

ça bouge !

14  
février  
2025

ça bouge !

N°1700

## THÉ DANSANT ANNUEL DE SUCY-EN-BRIE



Bonjour à toutes et à tous,

Un après-midi de danse de salon a enchanté des Résidents de la Cité Verte. La Chandeleur a été célébrée à l'Accueil de Jour.

Le Nouvel An chinois a été fêté à la Résidence de la Cristolienne à travers les sens. Les bénéficiaires de l'Accueil de Jour profitent de nombreuses activités.

Des Résidents de Pierre Tabanou ont fait une découverte musicale grâce à l'association Puce Muse.

Une exposition à Saint-Maur a émerveillé des Résidents de l'Abbaye. Des déambulations de clowns, le temps d'un week-end, ont égayé la Résidence. Les nouveaux bénéficiaires de l'Accueil de Jour profitent de la boxe adaptée, des jeux de société et du tricot.

Des Résidents des Bords de Marne ont déjeuné dans un restaurant gastronomique.

Bonne semaine à tous,

Margaux MESLET  
Responsable communication

**Ça Bouge n°1700**

**15/02 > 21/02/2025**

## L'ACTU DES RÉSIDENCES

- THÉ DANSANT ANNUEL DE SUCY-EN-BRIE POUR DES RÉSIDENTS DE LA CITÉ VERTE
- NOUVEL AN CHINOIS À LA RÉSIDENCE DE LA CRISTOLIENNE
- DÉCOUVERTE MUSICALE AVEC L'ASSOCIATION PUCE MUSE À LA RÉSIDENCE PIERRE TABANOU
- EXPOSITION À SAINT-MAUR POUR DES RÉSIDENTS DE L'ABBAYE
- DÉJEUNER AU RESTAURANT « LE GARDEN » POUR DES RÉSIDENTS DES BORDS DE MARNE
- DÉAMBULATIONS DE CLOWNS À LA RÉSIDENCE DE L'ABBAYE (UNITÉ PHV)
- LA CHANDELEUR À L'ACCUEIL DE JOUR DE LA CITÉ VERTE
- UN DÉBUT DE MOIS BIEN REMPLI POUR L'ACCUEIL DE JOUR DE LA CRISTOLIENNE
- BOXE ADAPTÉE, JEUX DE SOCIÉTÉ ET TRICOT À L'ACCUEIL DE JOUR DE L'ABBAYE

## ACTUALITÉS

- COMMENT DES CASTORS ONT FAIT ÉCONOMISER PLUS D'UN MILLION D'EUROS À UNE RÉGION TCHÈQUE ?
- JEUX : BUZZ
- PLANNING ACTIVITÉS

# CITÉ VERTE

## THÉ DANSANT ANNUEL DE SUCY-EN-RBIE

Dimanche 26 janvier, une sortie à l'espace Jean-Marie Poirier a été organisée pour des Résidents de la Cité Verte. L'orchestre de l'Harmonie municipale, avec ses 35 musiciens, accompagnait tous les amateurs de danses de salon pour un bel après-midi.

Le groupe Picotango Orquestra a enrichi le programme de musiques argentines, entraînant un couple de danseurs de tango professionnels à évoluer par moment seuls sur la piste, de quoi électriser la salle au rythme de leurs mouvements nonchalants et sensuels.

Le tout, autour d'un goûter gourmand arrosé de champagne... Un bel après-midi qui a rappelé à toutes les Résidentes présentes de beaux souvenirs de leur jeunesse !

Mesdames Escudière, Savini, Nitzel-Henri, Carlier, Dalla Vecchia, Lemaire, Herrera et Michon



# CITÉ VERTE



# LA CRISTOLIENNE

## NOUVEL AN CHINOIS

Début février : c'est la nouvelle année lunaire. Nous avons donc été très contents de fêter ensemble le Nouvel An chinois.

L'événement a suscité l'émerveillement des sens ! Tout d'abord, la vue ! Nos compliments à la vie sociale et à Sandra pour le travail raffiné, délicat et éblouissant qu'ils ont effectué sur la décoration du restaurant. Et quel spectacle ! Un véritable ravissement pour les yeux : les costumes, les couleurs, les mouvements, le spectacle de marionnettes taïwanaises... Déjà de quoi être comblés !

