

ça bouge !

09
Janvier
2026

ça bouge !

N°1747

DÉGUSTATION DE CHOCOLAT CHAUD À LA RÉSIDENCE PIERRE TABANOU



Bonjour à toutes et à tous,

Une pause gourmande autour du chocolat chaud a été organisée à la Résidence Pierre Tabannou.

L'anniversaire de Mme Bony a été célébré à la Résidence de l'Abbaye. Des Résidents de la PHV ont assisté au cirque Arlette Gruss. L'Accueil de Jour a proposé des activités hivernales aux bénéficiaires.

Le centenaire de Mme Brand a été fêté en grande pompe à la Résidence des Bords de Marne.

Une sortie à la découverte des illuminations du Château de Sucy-en-Brie a ravi des Résidents de la Cité Verte. Les bénéficiaires de l'Accueil de Jour ont célébré Noël autour d'un délicieux repas.

Des rencontres intergénérationnelles autour de la table Tovertafle sont de magnifiques moments de partage entre des Résidents et des enfants.

Le repas de Noël de l'Accueil de Jour a été un succès.

Bonne semaine à tous,

Margaux MESLET-MINOST
Responsable communication

Ça Bouge n°1747

10/01 > 16/01/2026

L'ACTU DES RÉSIDENCES

- DÉGUSTATION DE CHOCOLAT CHAUD À LA RÉSIDENCE PIERRE TABANOU
- CENTENAIRE DE MME BONY À LA RÉSIDENCE DE L'ABBAYE
- CENTENAIRE DE MME BRAND À LA RÉSIDENCE DES BORDS DE MARNE
- ILLUMINATIONS DU CHÂTEAU DE SUCY-EN-BRIE POUR DES RÉSIDENTS DE LA CITÉ VERTE
- RENCONTRES INTERGÉNÉRATIONNELLES À LA RÉSIDENCE DE LA CRISTOLIENNE
- SPECTACLE DU CIRQUE ARLETTE GRUSS POUR L'UNITÉ PHV DE L'ABBAYE
- ACTIVITÉS HIVERNALES À L'ACCUEIL DE JOUR DE L'ABBAYE
- REPAS DE NOËL À L'ACCUEIL DE JOUR DE LA CITÉ VERTE
- REPAS DE NOËL À L'ACCUEIL DE JOUR DE LA CRISTOLIENNE

ACTUALITÉS

- L'HISTOIRE SECRÈTE DE LA GALETTE DES ROIS
- JEUX : MOTS FLÉCHÉS
- PLANNING ACTIVITÉS

PIERRE TABANOU

DÉGUSTATION DE CHOCOLAT CHAUD

Un atelier chocolat chaud a été organisé en présence d'une diététicienne, dans une ambiance chaleureuse et conviviale. Des Résidents ont participé activement à la préparation tout en découvrant des conseils nutritionnels adaptés. Chacun a pris part aux échanges avec enthousiasme, faisant de ce moment un temps de partage apprécié par tous. L'atelier s'est déroulé dans la bonne humeur et a rencontré un franc succès auprès des participants.

L'équipe de la vie sociale



PIERRE TABANOU



ABBAYE

CENTENAIRE DE MME BONY

Nous avons eu la joie de fêter les 100 ans de Mme Bony début décembre. Entourée par ses proches, nous avons été heureux de la voir souffler sa centième bougie et lui souhaitons chaleureusement nos meilleurs vœux de la part de toute l'équipe de la vie sociale !



BORDS DE MARNE

CENTENAIRE DE MME BRAND

Le 30 décembre la Résidence a vécu un moment exceptionnel à l'occasion des 100 ans de Mme Brand, Résidente emblématique dont l'énergie et la joie de vivre continuent d'inspirer l'ensemble de l'établissement. Pour marquer cet anniversaire hors du commun, un dispositif tout particulier est mis en place pour les centenaires : le droit à un souhait. Et celui de Mme Brand était clair et sincère : fêter ses 100 ans entourée de toute la grande famille de la Résidence, Résidents comme membres du personnel.

Un souhait pleinement exaucé. Le jour J, tout le monde s'est réuni dans une ambiance festive et conviviale pour célébrer ce siècle de vie. Rires, souvenirs et émotions étaient au rendez-vous, dans un esprit de partage qui reflète parfaitement les valeurs de la maison.

Mme Brand avait également formulé un autre vœu, plus personnel: revoir son moniteur de ski, rencontré deux ans plus tôt lors d'un séjour à la montagne organisé par l'établissement. Ce séjour reste pour elle un souvenir marquant, symbole de liberté et d'aventure. Malheureusement, le moniteur n'a pas pu être présent pour cette journée si spéciale. Qu'à cela ne tienne : l'équipe a redoublé de créativité pour offrir à Mme Brand une surprise mémorable. Un strip-teaser a été spécialement réservé pour l'occasion, apportant une touche d'humour et de légèreté à la célébration. Cette animation, accueillie avec enthousiasme, a provoqué de nombreux éclats de rire et a permis à l'ensemble des Résidents de partager un moment joyeux et hors du commun. Mme Brand, ravie, a pleinement profité de cette surprise qui lui a fait passer un moment inoubliable.

Cette journée restera gravée dans les mémoires comme un bel exemple de convivialité, de respect des envies de chacun et de célébration de la vie à tout âge. À travers l'anniversaire de Mme Brand, c'est aussi un message fort qui est transmis : les rêves et les souhaits n'ont pas d'âge, et chaque moment mérite d'être célébré.

BORDS DE MARNE



CITÉ VERTE

ILLUMINATIONS DU CHÂTEAU DE SUCY-EN-BRIE

La sortie « illuminations de Noël » au château de Sucy-en-Brie a ravi les yeux et les cœurs. Le jardin du château était décoré de nombreuses illuminations géantes, avec en prime des plantes luminescentes tout à fait originales.

La féerie et la douceur de Noël se sont prolongées par un bon chocolat chaud au Quercy.

