

ça bouge !

24
janvier
2025

ça bouge !

N°1697

ATELIER MÉMOIRE À LA RÉSIDENCE PIERRE TABANOU



Bonjour à toutes et à tous,

Des Résidents de Pierre Tabanou ont fait travailler leur mémoire sur le thème des proverbes et des citations.

Un après-midi intergénérationnel a ravi des Résidents de l'Abbaye. Des Résidents de la PHV ont fait du bowling.

Le petit-déjeuner de Noël à la Résidence des Bords de Marne a été un délice pour les papilles des Résidents.

Les parties de Boccia, sport proche de la pétanque, font fureur à la Résidence de la Cité Verte. Des bénéficiaires de l'Accueil de Jour ont dégusté de délicieuses galettes des rois.

L'exposition « Pharaon » à l'atelier des Lumières a ébloui des Résidents de la Cristolienne. Les journées de l'accueil de Jour sont bien remplies.

Bonne semaine à tous,

Margaux MESLET
Responsable communication

L'ACTU DES RÉSIDENCES

- ATELIER MÉMOIRE À LA RÉSIDENCE PIERRE TABANOU
- ACTIVITÉS INTERGÉNÉRATIONNELLES À LA RÉSIDENCE DE L'ABBAYE
- PETIT-DÉJEUNER DE NOËL À LA RÉSIDENCE DES BORDS DE MARNE
- BOCCIA À LA RÉSIDENCE DE LA CITÉ VERTE
- EXPOSITION « PHARAON » À L'ATELIER DES LUMIÈRES POUR DES RÉSIDENTS DE LA CRISTOLIENNE
- SORTIE BOWLING POUR L'UNITÉ PHV DE L'ABBAYE
- GALETTES DES ROIS À L'ACCUEIL DE JOUR DE LA CITÉ VERTE
- UNE JOURNÉE À L'ACCUEIL DE JOUR DE LA CRISTOLIENNE

ACTUALITÉS

- MISSION INSIGHT: POURQUOI LE NORD ET LE SUD DE LA PLANÈTE MARS AFFICHENT DES PAYSAGES SI DIFFÉRENTS
- JEUX : SUDOKU
- PLANNING ACTIVITÉS

PIERRE TABANOU

ATELIER MÉMOIRE

Des Résidents se sont retrouvés pour exercer leur mémoire. Nous nous sommes remémorés les différents proverbes et citations, mais également les expressions françaises. Malgré le froid dehors, nous avons partagé un moment convivial autour d'une tasse de thé.

L'équipe de la vie sociale



ABBAYE

ACTIVITÉS INTERGÉNÉRATIONNELLES

Dimanche 12 janvier, 20 enfants scolarisés à l'école Marinville à Saint Maur-des-Fossés ont reçu des lots de la part des Résidents. Les cartes de vœux qu'ils avaient réalisées et offertes aux Résidents ont été récompensées en présence d'une belle assemblée. Un quizz musical a fait suite, en présence des scouts. Au programme chansons françaises des années 70 et chansons pour enfants, de bons moments partagés en savourant un goûter gourmand. Une après-midi aux couleurs intergénérationnelles qui a réjoui petits et grands !

Mathilde, équipe de la vie sociale



ABBAYE



BORDS DE MARNE

PETIT-DÉJEUNER DE NOËL

Pour commencer les festivités, nous avons organisé un petit-déjeuner sur le thème de Noël. Pour cette occasion, nous avons préparé un buffet avec des panettones, des couronnes de Noël et du stollen.

Les Résidents sont venus nombreux à cette occasion, et ils ont beaucoup aimé ce moment joyeux. Tous les Résidents du service spécifique sont venus profiter de cet événement festif, accompagné de musique de Noël.

Les tables étaient ornées de sets de table de Noël.

Tout le monde était ravi de cet instant de partage et de convivialité.

Évelyne et Sylvie, animatrices, et Maria, ASH au service spécifique.



BORDS DE MARNE



CITÉ VERTE

BOCCIA

Toutes les deux semaines, les Résidents sont ravis de participer à la boccia. Cette activité est adaptée pour les personnes âgées, avec des boules en plastique légères de couleur bleue et rouge. Le but du jeu est le même que celui de la pétanque. Deux équipes, bleue et rouge, sont formées, et il faut placer un maximum de boules près de la boule blanche pour marquer le plus de points. Les Résidents s'amuse et s'améliorent au fur et à mesure.