L'ouïe n'était pas en reste : la compagnie des « Délices de Chine » nous a invités à nous joindre à elle pour faire de la musique. Vincent à la flûte et nous aux percussions.

La cuisine nous a gratifiés d'un repas en accord avec le thème. Le bœuf aux oignons, les nems et le riz cantonais ont été particulièrement appréciés.

Bien sûr, tout le monde n'arrivait pas à tenir les baguettes pour manger. Malgré tout, l'art des énergies chinois, le « Qi Gong », aura réussi à stimuler notre toucher.

Des Résidents de La Cristolienne



# LA CRISTOLIENNE



# PIERRE TABANOU

## DÉCOUVERTE MUSICALE AVEC L'ASSOCIATION PUCE MUSE

Un petit groupe de Résidents a été curieux de découvrir le compositeur Serge de Laurier et son instrument autour de la pièce Méta Hip Hop.

À l'orangerie de Cachan, des transats attendaient les participants pour cet atelier expérimental. Grâce à des manettes de jeux vidéo, nous avons utilisé les applications qu'il a développées pour visualiser le son et co-crée une musique. Méta Hip Hop détourne les improvisations de musiciens d'aujourd'hui en y intégrant de la danse. Un danseur de hip-hop y a même ajouté sa chorégraphie et son histoire.

Mme L. a été surprise par cette installation et enchantée de participer à cette expérience novatrice.

Magdalena, responsable de la vie sociale



# PIERRE TABANOU



# ABBAYE

## EXPOSITION À SAINT-MAUR

Quelques photos souvenirs du bel après-midi que l'on a passé aux Ateliers d'Art de Saint-Maur. Nous avons eu la chance d'avoir la présence du photographe, qui nous a raconté sa démarche et présenté ses photos.

Les Résidents étaient très intéressés et s'y connaissaient beaucoup dans ce domaine. L'artiste était très content de l'intérêt qu'ils portaient à la photographie.

Un bon moment de partage.

Anne, professeure de peinture



# ABBAYE



# BORDS DE MARNE

---

## DÉJEUNER AU RESTAURANT

### « LE GARDEN »

Jeudi 6 février, des Résidents des Bords de Marne ont découvert ce restaurant, pas loin de chez nous, juste après le pont de Bonneuil. Nous y avons fait une jolie découverte et espérons déjà y retourner cet été, pour un repas ou un goûter, suivis d'une balade au bord de la Marne.

« Le Garden » est un jeune restaurant gastronomique, situé à Saint-Maur-des-Fossés, dans un cadre privilégié, en bord de Marne. Voici sa description : *« L'établissement possède une salle consacrée au restaurant gastronomique, entièrement rénovée, avec sa terrasse d'été, ainsi qu'une salle de réception indépendante, gérée par notre équipe traiteur dédiée. Conscients des nouveaux enjeux et défis du secteur, nous nous efforçons de développer un restaurant plus durable et responsable. Notre démarche culinaire va de pair avec une sélection rigoureuse des producteurs, qu'ils soient éleveurs, maraîchers ou viticulteurs. Dans ce sens, nous privilégions les produits de saison, qui plus est locaux, issus de circuits courts d'approvisionnement. Notre volaille est, par exemple, élevée dans une ferme francilienne, tout comme nos herbes aromatiques et certains de nos légumes. Par ailleurs, l'ensemble de notre crèmerie (lait, crème, œufs) est 100 % d'origine française. Enfin, en bout de chaîne, nous prenons part à l'économie circulaire en recyclant l'intégralité de nos huiles usagées, notamment à destination des biocarburants. »*

Nous vous invitons tous à y aller : ce fut un vrai moment de plaisir.

Christal, équipe de la vie sociale

# BORDS DE MARNE



## DÉAMBULATIONS DE CLOWNS

Des Résidents de la Résidence L'Abbaye ont profité d'un week-end de déambulations de clowns, qui étaient en formation dans l'établissement. Ces clowns ont offert un temps de déambulation dans les étages afin d'offrir des moments d'interaction avec les Résidents, d'apporter de la joie et de la bonne humeur, notamment aux personnes qui n'ont plus trop de centres d'intérêt sociaux, à celles ayant des difficultés à sortir de leur logement ou encore aux Résidents des services spécifiques. Cette démarche a été préparée en amont. Les Résidents ont été informés de cette intervention afin de leur permettre de choisir d'y participer ou non. Hormis les personnes que les clowns ont rencontrées dans les couloirs, ils disposaient d'informations sur les logements où ils étaient les bienvenus. Ils ont déambulé pendant deux après-midis ; cette expérience a été bénéfique pour plusieurs Résidents, en particulier ceux des services spécifiques.

