier**

11h00 : Entraînement de Boxe - 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

16h30 : Ambiance musicale accordéon et heures savoureuse - Cafétéria

## **Mardi 21 Janvier**

11h00 : Club motricité - Salle du parc

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

15h00 : La Map-monde - Cafétéria

17h00 : Loto - Cafétéria

17h00 : Chorale - Salle du parc

### Animation 3ème étage

10h30 : Atelier peinture - Salon du 3e étage

10h45 : Atelier beauté

15h00 : Activité à la carte

17h00 : Accompagnement aux jeux - Cafétéria

### Activités club

10h45 : Atelier pâtisserie

15h00 : Correspondance de l'être

16h00 : Collation entre amis

16h45 : Préparation aux jeux de 17h

17h00 : Accompagnement aux jeux - Cafétéria

# PLANNING BDM

---

## **Mercredi 22 Janvier**

11h00 : Tai-chi - Salle du parc  
15h00 : Messe - Salle du parc  
15h00 : Impro théâtrale - Cafétéria  
17h00 : Jeux de questions - Cafétéria

### Animation 3ème étage

11h00 : Atelier théâtre  
15h00 : Activité a la carte  
15h45 : Chansonâges  
17h00 : Accompagnement aux jeux - Cafétéria

### Activités club

14h45 : Chansonâges  
10h30 : Espace détente  
12h00 : Repas entre amis  
17h00 : Accompagnement aux jeux - Cafétéria

## **Jeudi 23 Janvier**

11h00 : Écoute musicale - Salle du parc  
11h30 : L'épicerie fine  
14h30 : Sortie bowling  
15h00 : Atelier couture - Cafétéria  
17h00 : Jeux mystère - Cafétéria

### Animation 3ème étage

15h00 : Activité à la carte  
17h00 : Accompagnement aux jeux - Cafétéria

### Activités club

10h30 : Séance snoezelen  
15h00 : Atelier lecture  
17h00 : Accompagnement aux jeux - Cafétéria

## **Vendredi 24 Janvier**

11h00 : Documentaire - 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

12h00 : Repas du club  
14h30 : Séance snoezelen  
17h00 : Accompagnement aux jeux - Cafétéria

*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 18 Janvier

10h30 : Vie de quartier - Étages  
15h30 : Pétanque pour tous - Salle d'activités Gwenaelle et Aurélie  
17h00 : Jeux de société avec Bernard - Espace bar  
3ème étage : 11h00 : Vie quotidienne Resto  
15h30 : Spectacle de chansons avec Sylvain

## Dimanche 19 Janvier

10h30 : Messe TV  
15h30 : LOTO - Espace bar Aurélie et Gwenaelle  
17h00 : Jeux de société avec Bernard - Étages et espace bar  
3ème étage : 11h00 : Messe et apéritif  
15h30 : Loto - RDC ou Jeux de société - Étage As

## Lundi 20 Janvier

10h30 : Vie de quartier - Étages  
15h30 : Chorale « Les Messagers » - Restaurant Gwenaelle  
17h00 : Jeux de sociétés - Espace bar Stagiaire  
3ème étage : 11h00 : Atelier réminiscence Emilie  
15h30 : Jeux d'adresse Emilie

## Mardi 21 Janvier

10h30 : Boutique et Point Guichet Sylviane, Françoise, M-Ange  
14h30 : Tir à l'arc avec Marion - Bibliothèque  
15h30 : Atelier équilibre avec Marion - Bibliothèque  
17h00 : Bowling - Bibliothèque Gwenaelle  
3ème étage : 11h00 : Boutique et promenade Emilie  
15h30 : Atelier culinaire Emilie

## Mercredi 22 Janvier

### 18h00 : Conseil d'administration

### 19h00 : Vœux des élus au restaurant

10h30 : Sortie en ville Aurélie  
15h30 : Thé chantant avec Jean Patrick Talmond Aurélie  
17h00 : Scrabble - Bibliothèque stagiaire  
3ème étage : 11h00 : Vie quotidienne Resto  
15h30 : Thé chantant avec Jean Patrick - RDC