Françoise, responsable de la vie sociale



CITÉ VERTE



LA CRISTOLIENNE

RENCONTRES INTERGÉNÉRATIONNELLES AUTOUR DE LA TOVERTAFEL

C'est avec beaucoup de plaisir que des Résidents du PASA et de l'étage spécifique ont accueilli des enfants de la halte-garderie de la Croix-des-Mèches pour deux premières rencontres en ce début d'année scolaire. Réunis autour de la Tovertafel, table interactive à rétroprojecteur, petits et grands ont partagé des moments de jeu, de découverte et surtout de complicité.

Lors de la deuxième rencontre, les enfants sont arrivés avec une belle surprise : des dessins qu'ils ont remis aux Résidents, ravis de cette attention touchante.

Au programme : des jeux lumineux, tels que les lucioles, les fleurs, les notes de musique ou encore les animaux à deviner, qui ont captivé autant les enfants que les Résidents.

Chaque rencontre s'est clôturée dans la convivialité avec un goûter partagé, un moment simple et chaleureux qui vient renforcer les liens entre les générations.

L'équipe de la vie sociale



LA CRISTOLIENNE



ABBAYE - PHV

CIRQUE ARLETTE GRUSS

Des Résidents de l'unité PHV de l'Abbaye sont allés profiter du spectacle du cirque Arlette à la pelouse de Reuilly, à Paris. À cette occasion, ils ont invité Mme Boiselleau et Mme Fazilleau à se joindre à eux. Le but de cette sortie était de partager un moment convivial et de plaisir en regardant le spectacle sur le thème « Une parenthèse ».

Tout au long du spectacle, les Résidents ont exprimé leur joie par des sourires et des applaudissements. Le groupe était admiratif devant ce beau spectacle animé par un présentateur de prestige, accompagné d'un clown qui intervenait entre deux numéros.

Ils étaient très contents de se retrouver sous le chapiteau pour admirer les différents numéros époustouflants de danse, d'acrobatiés, de tours avec les chevaux, de voltige, sans oublier la boule géante avec la participation des motos dans la sphère. Tous ces numéros étaient impressionnantes, avec l'accompagnement de l'orchestre symphonique. Les Résidents ont vécu un très bon moment dans une ambiance colorée et festive, suscitant enthousiasme et curiosité.

L'équipe PHV



ABBAYE - PHV



ABBAYE - ADJ

ACTIVITÉS HIVERNALES

Durant ces températures négatives et l'arrivée de la neige, des activités au chaud ont été proposées ainsi qu'un bon chocolat chaud servi au goûter !

Les personnes accueillies à l'Accueil de Jour ont apprécié ces moments conviviaux.

Certains serveurs se sont amusés à montrer leur talent de sculpteur !

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



CITÉ VERTE - ADJ

REPAS DE NOËL

Les personnes accueillies à l'Accueil de Jour de la Cité Verte ont apprécié un délicieux repas de Noël. Un magnifique moment convivial pour finir l'année.

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



LA CRISTOLIENNE-ADJ

REPAS DE NOËL

L'accueil de jour de la Cristolienne a fêté cette fin d'année comme il se doit avec un excellent repas de Noël. Des petits fours accompagnant l'apéritif, du foie gras et tartare de saumon en entrée suivis de plateaux de fruits de mer, fromages et salade puis de deux délicieuses bûches de noël. Nous avons remercié le chef Laurent ainsi qu'Assa, chaleureusement applaudis par les bénéficiaires. L'ambiance musicale et festive a été menée par Jean Patrick qui a proposé un quizz de noël et fait gagner des cadeaux. Nous avons bien mangé, chanté et dansé, c'était une ambiance très festive et chaque personne nous a remerciés pour ce bon moment passé tous ensemble.

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



AFABEC



Des résidences de l'Abbaye, Bords de Marne, Cité Verte et Cristolienne

En convention avec l'Association Vieillir En Citoyens



VOUS INVITE
à l'ASSEMBLEE GENERALE des ADHERENTS
DIMANCHE 18 JANVIER 2026
à 16h45

Suivie de la REUNION DE TOUTES LES FAMILLES
et de la RENCONTRE avec M. CHAMPVERT
à partir de 17h15

RESIDENCE DE L'ABBAYE
10A Quai Beaubourg - 94100 Saint-Maur-des-Fossés

Éléments de guidance pour un lexique renouvelé de l'âge et des personnes âgées

RÉFLEXIONS DU CONSEIL DE L'ÂGE POUR UN VOCABULAIRE INCLUSIF ET ADAPTÉ



Nommer l'action du temps qui passe et pose ses traces sur les personnes et les sociétés, c'est écrire l'âge comme une réalité incontestable, mais mouvante et multiple. C'est dire que vieillir ce n'est pas franchir des seuils numériques, mais une avancée pas à pas.

Bien nommer, c'est refuser les mots qui réduisent, qui amalgament, qui enferment ou invisibilisent. C'est trouver une palette de termes qui dépeignent les plus âgés comme autant d'individualités ou de groupes, d'histoires de vie, de choix, de silences, mais aussi de désirs et de vies. Se pencher sur le lexique, c'est bien sûr reconnaître que les mots ont un poids, qu'ils façonnent les regards, orientent les gestes, et peuvent autant nourrir l'attention que l'indifférence. Ils disent notre capacité à voir dans le vieillissement non pas une perte, mais une transformation dans la manière d'habiter et de ressentir le monde.

Enfin, bien nommer le vieillissement et la vieillesse, c'est accepter un phénomène qui nous porte dès la naissance et nous accompagne dans notre traversée des ans.

A cette fin le Conseil de l'âge a engagé, dans le prolongement de ses travaux de 2019, une réflexion visant à moderniser et affiner le vocabulaire relatif à l'âge et aux personnes âgées, afin de proposer un lexique de l'âge clair et respectueux. Qui ne masque ni les hauts ni les bas, et permette à chacun, quel que soit son âge, de s'y reconnaître.