### Témoignages :

**1<sup>er</sup> étage Bellay :** « Les clowns sont passés au 1<sup>er</sup> étage Bellay. Ils ont déambulé dans les couloirs et je les ai accompagnés chez certains Résidents, parmi lesquels M. Colobert, Mme Billet et M. Melero, qui ont beaucoup apprécié les performances proposées. Personnellement, j'ai vraiment aimé ce moment, et surtout la fille de Mme Billet, qui était présente. Elle a pleuré de joie en voyant sa maman chanter les chansons interprétées par les clowns tout en les mimant avec des gestes doux. Par la suite, je leur ai proposé de rendre visite à d'autres Résidents. C'était un moment de plaisir et de fous rires. Je remercie l'équipe qui a organisé cette activité. » Marie-France Désir (AS)

**2<sup>ème</sup> étage :** Dans le couloir, M. Courteau a donné quelques conseils aux clowns. Il les a suivis jusqu'à l'entrée du logement d'une autre Résidente en chantant. Cette dernière les a invités à entrer. Dans son logement, ils ont chanté, dansé, raconté des histoires et partagé des sourires. Puis, Camille et Marie-Hélène (les clowns) sont montées au

# ABBAYE - PHV

4ème étage, en passant par le 3ème.

**3ème étage Bellay :** « Les Résidents étaient très contents. Les personnages des clowns sont très appréciés par les Résidents des services spécifiques. Elles apportent un côté apaisant tout en étant drôles. » Karim (AS)

« Une bonne dizaine d'entrées en relation avec des Résidents et des professionnels. Des bulles relationnelles de validation et de valorisation, de douceur et de tendresse avec certains Résidents. Des moments de joie partagés avec une grande partie des personnes présentes. Des chants entonnés avec plusieurs Résidents, qui chantent en chœur et répandent une ambiance sereine et joyeuse. Une contagion émotionnelle de joie et de rires partagés. Un Résident, qui attendait impatiemment notre arrivée, nous a offert un livre dédié par un célèbre clown lorsqu'il avait 13 ans. » Milena (clown)

Une belle ambiance de fête a été créée, diffusée, et de grands applaudissements ont été offerts en retour aux clowns.

**4ème étage :** Les clowns ont capté l'attention de plusieurs Résidents avec des poèmes, des chants et des tours de magie improvisés.

**Rez-de-chaussée et bâtiment Castel :** Dans les couloirs du rez-de-chaussée, en passant par le restaurant pour aller au bâtiment Castel, les clowns ont marqué des pauses pour échanger avec quelques résidents ou leurs familles.

**1er et 2ème étages, bâtiment Castel :** « C'était une surprise ! Ils sont entrés dans mon logement et m'ont dit que l'un était venu en métro et l'autre à pied. Nous avons bien rigolé pendant notre échange, c'était amusant. » Mme Vinet, 2ème étage Castel

**3ème étage Castel :** Les clowns ont aussi déambulé au 3ème étage Castel. Les Résidents de cet étage, qui profitent déjà et apprécient particulièrement le spectacle des clowns, étaient ravis, car ces interventions y ont lieu tous les 15 jours.

Ces rencontres avec les professionnels et les résidents dans leur espace de vie ont apporté joie et bonne humeur à tous.

L'équipe de l'unité PHV

# ABBAYE - PHV



# ABBAYE - PHV



# ABBAYE - PHV



# CITÉ VERTE - ADJ

## LA CHANDELEUR À L'ACCUEIL DE JOUR

Des bénéficiaires de l'Accueil de Jour ont célébré la Chandeleur tout en gourmandise. Ils ont préparé des crêpes salées pour le déjeuner et des crêpes sucrées pour le goûter. Une magnifique journée, avec la présence de Laurence, responsable.

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



# LA CRISTOLIENNE-ADJ

## AQUARIUM, DANSE ET CINÉMA

Ce début de mois a été rempli d'activités et de visite.

Les bénéficiaires de l'Accueil de Jour ont visité l'aquarium de la porte dorée pour observer les différentes sortes de poissons et le bel alligator albinos.