L'équipe de la Cité Verte



CITÉ VERTE



LA CRISTOLIENNE

EXPOSITION « PHARAON » À L'ATELIER DES LUMIÈRES

Des Résidents de la Cristolienne ont récemment eu l'opportunité de découvrir l'exposition immersive « Pharaon » à l'Atelier des Lumières à Paris. Cette expérience unique les a transportés dans l'univers fascinant de l'Égypte ancienne, où ils ont admiré des projections d'œuvres d'art et de monuments emblématiques. Ils ont été émerveillés par la manière dont la technologie moderne met en valeur l'héritage culturel égyptien, rendant hommage aux pharaons et à leurs trésors.

Bien que l'image et le son aient été au rendez-vous, *« l'exposition manquait parfois d'un peu de narration »*, comme l'ont souligné certains Résidents.

L'équipe de la vie sociale



LA CRISTOLLIENNE



ABBAYE - PHV

BOWLING

Une sortie bowling a été organisée pour des Résidents de la PHV. Ce fut un bon moment convivial, marqué par de nombreux rires, un esprit de compétitivité et de valorisation au sein du groupe. Une collation a été partagée après l'effort !

Léa, équipe de l'Unité PHV



ABBAYE - PHV



CITÉ VERTE - ADJ

GALETTES DES ROIS

Des bénéficiaires de l'Accueil de Jour ont fêté la galette des rois avec leurs familles.

Ils ont réalisé les préparations des galettes dans une belle ambiance festive, avec des chants et des danses.

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



CITÉ VERTE - ADJ



LA CRISTOLIENNE-ADJ

UNE JOURNÉE À L'ACCUEIL DE JOUR

Nous avons déjeuné dans un restaurant à volonté, où chaque personne a choisi ses plats, suivant ses préférences.

Pour se maintenir en forme, une séance de sport a été organisée pour bouger les articulations. Les hommes ont préféré faire des parties de baby-foot, et ils se sont bien amusés.

Tous ensemble, nous avons fini la journée avec des jeux de société pour faire travailler la mémoire en s'amusant.

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



PARTAGE DE LECTURE

« UN JEUDI SAVEUR CHOCOLAT » DE MICHIKO AOYAMA PAR MME ROSSET

Pour inaugurer le club de lecture de l'Abbaye, Mme Rosset, à l'initiative du projet, partage un premier roman écrit par une auteure japonaise, Michiko AOYAMA, « Un jeudi saveur chocolat ».

À Tokyo, le petit café caché sous les cerisiers le long de la rivière Meguro accueille toutes les semaines une mystérieuse habituée. Chaque jeudi, Mme Cacao - comme la surnomment gentiment les employés - commande un chocolat chaud avant de s'installer à la même table en bois proche de la baie-vitrée. Et chaque jeudi, elle sort un délicat papier à lettre et se lance dans la rédaction d'une longue missive. Une routine immuable qui ne manque pas d'éveiller la curiosité du serveur. Jusqu'au jour où Mme Cacao éclate en sanglots devant sa tasse...

De Tokyo à Sydney, c'est le début d'un voyage entremêlant 12 tranches de vie, dans ce roman choral qui invite le lecteur à trouver le bonheur dans les petites choses du quotidien.

Une lecture apaisante, à savourer...autour d'une bonne tasse de chocolat chaud.

Le café Marble est un petit établissement situé dans un quartier résidentiel de Tokyo, au bout d'une allée de cerisiers. Wataru, 23 ans, y travaille comme serveur. Ce café n'est connu que des habitués. Nous allons y faire des rencontres riches et précieuses.

Chaque chapitre met en avant une couleur : marron (le chocolat), rouge, jaune (la crêpe), mauve, gris, noir, et un personnage. Douze chapitres que l'on peut lire comme des nouvelles. S'ils ont l'air indépendants au premier abord, on se rend vite compte que les différents personnages s'enchevêtrent et s'entremêlent. Un personnage secondaire dans un chapitre devient le personnage principal du chapitre suivant.

Tout commence avec « Chocolat chaud » surnom qu'à donné Wataru à une jeune femme brillante publicitaire, une institutrice qui vient au

PARTAGE DE LECTURE

café chaque jeudi à 15h00. Elle s'assoit toujours à la même place et commande toujours un chocolat chaud. Wataru en pince pour elle, il nous l'avoue.

A travers ces tranches de vie, nous naviguons entre Tokyo et Sydney. Dans chaque récit, on retrouve Master, le propriétaire du café, tel un maître des rêves. Car chaque personnage a un rêve, qu'il s'efforce de réaliser. Devenir une mère accomplie, trouver son âme sœur et se marier, vieillir ensemble, des rêves simples auxquels on aspire tous et toutes.