Cet avis synthétisant les réflexions du Conseil de l'âge a été établi à partir du document de restitution de ses travaux en ateliers, et des discussions de ses membres en séance plénière. Il offre une vue d'ensemble sur la manière dont le langage peut ou non soutenir la dignité, la diversité et la reconnaissance des parcours de vie à tous les âges.

En conclusion de ses travaux, le Conseil y propose des éléments de guidance permettant de déployer une démarche inclusive et adaptée dans l'usage du vocabulaire.



UNE DÉMARCHE PARTICIPATIVE POUR UN LANGAGE JUSTE DE LA POLYSÉMIE DE L'ÂGE ET DU VIEILLISSEMENT P.2-3



LES QUATRE PRINCIPES POUR UN LEXIQUE RESPECTUEUX DES ÂGES ET ADAPTÉ AUX PERSONNES ÂGÉES P.4-5



LES ÉLÉMENTS DE GUIDANCE POUR LE CHOIX ET L'USAGE DES MOTS RELATIFS AUX PERSONNES, AUX POLITIQUES ET AUX LIEUX P.6-7



PERSPECTIVES POUR TRANSFORMER DURABLEMENT LES REPRÉSENTATIONS DU VIEILLISSEMENT ET LUTTER CONTRE L'ÂGISME P.8

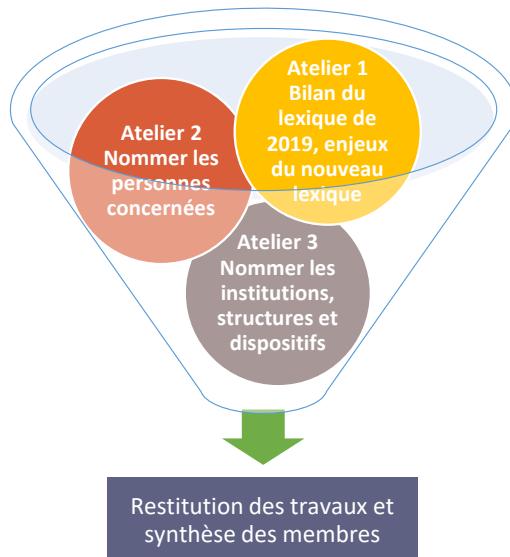
Le besoin de poursuivre les réflexions sur le lexique de l'âge

Le Conseil de l'âge avait déjà mené des travaux collégiaux sur la terminologie du grand âge. [Le lexique de 2019](#) avait ainsi préconisé le passage de « lutte contre la dépendance » à « soutien à l'autonomie » et de « personne dépendante » à « personne vulnérable ».

En 2024, il a décidé de faire de ce sujet un des trois volets de son nouveau programme de travail autour de l'âgisme. En effet, malgré l'allongement de la longévité et de l'augmentation de la capacité d'agir des seniors de tout âge, l'enquête d'opinion de 2024 du Conseil a révélé « [une France âgiste malgré elle](#) » avec la persistance de stéréotypes péjoratifs envers la vieillesse.

L'objectif en est de (re)définir une sémantique adaptée et intelligible décrivant réalités plurielles du vieillissement, et de proposer un lexique rénové. Ce dernier doit porter un récit positif, inclusif et non disqualifiant, éloigné d'une vision du déclin, reflétant plus justement la pluralité des expériences du vieillissement et reconnaître les personnes âgées comme des ressources, à l'image du rapport du Conseil sur « [la participation et la contribution économique, sociale et environnementale des seniors](#) ».

La démarche des travaux conduits en 2025



Conformément à ses principes de promotion de la participation, le Conseil de l'âge a adopté une méthodologie reposant sur la tenue de trois ateliers thématiques en présentiel, entre avril et juin 2025, animés par le [cabinet Asdo](#) (Loïcka Forzy et Mathilde Caro).

Ils ont été pensés dans une logique de construction collective progressive : comme les actes d'une même pièce où les mots sont les protagonistes.

Chaque rencontre a permis de construire progressivement une réflexion collective, balisée par des notes de cadrage, visant à renouveler le lexique pour lutter contre l'âgisme et proposer une vision plus juste et positive du vieillissement.

Implication des membres, d'associations et de personnes concernées

Le Conseil a tenu à impliquer et associer ses membres, mais aussi activement des associations et des « personnes concernées » – les personnes âgées elles-mêmes : les ateliers ont permis à des représentants de diverses fédérations et associations (telles OLD'UP, Citoyennâge ou le CNAV) de participer à ces travaux.

Enfin le troisième atelier s'est déroulé « en situation » au sein de l'Ehpad Alice Guy de la [fondation COS](#) à Paris, avec la participation directe de résidents et de professionnels (photo).

Pour le Conseil, poursuivre la réflexion sur un lexique de l'âge avec les personnes concernées, c'est garantir une meilleure adéquation des termes à leurs réalités et favorisant leur acceptation et leur diffusion.



Les défis du lexique de l'âge

L'initiative d'actualiser le lexique de l'âge, essentielle pour lutter contre l'âgisme, nécessite de trouver un équilibre délicat entre la lutte contre la stigmatisation et la tentation de l'euphémisation, afin de ne pas édulcorer les difficultés réelles rencontrées. La complexité réside dans la quête de termes précis, clairs et universellement compréhensibles, tout en évitant les sigles déshumanisants (le plus emblématique étant celui d'« Ehpad »).

- La notion d'âge

La définition même de l'âge est complexe en raison de la polysémie du terme « âge », distinguant notamment l'« âge civil », l'« âge statutaire » et l'« âge physiologique ». Il n'existe pas de seuil unique et partagé pour l'entrée dans la seniorité, variant de 45 ans en entreprise à 75 ans en gériatrie, ce qui génère une grande hétérogénéité des « vieillesses », *a fortiori* si on intègre la subjectivité de chacun.