Pour se maintenir en forme, il faut bouger : alors on met de la musique et on laisse son corps s'exprimer en dansant.

Nous avons également été voir une comédie au cinéma.

L'équipe de l'Accueil de Jour



# ABBAYE - ADJ

## BOXE ADAPTÉE, JEUX ET TRICOT

Les nouveaux bénéficiaires de l'Accueil de Jour de l'Abbaye s'initient avec plaisir à la boxe adaptée, tandis que d'autres se distraient avec des jeux de société ou du tricot.

L'équipe de l'Accueil de Jour



# ACTUALITÉS

## **Comment des castors ont fait économiser plus d'un million d'euros à une région tchèque ?**

Sept ans après avoir été évoqué, le projet consistant à construire un barrage sur la rivière Vltava, dans la région de Brdy (République tchèque), était au point mort. Comme le rapporte National Geographic, les responsables de cette zone protégée avaient pourtant obtenu un financement de 30 millions de couronnes (soit environ 1,19 million d'euros), mais les permis de construire tardaient à se matérialiser. Un matin de janvier, des membres de l'administration se sont pourtant rendu compte que l'ouvrage avait miraculeusement été construit... par une colonie de huit castors. « Les castors savent toujours ce qu'il y a de mieux, a déclaré Jaroslav Obermajer, chef du bureau de Bohême centrale de l'Agence tchèque de protection de la nature et du paysage, à Radio Prague International. Les endroits où ils construisent des barrages sont toujours bien choisis, mieux que lorsque nous les concevons sur papier ». Les autorités ont ainsi décidé de laisser le barrage tel quel, convaincues par la qualité de leur travail.