# PLANNING CITÉ VERTE

## **Jeudi 23 Janvier**

10h00 : Échange inter-g avec les enfants du RPE « confection des couronnes des rois » - Espace Bar  
10h30 : Atelier Gym-Yoga - 1er étage  
15h30 : Atelier poterie - Bibliothèque  
17h00 : Jeux de société - Espace bar  
3ème étage : 10h00 : Échange inter-G au rdc  
15h30 : Atelier contes

Emilie  
PHV  
Aurélie  
Stagiaire  
Pasa

## **Vendredi 24 Janvier**

10h30 : Vie de quartier - Étages  
15h30 : Chorale avec Pascal Leclerc - Salle d'activités  
17h00 : Jeux de société avec Bernard - Espace bar  
3ème étage : 11h00 : Vie quotidienne  
17h00 : Chorale avec Pascal Leclerc

*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 18 Janvier**

11h00 : Revue de Presse Salon Patio

15h00 : Jeux de Mémoire Restaurant

17h00 : Le Quiz Restaurant

## **Dimanche 19 Janvier**

11h00 : Détente Musicale PASA

15h00 : Video Club « Tais-toi ! » PASA

17h00 : Juste Prix Restaurant

### Activités du 1er étage

11h00 : Emission Religieuse Salle TV

14h30 : Atelier Pâtisserie Restaurant 1er

17h15 : Quiz Sonore Rotonde

## **Lundi 20 Janvier**

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

### Activité du 1er étage

14h00 : Grands Poètes Français Rotonde

16h30 : Danse et Chansons Rotonde

## **Mardi 21 Janvier**

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

11h00 : Atelier Peinture Salon Patio

15h00 : Chorale Salon Patio

17h00 : Bingo Restaurant

### Activités du PASA

10h30 : Musicothérapie

14h30 : Atelier Peinture

### Activités du 1er étage

11h00 : Un Jour, une Lettre Salle TV

14h30 : Atelier Peinture Salle Artistique

17h15 : Petit Bac Rotonde

## **Mercredi 22 Janvier**

11h00 : Boxe & Réflexes Salon Patio

15h00 : Café Philo Restaurant

17h00 : Jeux de Lettres Restaurant

# PLANNING CRISTOLIENNE

---

## Activités du PASA

10h30 : Danse Adaptée

14h30 : Activité Bien-être

## Activités du 1er étage

10h30 : Boxe Salle TV

## **Jeudi 23 Janvier**

11h00 : Atelier Ecriture Bibliothèque

15h00 : Yoga Salon Patio

17h00 : Loto Restaurant

## Activités du PASA

10h30 : Méditer en pleine Conscience

14h30 : Atelier Tricot

## Activités du 1er étage

15h15 : Zumba Adaptée Rotonde

## **Vendredi 24 Janvier**

11h00 : Doc « Cachalots » PASA

12h45 : Vœux des Elus Restaurant

16h00 : Moment Gourmand Restaurant

16h30 : Ambiance Musicale avec Gaëlle Restaurant

## Activités du 1er étage

13h30 : Manucure Rotonde

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 18 Janvier

11h00 : Atelier Cuisine - RDC	Ida
15h00 : Borne melo - RDC	Ida
17h-18h : Jeux de Sociétés - RDC	Abou et Aissata

## Dimanche 19 Janvier

11h00 : Émission Religieuse - RDC	Ida
15h00 : Loto - RDC	Ida
17h-18h : Jeux de Sociétés - RDC	Abou et Aissata

## Lundi 20 Janvier

11h00 : Baccalauréat - RDC	Intervenant
15h00 : Chorale - RDC	Thierry
16h00 : Lundi Gourmand - RDC	Ida
19h00 : Cocktail Vœux des élus - Restaurant	

## Mardi 21 Janvier

11h00 : Gym douce - RDC	Magdalena
11h00 : Pause café - Salon du A2	Isabelle
15h00 : Atelier Manuel - RDC	Magdalena
17h-18h : Jeux de Sociétés - RDC	Abou et Aissata

## Mercredi 22 Janvier

11h00 : Atelier mémoire - RDC	Isabelle
15h-17h : Ouverture de la Boutique - Boutique	Bénévole
15h30 : Boxe - RDC	Intervenant
17h-18h : Jeux de Sociétés - RDC	Abou et Aissata