- Les différents registres d'usage



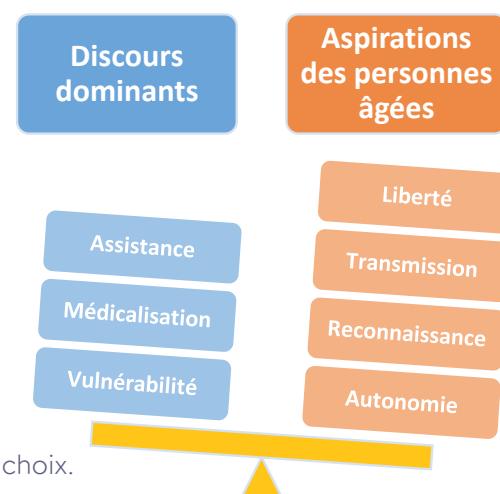
Les travaux doivent s'inscrire dans une approche pluridisciplinaire, entendue au sens des usages divers qui sont faits selon les milieux où elle est employée, et explorer l'usage des termes au travers de différents registres.

L'exploration de la déclinaison des termes à travers les registres distincts est un principe essentiel pour bien identifier les dynamiques des usages mais elle est aussi une source de complexité. Un terme peut être pertinent dans un registre, mais déplacé dans un autre.

- Les expériences des personnes concernées

Les expériences vécues sont fortement influencées par les discours dominants. La pandémie de Covid-19 et le scandale « Orpéa » ont renforcé leur image de vulnérabilité, les débats des retraites celle de génération dorée.

Les personnes âgées aspirent à un récit sincère, où elles sont représentées pour leurs apports, bien qu'elles puissent intérioriser les termes disqualifiants, affectant leur propre expérience du vieillissement. Une difficulté majeure est que certains termes peuvent être ambivalents : le « paradoxe fictionnel » de l'autonomie - qui insiste sur l'« auto-détermination » mais qui s'exerce dans une situation parfois considérée à risque par le corps médico-social et la famille - met par exemple en lumière la difficulté de concilier protection et liberté de choix.



La prise en compte des besoins existentiels et émotionnels, au-delà de ceux physiologiques, est un défi que toute réflexion sur un lexique doit relever.

Les quatre grands principes à suivre pour penser le lexique de l'âge et des personnes âgées

À l'issue de ce travail collectif, le Conseil a élaboré des grands principes relatifs au choix des mots de l'âge et des personnes âgées afin de susciter une réflexion partagée permettant à chacun, dans son champ d'action, de recourir à des termes respectueux et précis, adaptés aux réalités et aux aspirations des personnes concernées.

Ces éléments constituent un outil de référence pour l'ensemble des acteurs publics et privés désireux de promouvoir un langage inclusif et attentif aux représentations sociales du vieillissement.



Principe n° 1. Un lexique respectueux des personnes, de leur dignité et de leur capacité d'agir et de choisir



Le premier principe consiste à s'assurer que le lexique est le fruit d'une approche participative et concertée avec les personnes concernées, les décisions devant être prises non pas pour elles, mais avec elles. Cette démarche garantit une meilleure adéquation des termes à leurs réalités et favorise leur acceptation et leur diffusion. L'objectif est de voir dans le vieillissement non pas une perte de valeur, mais une autre manière d'habiter et de ressentir le

monde : permettre à chacun de s'y reconnaître avec dignité.

Le lexique ne doit pas réduire des périodes de vie à de simples « enjeux fonctionnels » (ou à la seule approche de l'autonomie fonctionnelle en réponse aux besoins primaires) ni s'inscrire dans le « prisme de la compassion », inadapté et stigmatisant, mais doit privilégier le « langage de la considération » en valorisant la personne en tant que citoyen(ne) à part entière.

Enfin, le langage doit rappeler l'identité d'abord, avant toute caractéristique circonstancielle, et mettre en lumière la singularité et la richesse de chaque parcours de vie. Parler de « personne avec un handicap » ou de « personne en besoin d'aide à l'autonomie », c'est reconnaître la primauté de l'individu sur l'étiquette, et éviter de réduire une existence à un état.

💡 **Question à se poser : le terme choisi valorise-t-il la personne en tant que citoyen(ne) à part entière, reconnaissant sa liberté et sa capacité d'agir et de choisir dans tous les domaines de sa vie (culture, logement, mobilité, etc.), au-delà de ses besoins primaires ou d'une simple approche fonctionnelle ?**

Principe n° 2. La lutte active contre la stigmatisation et la promotion d'une image inclusive



Le deuxième principe est de veiller à avoir un discours qui soit neutre et inclusif, qui ne juge pas une manière de vieillir et qui ne produise pas d'associations systématiques entre l'âge et la maladie ou une situation spécifique. Il convient ainsi de ne pas réduire les personnes à leur condition ou à l'événement qu'elles traversent (qualificatifs qui enferment) mais de les reconnaître avant tout dans leur singularité.

Le langage doit refléter la diversité des identités et des manières de vivre sa vieillesse, en s'éloignant d'un récit décliniste. Il doit également éviter tout jugement normatif, telle qu'une « injonction à l'activité » ou « au dynamisme ».



💡 **Question à se poser : le mot ou l'expression évite-t-il toute stigmatisation, dépréciation ou préjugé âgiste ? Ne réduit-il pas la vieillesse à une idée de dégénérescence, de perte ou de maladie ?**



Principe n° 3. L'acceptation de la dimension plurielle d'un lexique de l'âge et des personnes âgées

Le troisième principe est de pouvoir utiliser une pluralité de termes pour rendre compte des vieillesse et des contextes.

3.1 La reconnaissance de la pluralité des expériences et de l'hétérogénéité des vieillissements



Il est nécessaire de disposer d'une pluralité de termes pour exprimer les différentes étapes et réalités du vieillissement, qui s'est allongé et englobe des besoins, des envies et des cultures générationnelles variées. Les sexagénaires, septuagénaires, octogénaires et centenaires ont des réalités d'existence et des capacités d'agir très différentes, soulignant l'existence de parcours de vie et de différents états de vieillissement. Le lexique doit refléter ces vieillesse au pluriel.