« Mon territoire se limitait à ce café. Mais ce petit monde me suffisait. Même si la pièce était vieille et exigüe et surtout, j'adorais ce café. Et puis, j'étais tombé amoureux d'une cliente intelligente aux cheveux châtons. »

La plume de l'auteure est délicate, fine, poétique. Elle apporte apaisement et calme. C'est ce que j'aime dans la littérature japonaise. La lenteur, les réflexions philosophiques. « Un jeudi saveur chocolat » est une lecture qui remet les idées en place. L'auteure nous offre une petite immersion dans la culture nippone, leur sens du travail, leurs interactions sociales, leur discrétion, leur retenue. Leur culture unique est très différente de la nôtre.

Mme ROSSET, Résidente de l'Abbaye et membre du Club de lecture de l'Abbaye

Le prochain rendez-vous du club de lecture aura lieu le lundi 17 février à 11h au Café littéraire



*Michiko Aoyama,
auteure et journaliste
japonaise*

ACTUALITÉS

Mission InSight: pourquoi le nord et le sud de la planète Mars affichent des paysages si différents

La dichotomie martienne, un contraste saisissant entre les hautes terres du sud et les basses terres du nord, est l'un des phénomènes les plus énigmatiques du système solaire. Découverte dans les années 1970 grâce aux missions Viking, elle continue d'intriguer les scientifiques par ses dimensions spectaculaires. Les hautes terres du sud s'élèvent jusqu'à six kilomètres au-dessus des basses terres. Leur surface ancienne, marquée par des cratères, contraste avec la plaine lisse et plus récente du nord. Ce mystère suscite des débats sur l'origine de cette démarcation : résulte-t-elle d'un impact cosmique massif ou de forces internes à Mars ?

Publiée fin décembre 2024 dans la revue *Geophysical Research Letters*, une nouvelle analyse des données de la sonde InSight de la NASA, enregistrées en 2022, offre des indices inédits sur la question. Placé près de la frontière de ce changement brusque de relief, l'instrument a détecté des tremblements de terre dont les ondes sismiques révèlent des différences fondamentales entre les deux régions. En partant de ce constat, l'étude démontre que la croûte sous les hautes terres est plus épaisse et plus chaude que celle des basses terres.

Des plaques tectoniques en cause ?

Deux hypothèses principales sont examinées : l'hypothèse exogène, selon laquelle un impact cosmique colossal aurait remodelé la surface martienne, et l'hypothèse endogène, qui privilégie l'implication de forces internes telles que la convection thermique et l'activité tectonique. Les modèles sismiques présentés par InSight penchent en faveur de cette dernière, suggérant qu'une phase d'activité tectonique aurait créé la dichotomie avant de laisser place à une croûte figée. "Ces observations soutiennent l'idée que des processus internes à cette planète ont sculpté la surface martienne", explique un des auteurs de l'étude au média indépendant *The Conversation*.

La compréhension de ce phénomène va au-delà de Mars. Les scientifiques pensent que les hautes terres du sud sont plus anciennes que les basses terres du nord et qu'un vaste océan d'eau liquide existait autrefois sur Mars, probablement dans cette dernière région. Étudier cette scission caractéristique permet donc de reconstruire l'histoire géologique de la planète et de mieux cerner son habitabilité passée. Ces découvertes éclairent également les différences fondamentales entre Mars, qui a perdu son activité tectonique, et la Terre, où les plaques mobiles façonnent encore les paysages.

JEUX

SUDOKU

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

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

PLANNING ABBAYE

Samedi 25 janvier

11h00 : Marché de l'Abbaye - Point info

15h30 : Grand jeu « Wii » - Grand Restaurant

20h00 : Théâtre sur réservation « Bienvenue au Bel Automne » - 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

14h00 : Temps libre, temps individuel

Dimanche 26 janvier

10h30 : Réunion de l'association « La Rose de l'Abbaye » - Café Littéraire

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

15h00 : Atelier Casque Virtuel - Café Littéraire

16h00 : Théâtre sur réservation « Bienvenue au Bel Automne » - Théâtre

3ème Bellay

11h00 : Diffusion de la messe

15h00 : Spectacle Musical en Compagnie de Los Guachos Memberos.