## Jeudi 23 Janvier

11h00 : Atelier Bien être - Logement	Ida
11h00 : Gym douce - Salon du A2	Isabelle
15h00 : Sophrologie - Salle réunion Passerelle	Intervenante
17h-18h : Jeux de Sociétés - RDC	Abou et Aissata

## Vendredi 24 Janvier

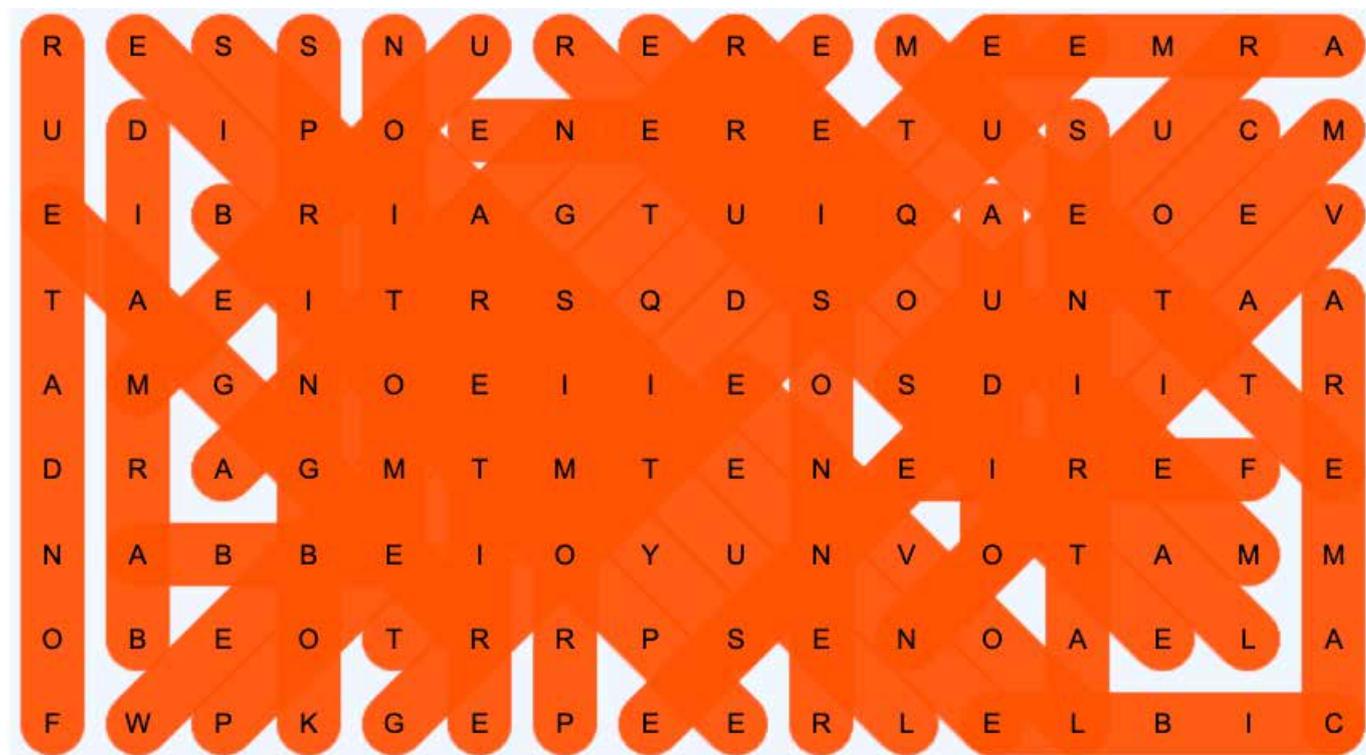
11h00 : Atelier écriture - RDC	Ida
14h30 : Massage - Salon massage	Intervenant
15h00 : Jeux de mots - RDC	Ida
17h-18h : Jeux de Sociétés - RDC	Abou et Aissata

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

*L'équipe de la vie sociale*

# LE MOT DE LA FIN ET SOLUTIONS

## SOLUTIONS DES JEUX



## DROIT À L'IMAGE

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

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

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

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

## COMITÉ DE RÉDACTION

Rédacteur en chef

Pascal CHAMPVERT

Documentation, mise en page

Margaux MESLET

Édition

Les équipes de la vie sociale

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