💡 Question à se poser : le terme permet-il de rendre compte de la diversité des formes de vieillesse et de l'hétérogénéité des expériences individuelles, sans homogénéiser-catégoriser une catégorie de population ?

3.2 L'adaptation aux différents contextes d'usage et la conscience de la dimension performative du langage

Un terme peut être pertinent dans un registre (ex : médical) et stigmatisant dans un autre (ex : courant). Il faut accepter la coexistence de plusieurs termes selon les registres, tout en définissant des « passerelles » pour assurer la compréhension mutuelle. Il est nécessaire de choisir des termes qui peuvent orienter délibérément les politiques publiques vers des horizons souhaitables ou, parfois, qui interpellent pour provoquer des évolutions.



💡 Question à se poser : le terme est-il approprié au regard du registre et du contexte dans lequel il est employé ? Est-on conscient de la portée performative de ce mot, c'est-à-dire de sa capacité à influencer les décisions collectives ou individuelles, à forger une représentation ?

Principe n° 4. La clarté, l'intelligibilité et la fidélité aux réalités sans euphémisation



Le quatrième principe est de bannir progressivement les sigles jugés déshumanisants et peu compréhensibles (comme « Ehpad »). Les mots d'un lexique ont vocation à permettre de rendre compte des réalités de manière précise et non euphémisante.

Il s'agit aussi d'assumer la complexité des expériences humaines : certaines réalités et situations ne peuvent se condenser en un mot unique, sans les appauvrir ou de les déformer. Accepter d'utiliser plusieurs termes, parfois complémentaires, permet de mieux refléter la diversité des parcours, des ressentis et des contextes.

Un équilibre doit être trouvé entre des mots respectant les sensibilités, et suffisamment précis pour qualifier la pluralité de situations et favoriser une bonne compréhension et appropriation des termes par la société, y compris les médias.

💡 Question à se poser : le mot est-il clair, compréhensible et accessible à tous, y compris aux personnes concernées, sans nécessiter de définitions constantes ou de sigles obscurs ? Décrit-il les réalités vécues, y compris les difficultés, sans les édulcorer ou les banaliser ?

Les éléments de guidance pour le choix et l'usage des mots relatifs à l'âge et aux personnes âgées

Conscient de l'importance des mots dans la manière dont la société perçoit et accompagne l'avancée en âge, le Conseil a structuré sa réflexion autour de trois axes :

1. nommer les personnes, 2. nommer les politiques publiques, 3. nommer les lieux.

En lien avec les grands principes lexicaux qu'il a définis, il propose des éléments de guidance.

1. Pour nommer les personnes, des termes méritent d'être privilégiés

Recourir à une pluralité de termes adoptés, c'est reconnaître qu'il n'existe pas « une » mais « des » vieillesses. C'est préférer un langage de considération à un langage de compassion. En soi, vieillir n'est pas synonyme de déclin, mais la chance de vies plus longues et diverses.

Dans une perspective globale, « Personnes âgées » demeure une expression claire et respectueuse, et les termes les plus usités dans la version française des textes des organisations européennes ou internationales (ONU, OMS). « Aînés », très utilisé au Québec, met en valeur l'expérience et la transmission. « Seniors » peut être justement employé pour désigner les 65 ans et plus, même si les mondes du travail et du marketing peuvent l'utiliser dès 40 ou 45 ans. Les termes « adultes [les plus] âgés », traduction du « older adults » anglais, pourraient être plus utilisés, car indiquant que dès la sortie de la minorité, il y a une continuité dans le parcours de vie, évitant ainsi à la fois l'infantilisation et la singularisation des générations du haut de la pyramide des âges.

Certaines formulations ouvrent des pistes : « personnes avançant en âge » soulignent le caractère dynamique du vieillissement. D'autres vocables appellent à la prudence. « Retraités » désigne les individus par un statut social et ne doit donc être employé que pour désigner ceux qui ont liquidé leur retraite. Quant au mot « vieux », il est peut être revendiqué comme

 Privilégier personne en besoin d'aide à l'autonomie, personne vulnérable, personne âgée, aîné, adulte âgé, seniors	 Utiliser des expressions dynamiques comme personne avançant en âge	 Attention aux termes potentiellement réducteurs comme retraités ou vieux	 Proscrire les mots stigmatisants comme dépendant, ancien, inactif, Xème âge, boomer
---	---	---	--

une affirmation identitaire mais est majoritairement perçu comme péjoratif ou blessant. Enfin, certains termes doivent être proscrits : les expressions paternalistes (« nos anciens »), les catégories artificielles (« 4ème âge ») ou les interjections péjoratives (« boomer ») sont susceptibles d'enfermer dans des cases simplistes, d'homogénéiser des réalités multiples et de créer des « barrières » entre les générations.

À la frontière entre les situations personnelles et les politiques publiques, le Conseil proscrit de nouveau l'utilisation de « personne dépendante » qui enferme dans une image d'incapacité et de passivité. Le Conseil de l'âge recommande depuis 2019 l'utilisation des termes « personne(s) âgée(s) vulnérable(s) » à la fois moins stigmatisants et non déterministes (la vulnérabilité peut être réduite par la mobilisation de ressources propres ou extérieures). Leur caractère transverse (toute personne, quel soit son âge, est potentiellement vulnérable) et englobant (il est fonction d'un contexte et de différents types de fragilités - physiques, cognitives, familiales, socio-économiques) dessine un ensemble plus large que celui des personnes connaissant des désavantages liés au vieillissement physiologique et à l'avancée en âge. Le Conseil préconise d'utiliser pour ces dernières la notion de « personnes en besoin d'aide à l'autonomie » (voir *infra*).

2. Pour nommer les politiques publiques liées à l'âge, en finir avec la sémantique « défensive »

Dans l'architecture invisible de notre pacte social, les mots qui désignent les politiques publiques sont les fondations sur lesquelles nous bâtissons notre regard collectif sur l'avancée en âge. Longtemps, le langage a été celui de la « lutte contre la dépendance », une sémantique médicale, défensive et presque guerrière, qui créait une image éloignée des réalités de la longévité.