4ème Bellay

10h30 : Retransmission de la messe

11h30 : Vie quotidienne

15h00 : Spectacle Musical en Compagnie de Los Guachos Memberos - 3ème Bellay

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 27 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

PLANNING ABBAYE

15h00 : Conférence « La nature au cinéma » par Jarno Eslan - Théâtre

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 : Écoute musicale - Rotonde du 3ème Castel

14h00 : Temps libre, temps individuel

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

Mardi 28 janvier

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

11h30 : Sortie Restaurant indien

15h00 : Atelier Intergénérationnel « confection de poterie » avec l'école Parangon - Grand Restaurant

15h30 : L'heure musicale « Berlioz - La damnation de Faust » 1ère partie - 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 au 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

Mercredi 29 janvier

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

15h00 : Jeux de table - Espace bar

15h00 : Club Bridge - Petit restaurant

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.

14h30 : Musicothérapie - 3ème castel

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

Jeudi 30 janvier

14h00 : Sortie visite de l'Opéra Garnier

14h30 : Tir à l'arc - Salle Castel

15h00 : Comité d'accueil des Résidents - Salon du parc

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

Unité PHV :

10h30 : Atelier travaux manuels - Rotonde du 3ème Castel

14h00 : Temps libre, temps individuel

PLANNING ABBAYE

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

Vendredi 31 janvier

10h15 : Atelier Informatique « téléphone portable » - Salon de la Marne

10h30 : Atelier peinture avec Anne - Salle peinture

11h00 : Qi Gong - Salle bien-être

12h00 : Repas à thème Italien - Grand Restaurant

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 »

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 à- 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 25 Janvier

11h00 : Réveil musculaire - Salle du parc

14h30 : Cinéma - Salle du parc

17h00 : Jeux de questions - Cafétéria

Dimanche 26 Janvier

11h00 : Revue de presse - Salle du parc

15h00 : Atelier couture - Cafétéria

17h00 : Grand loto - Cafétéria

Animation 3ème étage

11h00 : Activité a la carte

17h00 : Accompagnement aux jeux - Cafétéria

Lundi 27 Janvier

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

16h30 : Ambiance musicale accordéon et heures savoureuse - Cafétéria

Mardi 28 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

Activités club

10h45 : Atelier pâtisserie

15h00 : Correspondance de l'être

16h00 : Collation entre amis

16h45 : Préparation aux jeux de 17h

PLANNING BDM

17h00 : Accompagnement aux jeux - Cafétéria

Mercredi 29 Janvier

11h00 : Tai-chi - 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 1 x par mois

17h00 : Accompagnement aux jeux - Cafétéria

Activités club

10h30 : Espace détente

12h00 : Repas entre amis

15h00 : Rencontre autour d'un thème

17h00 : Accompagnement aux jeux - Cafétéria

Jeudi 30 Janvier

11h00 : Écoute musicale - Salle du parc

11h30 : L'épicerie fine

15h00 : Atelier couture - Cafétéria

17h00 : Jeux mystère - Cafétéria

Animation 3ème étage

15h00 : Activité à la carte

17h00 : Accompagnement aux jeux - Cafétéria

Activités club

14h30 : Séance snoezelen

15h00 : Atelier lecture

17h00 : Accompagnement aux jeux - Cafétéria

Vendredi 31 Janvier

11h00 : Documentaire - Salle du parc

12h00 : Repas Nouvel an chinois avec spectacle - Cafétéria

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 25 Janvier

10h30 : Vie de quartier - Étages

15h30 : Jeux de société avec les Scouts de Sucy - Espace bar Françoise

17h00 : Jeux de société avec Bernard - Espace bar

3ème étage : 11h00 : Rangement de la petite restauration

Emilie

15h30 : Ecoute musicale

Emilie

Dimanche 26 Janvier

10h30 : Messe TV

16h00 : Sortie avec l'asso Ummanité « Thé dansant » organisé par l'Harmonie Municipale de Sucy

3ème étage : 10h30 : Messe et apéritif

Emilie

15h30 : Sortie « Thé dansant à Sucy »