### **Une collaboration de longue date**

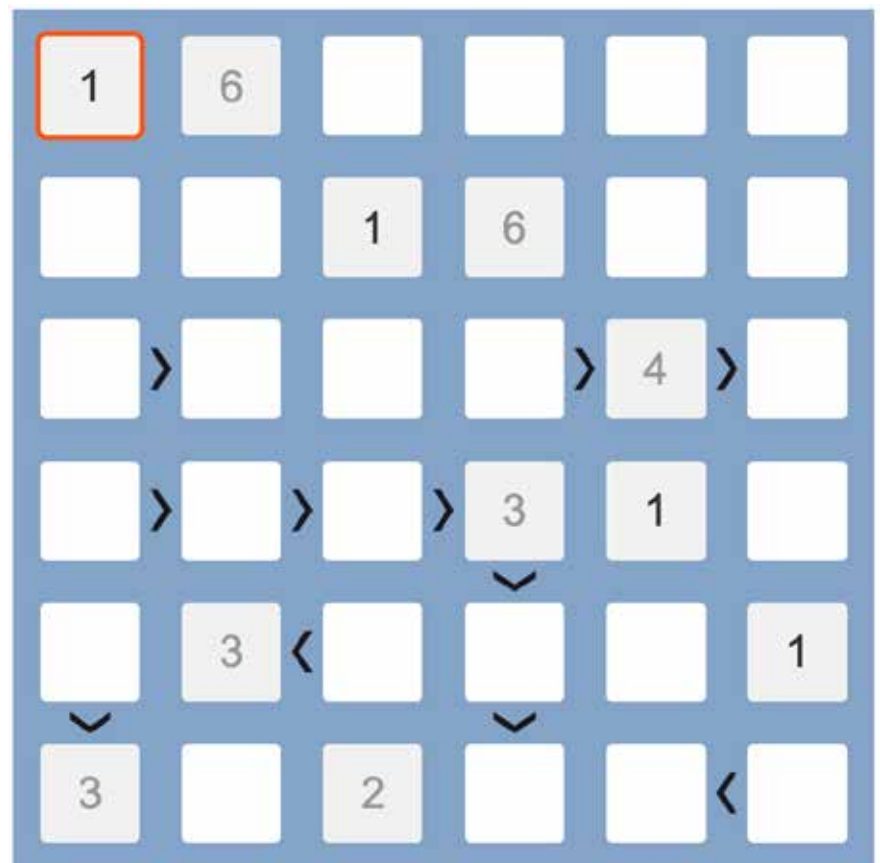
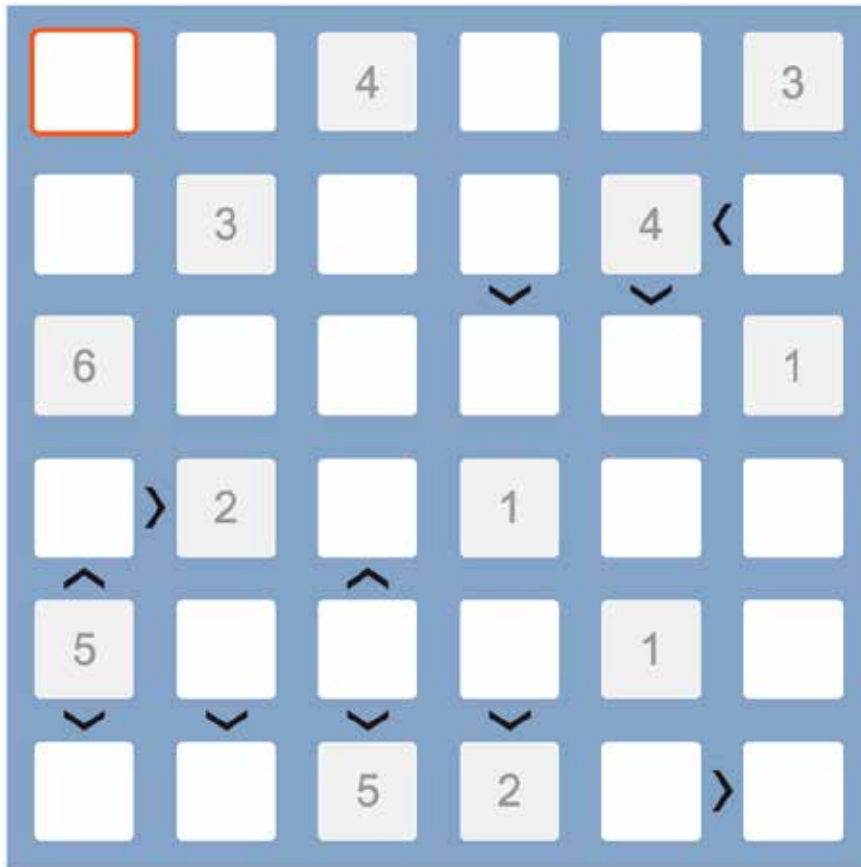
Il faut dire que les barrages des castors, composés de bois, de roches et de boues, possèdent de multiples vertus. Tout d'abord, ces structures créent des habitats favorables au développement de dizaines d'autres espèces, parmi lesquelles des insectes, des poissons, des amphibiens et des oiseaux. Ils font également d'excellents coupe-feu, et servent aussi de puits de carbone ou à limiter des inondations. Une étude nord-américaine publiée en 2019 a d'ailleurs démontré que les barrages fabriqués par les castors filtrent environ deux fois mieux les métaux lourds et les autres polluants contenus dans l'eau que ceux construits par l'homme.

Ce n'est pas la première fois que les castors servent, sans le savoir, les objectifs de notre espèce. Dans l'Oregon (Etats-Unis), une situation similaire s'est produite, permettant à une usine de traitement des eaux pluviales d'économiser plusieurs millions de dollars.

Source : 20minutes

# JEUX

## BUZZ



# PLANNING ABBAYE

---

## **Samedi 15 février**

11h00 : Marché de l'Abbaye - Point info

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

16h30 : Spectacle de variété françaises en compagnie de Karoline Yorgancifan - 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

## **Dimanche 16 février**

15h00 : Comité séjour vacances - Grand Restaurant

16h30 : Ciné-club « La belle Américaine » - Théâtre

### 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 17 février**

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 : Club lecture - Café littéraire

15h00 : Vidéo documentaire « Marche avec les loups » - Théâtre

# PLANNING ABBAYE

---

17h00 : Bingo - Espace bar

17h00 : Chorale - Salle Bien-être

## 3ème Bellay

11h00 : En route pour le pressing

15h00 : Club Vidéo au 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

## **Mardi 18 février**

15h00 : Atelier créatif des petites mains - Grand restaurant

15h30 : L'heure musicale « Prodiges, La grande finale 2024 » 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 - 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

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

## **Mercredi 19 février**

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

# PLANNING ABBAYE

---

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 ou jeu de société - Rotonde du 3ème