Aujourd'hui, un glissement s'opère, lent mais profond. Le terme « soutien à l'autonomie » du lexique de 2019 s'est imposé, marquant le passage d'une conception déficitaire à une vision capacitive de la vieillesse. De même, la notion immobilisante de « maintien à domicile » doit céder la place, comme le Conseil de l'âge le fait, à celle plus dynamique de « soutien (ou d'accompagnement) à domicile ». **Le Conseil rappelle que la notion de « dépendance » doit être proscrite afin de ne pas véhiculer l'idée d'une charge pesant sur la société ou sur l'entourage.**

<input checked="" type="checkbox"/> Privilégier besoin d'aide à l'autonomie, soutien à domicile, politiques du grand âge	 Utiliser l'autonomie dans l'ensemble de ses dimensions et pas uniquement fonctionnelle	 Attention aux termes comme perte d'autonomie ou maintien à domicile	 Proscrire la dépendance ou tout vocabulaire guerrier / déficitaire
---	---	--	---

L'expression « perte d'autonomie », qui lui avait été préférée lors des travaux de 2019, peut être couramment remplacée par celle de « besoin d'aide à l'autonomie » qui met l'accent non sur des capacités dégradées mais sur un besoin objectif d'accompagnements engageant la société. Il restera parfois nécessaire et admis

d'utiliser, notamment dans la sphère de production statistique ou académique, l'expression « perte d'autonomie des personnes âgées », pour la différencier d'autres situations (problèmes de santé aggravés ou désavantages liés à un handicap).

Enfin, « **politique de l'autonomie** » doit être utilisé avec discernement. Son emploi ne doit pas se réduire à la compensation des limitations fonctionnelles, mais aussi inclure la faculté de choisir selon ses valeurs et aspirations. Pour éviter à la fois la confusion et l'opposition avec la **politique du handicap**, on lui préfèrera parfois la notion de « **politique du grand âge** ».

3. Nommer les lieux et dispositifs : concilier réalité et aspiration

Nommer un lieu, c'est choisir entre décrire la réalité et dessiner celle que nous désirons, en utilisant des mots porteurs d'un avenir dans la pleine autonomie. Aujourd'hui, le vocabulaire des lieux des personnes âgées reste lourd de sens, historiquement médical, chargé d'une histoire où chaque appellation tente de rompre avec le passé.

Longtemps, nous avons parlé de « maisons de retraite », claire et familière, mais qui porte l'idée d'un retrait du monde, d'une mise à l'écart. Avant cela, la notion d'« hospice » renvoyait à un « mouroir », accentuant la stigmatisation et la dimension strictement sanitaire. Puis vint le règne des sigles froids : « Ehpad », acronyme technique qui s'est imposé mais qui est « usé » par les crises sanitaire et médiatique, renvoyant une image stigmatisante. Le lexique de 2019 avait tenté de lui substituer les « Rasa » (Résidences d'accompagnement et de soin pour aînés), sans succès.

L'enjeu est important : il faut trouver les mots qui impulsent la généralisation et la perception de solutions de « chez-soi accompagnés ». Le Conseil priviliege deux termes, « maison » ou « résidence », et n'a pas tranché entre eux. « Résidence » est connoté positivement mais peut

<input checked="" type="checkbox"/> Privilégier maison, résidence ou habitat, avec des qualificatifs positifs (inclusif, partagé)	 Utiliser un vocabulaire qui témoigne de vie, de dignité et de citoyenneté	 Attention aux termes trop institutionnels comme établissement ou structure	 Proscrire les sigles impersonnels (Ehpad) et les termes trop médicaux / techniques
--	--	--	---

« sonner » commercial et introduire une confusion avec l'offre existante (résidences autonomie, résidences service seniors). « Maison » évoque chaleur et appropriation, mais c'est un terme exigeant qui devient moins sympathique lorsqu'il est accompagné de son indispensable qualificatif (« de retraite », « d'accueil »). Ceux intermédiaires entre le domicile privatif et les structures médico-sociales, trouvent plutôt bien leur place et leurs noms : « **habitats inclusifs** » ou « **partagés** », « **domiciles regroupés** ».

Quel que soit le choix final, on préfèrera un lexique qui parle de vie, d'accompagnement et de citoyenneté, plutôt que de prise en charge et de médicalisation.

Un lexique vivant, socle d'un engagement collectif

Ce lexique de l'âge et des personnes âgées n'est pas une conclusion, mais une invitation : pensé comme un outil évolutif, il s'enrichira des usages et débats qu'il suscitera. Sa force résidera dans son appropriation par tous les acteurs – publics, privés, médiatiques et citoyens – pour transformer durablement les représentations sociales du vieillissement. Le Conseil de l'âge poursuivra cette dynamique à travers plusieurs axes :

 **Diffuser et accompagner** – Des actions de communication pourraient être menées pour présenter ces éléments de guidance auprès des professionnels, des institutions et de la société civile. L'objectif est de créer « le réflexe de la réflexion » sur l'emploi des mots, notamment dans les lieux d'enseignement et d'accompagnement et faciliter ainsi la compréhension intergénérationnelle. À cette fin, ces travaux ont été décliné en un guide pratique d'une page, sous la forme d'un poster pouvant être affiché dans les cabinets, établissements et services, écoles, centres et lieux d'accueil...

 **Évaluer et ajuster** – L'impact du lexique sera suivi dans le temps. Une attention particulière sera portée à l'évolution des termes dans différents registres (média, institutionnel, courant) pour mesurer leur diffusion et pertinence. Le Conseil reste à l'écoute des retours des personnes concernées pour faire vivre ce vocabulaire.

 **Approfondir et orienter** – Ce travail sémantique nourrit et est nourri par les autres travaux du Conseil, notamment ses [propositions pour un plan national de lutte contre l'âgisme](#) afin que se dessinent collectivement les contours d'une société plus inclusive, où nommer avec justesse devient le premier acte de respect et de reconnaissance de chaque parcours de vie.