Emilie

Lundi 27 Janvier

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

Françoise

3ème étage : 11h00 : Atelier manuel

Emilie

15h30 : Atelier réminiscence

Emilie

Mardi 28 Janvier

10h30 : Boutique et Point Guichet

Françoise, Sylviane

10h30 : Vie de quartier - Étages

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

15h30 : Atelier équilibre avec Marion - Salle d'activités

17h00 : Mots croisés - Bibliothèque

Françoise

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

15h30 : Atelier bien-être

Emilie

Mercredi 29 Janvier

16h30 Goûter du Nouvel An chinois

10h30 : Sortie en ville

Aurélie

15h30 : Spectacle de chansons avec J.P Talmont

Aurélie

17h00 : Scrabble - Bibliothèque

Stagiaire

3ème étage : 11h00 : Vie quotidienne

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

PLANNING CITÉ VERTE

Jeudi 30 Janvier

11h00 : Atelier Gym-Yoga - Salle d'activités

PHV

15h30 : Ciné-club « La Chine » - Salle d'activités

Françoise

17h00 : Jeux de sociétés - Espace bar

Stagiaire

3ème étage : 10h30 : Vie quotidienne

15h15 : Les contes

Pasa

Vendredi 31 Janvier

15h30 : Atelier théâtre - Salle d'activités

Aurélie et Daphnée

17h00 : Jeux de société et belote avec Bernard - Espace bar

3ème étage : 11h00 : Jeux d'adresse

Emilie

15h30 : 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 25 Janvier

11h00 : Revue de Presse - Salon Patio

15h00 : Jeux de Mémoire - Restaurant

17h00 : Le Quiz - Restaurant

Dimanche 26 Janvier

11h00 : Détente Musicale - PASA

15h00 : Video Club « Dreamgirls » - PASA

17h00 : Jeu Mystère - Restaurant

Activités du 1er étage

11h00 : Émission Religieuse - Salle TV

Lundi 27 Janvier

11h00 : Gym Douce - Salon Patio

15h00 : Atelier Créatif - Salon du Patio

17h00 : La Grande Roue - Restaurant

18h00 : RDV des Amis Devant la Boutique

Activités du PASA

10h30 : Autour de la Lecture

14h30 : Rythmes et Percussions

Activité du 1er étage

10h45 : Médiation Animale - Salle TV

14h30 : Écoute Musicale - Rotonde

17h15 : Jeu de Questions - Rotonde

Mardi 28 Janvier

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

11h00 : Atelier Manuel - Salon Patio

15h00 : Chorale - Salon Patio

17h00 : Bingo - Restaurant

Activités du PASA

10h30 : Musicothérapie

14h30 : Atelier Peinture

Mercredi 29 Janvier

11h00 : Boxe & Réflexes - Salon Patio

15h00 : Café Philo - Restaurant

17h00 : Jeux de Lettres - Restaurant

Activités du PASA

10h30 : Danse Adaptée

14h30 : Activité Bien-être

PLANNING CRISTOLIENNE

Activités du 1er étage

10h30 : Boxe - Salle TV

14h30 : Documentaire - Salle TV

17h15 : Atelier Photo Mémoire - Rotonde

Jeudi 30 Janvier

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

15h00 : Carré Musical - Rotonde

Vendredi 31 Janvier

11h00 : Doc « Nouvel An Chinois » - 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 TABANO

Samedi 25 Janvier

11h00 : Atelier Pâtisserie (Palmiers) - RDC

15h00 : Borne mélo - RDC

17h-18h : Jeux de Sociétés - RDC

Isabelle

Isabelle

Abou et Aissata

Dimanche 26 Janvier

11h00 : Emission Religieuse - RDC

15h00 : Loto - RDC

17h-18h : Jeux de Sociétés - RDC

Isabelle

Isabelle

Abou et Aissata

Lundi 27 Janvier

11h00 : Baccalaureat - RDC

15h00 : Chorale - RDC

16h00 : Lundi Gourmand - RDC

17h-18h : Jeux de Sociétés - RDC

Isabelle

Thierry

Ida

Abou et Aissata

Mardi 28 Janvier

11h00 : Gym douce - RDC

12h30 : Raclette - Restaurant

15h00 : Atelier manuel - RDC

17h-18h : Jeux de sociétés - RDC

Ida

Magdalena

Abou et Aissata

Mercredi 29 Janvier

11h00 : Atelier mémoire - RDC

15h-17h : Ouverture de la - Boutique - Boutique

15h30 : Boxe - RDC

14h30 : Sortie Orangerie de Cachan - Cachan

17h-18h : Jeux de sociétés - RDC

Isabelle

Bénévole

Intervenant

Magdalena

Abou et Aissata

Jeudi 30 Janvier

11h00 : Atelier bien être - Logement

11h00 : Gym douce - RDC

15h00 : Animation mots croisés - RDC

17h-18h : Jeux de sociétés - RDC

Ida

Isabelle

Ida

Abou et Aissata

Vendredi 31 Janvier

11h00 : Atelier écriture - RDC

15h00 : Théâtre - RDC

17h-18h : Jeux de sociétés - RDC

Isabelle

Intervenants

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

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

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

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