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

14h30 : Musicothérapie - 3ème castel

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

## **Jeudi 20 février**

14h30 : Tir à l'arc - Salle Castel

16h00 : Après-midi gourmand variétés françaises en compagnie de Sébastien Charluet - Grand restaurant

## 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

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

## **Vendredi 21 février**

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

10h30 : Atelier peinture avec Anne - Salle peinture

# PLANNING ABBAYE

---

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

13h30 : Départ pour la sortie Holliday one Ice

14h00 : Temps libre, temps individuel

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 15 février**

11h00 : Réveil cérébral - Salle du parc

14h30 : Diffusion film Cinéma « La vie est un long fleuve tranquille » - Salle du parc

17h00 : Jeux de questions - Cafétéria

## **Dimanche 16 février**

11h00 : Comité menu - Salle du parc

15h00 : Casque virtuel - Cafétéria

17h00 : Pièce de théâtre « love story » - Cafétéria

### Animation 3ème étage

11h00 : Activité à la carte

17h00 : Accompagnement aux jeux - Cafétéria

## **Lundi 17 février**

10h30 : Atelier créatif avec le multi accueil - 1er étage

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 créatif - 3e Salle du club

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

16h30 : Ambiance musicale accordéon et heures savoureuse - Cafétéria

## **Mardi 18 février**

11h00 : Atelier motricité intergénérationnel avec le multi accueil - Salle du parc

15h00 : La Map-monde - Cafétéria

17h00 : Loto - Cafétéria

17h00 : Chorale - Salle du parc

### Animation 3ème étage

10h30 : Gym détente

11h00 : Revue de presse

11h30 : Atelier cognitif

15h00 : Atelier beauté

17h00 : Accompagnement aux jeux - Cafétéria

### Activités club

10h45 : Atelier pâtisserie

# PLANNING BDM

---

15h00 : Correspondance de l'être  
16h00 : Collation entre amis  
16h45 : Préparation aux jeux de 17h  
17h00 : Accompagnement aux jeux - Cafétéria

## **Mercredi 19 février**

11h00 : Tai-chi - Salle du parc  
15h00 : Messe - Salle du parc  
17h00 : Jeux de questions - Cafétéria  
Animation 3ème étage  
11h00 : Atelier théâtre  
12h00 : Sortie restaurant  
17h00 : Accompagnement aux jeux - Cafétéria  
Activités club  
12h00 : Sortie restaurant  
17h00 : Accompagnement aux jeux - Cafétéria

## **Jeudi 20 février**

11h00 : Écoute musicale - Salle du parc  
11h30 : L'épicerie fine  
15h00 : Atelier écriture - Cafétéria  
17h00 : Jeux mystère - Cafétéria  
Activités club  
10h45 : Atelier pâtisserie intergénérationnel  
14h30 : Séance snoezelen  
17h00 : Accompagnement aux jeux - Cafétéria

## **Vendredi 21 février**

11h30 : Synthèse du conseil des résidents - Cafétéria  
14h45 : Tir à l'arc - Salle du parc  
17h00 : La grande roue - Cafétéria  
Activités club  
10h45 : Séance Snoezelen  
12h00 : Repas du club  
15h00 : Atelier lecture  
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 15 Février

10h30 : Vie de quartier - Étages

15h30 : Assemblée de l'Association « Le temps de Vivre » - Espace bar Françoise

17h00 : Jeux de société avec Bernard - Bibliothèque

3ème étage : 10h30 : Vie quotidienne

15h30 : Chansons avec Sylvain

## Dimanche 16 Février

10h30 : Messe TV

15h30 : Film « l'Aveyron » avec Me Hasard - Salle d'activités Françoise

3ème étage : 10h30 : Messe et apéritif Resto

15h30 : Écoute musicale et jeux de société As

## Lundi 17 Février

10h30 : Vie de quartier - Étages

15h30 : Bowling avec la Switch - Salle d'activités Gwenaelle

17h00 : Chiffres et lettres - Bibliothèque Gwenaelle

3ème étage : 10h30 : Vie quotidienne Resto

15h30 : Écoute musicale

## Mardi 18 Février

10h30 : Boutique et Point Guichet Geneviève, 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