Synthèse - Pour un langage de la considération de l'âge et des personnes âgées

Pour un langage juste et qui reflète la pluralité des vieillesses, le Conseil de l'âge propose quatre grands principes destinés à guider nos choix :

-  1. Un lexique respectueux des personnes, de leur dignité et de leur capacité d'agir et de choisir
-  2. La lutte active contre la stigmatisation et la promotion d'une image inclusive
-  3. L'acceptation de la dimension plurielle d'un lexique de l'âge et des personnes âgées
-  4. La clarté, l'intelligibilité et la fidélité aux réalités sans euphémisation

De ces principes découle une attention portée aux mots du quotidien, pour que nommer avec justesse devienne le premier acte du respect et de la reconnaissance de chaque parcours de vie :

	Nommer les personnes âgées	Nommer les politiques publiques	Nommer les lieux
 À privilégier (les chemins à suivre)	Personne en besoin d'aide à l'autonomie, personne vulnérable, personne âgée, aîné, adulte âgé, seniors, personne avançant en âge	Besoin d'aide à l'autonomie, soutien à domicile, politiques du grand âge	Maison, résidence ou habitat, avec des qualificatifs positifs (inclusif, partagé)
 À utiliser avec attention (les sentiers incertains)	Retraité, vieux	Perte d'autonomie, maintien à domicile	Les termes trop institutionnels comme établissement ou structure
 À proscrire (les impasses)	Les mots stigmatisants comme dépendant, ancien, inactif, Xème âge, boomer	La dépendance ou tout vocabulaire guerrier / déficitaire	Les sigles impersonnels (Ehpad) et les termes trop médicaux / techniques

Le Haut Conseil de la famille, de l'enfance et de l'âge est placé auprès du Premier ministre. Il est chargé de rendre des avis et de formuler des recommandations sur les objectifs prioritaires des politiques de la famille, de l'enfance, des personnes âgées et des personnes retraitées, et de la prévention et de l'accompagnement de la perte d'autonomie.

Le HCfea a pour mission d'animer le débat public et d'apporter aux pouvoirs publics une expertise prospective et transversale sur les questions liées à la famille et à l'enfance, à l'avancée en âge, à l'adaptation de la société au vieillissement et à la bientraitance, dans une approche intergénérationnelle.



www.hcfea.fr

LE RESPECTAGE

Dans le cadre d'un travail universitaire Pascal Champvert a rédigé un texte sur l'agisme.

En voici le début et vous pourrez découvrir la suite dans les futurs numéros de la revue (Partie 5/9)

Vous pouvez bien sûr lui adresser vos réactions par mail à l'adresse suivante : abcd94@orange.fr

Chapitre II – Le Respectage : le dépassement

Il peut paraître ambitieux d'envisager la société occidentale contemporaine en intégrant la sagesse des sociétés traditionnelles sur la place de chacun, tout en conservant ses propres acquis (niveau de vie et de protection sociale, droits humains, connaissances scientifiques et médicales, longévité...). Cela demande un changement de regard sur les plus âgés, sur le temps qui passe et sur la reconnaissance de la vulnérabilité de chacun, dans une société qui tend à promouvoir des valeurs contraires.

Dans « La vieillesse » Simone de Beauvoir l'annonce dès son préambule : « la vieillesse a une vision existentielle qui modifie le rapport au temps et au monde des individus mais parallèlement leur insertion dans la société à laquelle ils appartiennent leur impose un statut ». Elle souligne l'étroite interdépendance des différents points de vue, collectifs et personnels.

Il s'agit donc d'explorer les évolutions à proposer à la société au plan global et individuel, chez les plus jeunes et chez les plus âgés.

De ce point de vue, une approche qui envisage la responsabilité de chacun, à côté de la responsabilité sociétale, est plus complexe que l'approche qui se voudrait révolutionnaire, mais elle a sans doute plus de chances d'aboutir. Ainsi, on se placera plus volontiers du côté de Césaire et Senghor que de Fanon. Césaire prend la société telle qu'elle est même avec ses survivances coloniales, pour la faire évoluer, de l'intérieur, ce qui paraît plus porteur d'avenir, si l'on s'appuie sur une prise de conscience citoyenne des personnes discriminées.

De même Senghor a adopté une attitude de modification du système

LE RESPECTAGE

et non d'affrontement total. Césaire comme Senghor ont pu accéder à des responsabilités politiques qui leur ont permis de transformer le quotidien de leurs concitoyens. A un autre niveau on pourrait même considérer que la fougue et la colère qui habitaient Fanon lui ont causé une fin prématurée tandis que Césaire et Senghor ont pu vivre longtemps pour parachever leur œuvre.

Parallèlement, l'on ne peut sous-estimer les évolutions inquiétantes à l'œuvre dans de nombreux pays où la constatation même des discriminations est refusée, menaçant ainsi la réalité des droits humains. Le Brésil jusqu'il y a peu, la Hongrie, l'Italie et les États-Unis plus récemment, montrent ainsi que les progrès des droits humains ne sont jamais définitivement acquis et que la vigilance démocratique s'impose toujours.

I. Penser la place des vieux et des vieilles dans la société

1. Dépasser la séparation pour une réunification de la vie et de l'humanité ?

Refuser toute séparation entre jeunes et vieux, comme entre toutes les catégories conduisant à des discriminations, permet de reconnaître l'autre comme son semblable, comme un citoyen à part entière ; c'est incarner la fraternité de la République française (à laquelle on peut ajouter la sororité). C'est trouver des réponses communes à toutes et tous, même si elles doivent être adaptées individuellement.

Pour Jean Maisondieu, la non-reconnaissance de l'autre peut conduire à « L'autruicide », c'est-à-dire le meurtre symbolique de l'autre, un meurtre sans cadavre, difficile à appréhender et pourtant très présent dans notre société. Pour Maisondieu, l'autruicide est une pathologie de la fraternité.