15h30 : Mots croisés - Espace bar Françoise

3ème étage : 11h00 : Point Guichet/Promenade

15h30 : Jeux de société

## Mercredi 19 Février

11h30 Sortie restaurant Gwenaelle

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

17h00 : Scrabble - Bibliothèque Françoise

3ème étage : 11h00 : Vie quotidienne Resto

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

# PLANNING CITÉ VERTE

## **Jeudi 20 Février**

10h00 : Atelier «Masques» en inter-g avec les enfants du RPE

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

PHV

14h00 : Présentation du projet « Prévention des chutes »

ADAL

15h30 : Atelier créatif « Carnaval » - Espace bar

Gwenaëlle

17h00 : Écoute musicale - Accueil de jour

Daphnée

3ème étage : 10h30 : Vie quotidienne

15h30 : Atelier lecture

Pasa

## **Vendredi 21 Février**

10h30 : Vie de quartier - Étages

15h30 : Chorale avec Pascal Leclerc - Salle d'activités

Françoise

17h00 : Comité de rédaction/ Jeux de société - Espace bar

3ème étage : 11h00 : Vie quotidienne

17h00 : Chorale avec Pascal Leclerc

Pasa

*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 15 Février**

11h00 : Revue de Presse - Salon Patio

15h00 : Jeux de Société - Restaurant

17h00 : Le Quiz - Restaurant

## **Dimanche 16 Février**

11h00 : Détente Musicale - PASA

15h00 : Video Club « Ensemble, c'est tout » - PASA

17h00 : Juste Prix - Restaurant

### Activités du 1er étage

11h00 : Émission Religieuse - Salle TV

## **Lundi 17 Février**

11h00 : Gym Douce - Salon Patio

15h00 : Atelier Créatif - Salon Patio

17h00 : La Grande Roue - Restaurant

### Activités du PASA

10h30 : Autour de la Lecture

14h30 : Rythmes et Percussions

### Activité du 1er étage

11h00 : Revue de Presse - Salle TV

14h00 : Les Grands Poètes Français "Verlaine" - Rotonde

15h15 : Chanson' Age - Rotonde

17h00 : L'horoscope - Rotonde

## **Mardi 18 Février**

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

11h00 : Atelier Peinture - Salon Patio

15h00 : Bowling - Salon Patio

17h00 : Bingo - Restaurant

### Activités du PASA

10h30 : Musicothérapie

14h30 : Atelier Peinture

### Activités du 1er étage

11h00 : Gym Douce - Salle TV

14h30 : Atelier Peinture - Salle Artistique

17h15 : Petit Bac - Rotonde

## **Mercredi 19 Février**

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

14h30 : Documentaire - Salle TV

17h15 : Atelier Photo Mémoire - Rotonde

## **Jeudi 20 Février**

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 : Contes & Chansons - Salle TV

15h15 : Cours de Zumba - Rotonde

17h15 : Jeu de Questions - Rotonde

## **Vendredi 21 Février**

11h00 : Doc « Transylvanie » - PASA

15h00 : Sophrologie - Salon Patio

16h00 : Moment Gourmand - Restaurant

16h30 : Ambiance Musicale avec Pierre - Restaurant

## Activités du 1er étage

14h00 : 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 TABANO

## **Samedi 15 Février**

|                                        |                |
|----------------------------------------|----------------|
| 11h00 : Atelier cuisine - RDCI         | da             |
| 15h00 : Borne melo - RDC               | Ida            |
| 17h00 - 18h00 : Jeux de sociétés - RDC | Abou et Claude |

## **Dimanche 16 Février**

|                                        |                |
|----------------------------------------|----------------|
| 11h00 : Émission religieuse - RDC      | Magdalena      |
| 15h00 : Loto - RDC                     | Magdalena      |
| 17h00 - 18h00 : Jeux de sociétés - RDC | Abou et Claude |

## **Lundi 17 Février**

|                                             |                |
|---------------------------------------------|----------------|
| 11h00 : Petit baccalauréat - RDC            | Bénévole       |
| 15h00 : Chorale - RDC                       | Thierry        |
| 16h00 : Lundi Gourmand: Fromage blanc - RDC | Ida            |
| 17h00 - 18h00 : Jeux de sociétés - RDC      | Abou et Claude |

## **Mardi 18 Février**

|                                                 |                |
|-------------------------------------------------|----------------|
| 11h00 : Gym douce - RDC                         | Ida            |
| 11h00 : Pause café - Salon du A2                | Isabelle       |
| 15h00 : Atelier manuel - RDC                    | Magdalena      |
| 15h00 : Action de Prévention - Salle de réunion | Police         |
| 17h00 - 18h00 : Jeux de sociétés - RDC          | Abou et Claude |

## **Mercredi 19 Février**

|                                        |                |
|----------------------------------------|----------------|
| 11h00 : Atelier mémoire - RDC          | Isabelle       |
| 15h30 : Boxe - RDC                     | Intervenante   |
| 17h00 - 18h00 : Jeux de sociétés - RDC | Abou et Claude |

## **Jeudi 20 Février**

|                                         |                |
|-----------------------------------------|----------------|
| 11h00 : Bien être - Logement            | Ida            |
| 11h00 : Gym douce - Salon du A2         | Isabelle       |
| 15h00 - 16h00 : Yoga - Salle de réunion | Intervenante   |
| 17h00 - 18h00 : Jeux de sociétés - RDC  | Abou et Claude |

## **Vendredi 21 Février**

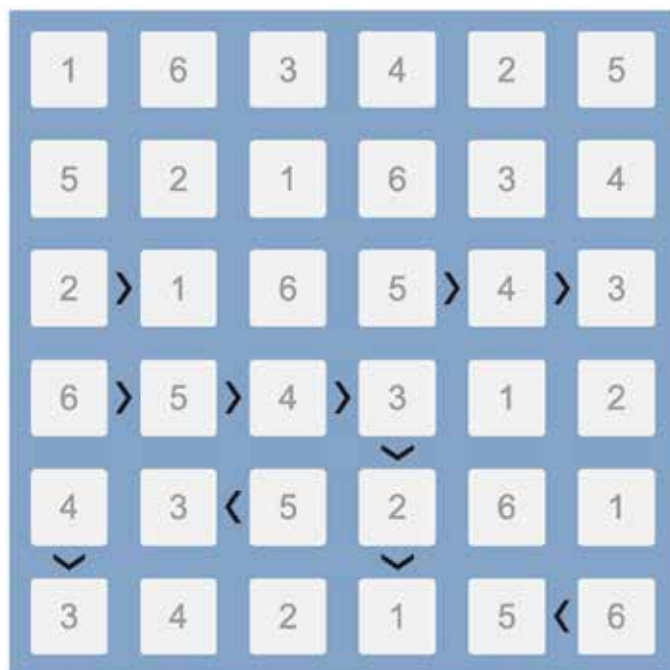
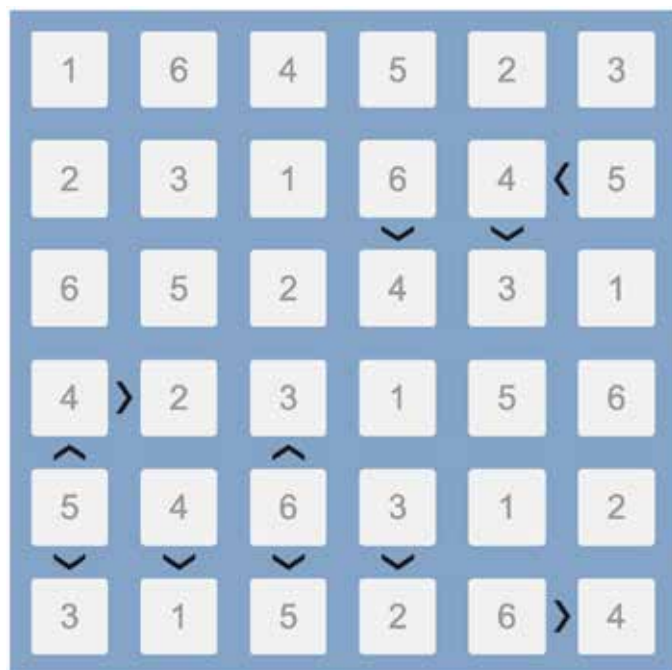
|                                        |                |
|----------------------------------------|----------------|
| 11h00 : Atelier écriture - RDC         | Ida            |
| 14h30 : Massage Salon de coiffure      | Intervenante   |
| 16h30 : Messe - RDC                    |                |
| 17h00 - 18h00 : Jeux de sociétés - RDC | Abou et Claude |

*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