Dans cette perspective, une parole forte au plus haut sommet de l'État s'impose. Comme l'ont fait plusieurs anciens Présidents contre le racisme ou l'antisémitisme, le Président de la République doit prononcer

LE RESPECTAGE

un grand discours pour nommer l'âgisme et inviter à le dépasser. Si la séparation est une opération diabolique, la contrer nécessite une opération symbolique, visant à rapprocher les parties séparées ; il s'agit au plan des inconscients individuels et de l'inconscient collectif de réunir.

Au-delà des désaccords politiques inévitables, la fonction doit être celle qui rassemble et rappelle le bien commun, pour, dans la lignée d'Aristote, guider les hommes (et les femmes !) vers la vertu.

D'un point de vue éthique, un être vivant issu de deux êtres humains est un être humain et le reste tout au long de sa vie quelle que soit sa situation ou l'évolution de son état de santé. Comparer des personnes âgées à des légumes doit être publiquement nommé comme incompatible avec l'exercice au quotidien des principes démocratiques.

Ainsi B Quentin montre combien Hegel a reconnu à Pinel d'avoir « rompu avec une conception du fou comme totalement séparé du commun des mortels » pour lui enlever ses chaînes. Il fallait construire ce pont qui relie les êtres humains entre eux et c'est bien ce dont les personnes âgées, tout particulièrement celles qui sont désorientées, ont besoin.

B Quentin poursuit avec Leibniz : il faut « accorder à la personne handicapée mentale la potentialité de la raison ». Il poursuit en indiquant que Leibniz reconnaît qu'une certaine raison peut exister tout en étant entravée, « au point qu'elle paraît imperceptible pour la plupart des hommes ». Reconnaître cette raison, même par intermittence, à celui qui a des troubles psychiatriques ou cognitifs, lui permet d'être reconnu comme pleinement humain.

Dans la lignée de Freud, la psychanalyse montrera qu'entre le « fou » et l'homme « sain », il existe un continuum menant de la légère névrose à la psychose, et non pas une rupture totale séparant des groupes d'êtres humains n'ayant aucun point commun. Pour C Pelluchon, « accepter notre propre vulnérabilité est le meilleur moyen de faire lien avec ceux qui sont gravement vulnérables. C'est à partir de celle-ci que l'on peut converser avec l'autre, même si ses comportements nous paraissent

LE RESPECTAGE

très différents ».

De son côté, E Fiat, récuse toute logique de séparation en s'appuyant sur la dignité . Il rappelle combien dans le christianisme aucun homme ne perd sa dignité aux yeux de Dieu pas plus dans une logique laïcisée pour Kant : « les choses ont un prix, mais l'homme a une dignité, laquelle dignité ne comporte ni degré ni partie ». On ne peut donc pas être plus ou moins digne, il n'y a pas des personnes dignes et d'autres qui ne le sont pas. E Fiat refuse une conception moderne selon laquelle « certaines maladies, certains handicaps ôtent la dignité ». Il indique que les hommes restent ontologiquement dignes en dépit de leur maladie ou leur handicap, même s'ils peuvent avoir des postures qui ne le sont pas.

« L'indignité des conduites ne saurait engendrer l'indignité des êtres », et la dignité ontologique doit toujours être « entretenue, réhabilitée, restaurée, promue par le respect. » Il s'agit alors pour les professionnels qui les accompagnent et pour leurs proches de « les aider à garder leur dignité », « les aider à être dignes de leur dignité ».

Plus largement cette distinction entre l'homme et sa conduite, peut être élargie au refus de toute séparation alimentant tout type de discrimination. C'est pour

E Fiat l'assurance que l'humanisme dont se prévaut, celui qui lutte contre une discrimination, trouve des racines profondes qui lui permettra d'être rigoureux plutôt que sentimental. En effet, pour lui, une position anti-discrimination doit savoir sur quoi elle se fonde pour ne pas être abandonnée aussi vite « qu'une femme par Don Juan ».

2) Reconnaître les apports des vieux dans la société

1. Les retraités actifs

Le Haut Conseil de l'âge met en évidence la contribution des seniors dans la société . Même s'il faut noter des différences entre les hommes et les femmes (les premiers étant plus investis que les secondes), ou en fonction de l'état de santé, ce sont les retraités et personnes âgées qui

LE RESPECTAGE

font fonctionner nombre de mairies rurales, d'associations éducatives culturelles, physiques et sportives, solidaires, cultuelles, sanitaires et médico-sociales....

Ils jouent par ailleurs un rôle important dans la garde d'enfants et dans les flux financiers intra-familiaux (aide aux enfants adultes ou aux parents vulnérables). En tant que consommateurs, ils contribuent à l'équilibre de nombreux secteurs, culture, restauration, loisirs, tourisme...

Au-delà, ils peuvent être porteurs de véritables évolutions de la société. Dans la perspective évoquée précédemment, les retraités, qui sortent des impératifs immédiats du marché, sont en mesure de réinterroger le modèle, d'inventer d'autres priorités et de transmettre une autre idée de la prospérité qui ne se mesure pas en vitesse ou en accumulation, mais en qualité des relations et en profondeur du sens.

Une grande présence de retraités qui réinterrogent le système productiviste peut constituer une évolution importante ; pour autant la prudence s'impose. Le système, s'il se sent dans l'incapacité de limiter la contestation par les vieux, pourrait bien activer une guerre des âges redoutable ; ainsi les jeunes n'ayant pas conscience du jeu qu'on leur fait jouer, pourraient s'opposer à des vieux vécus comme des profiteurs dangereux. Cette tendance est en gésine dans tous les discours critiques sur les boomers qui « profitent du système et ont laissé à leurs enfants un monde peu vivable ». L'âgisme peut alors se révéler un excellent moyen de conserver le système en l'état...

2. Les vieux vulnérables

Leurs apports peuvent s'analyser à plusieurs niveaux ; au-delà de la remarque déterminante de Jean-Jacques Rousseau dans la Nouvelle Héloïse selon laquelle « tout homme est utile à cela seul qu'il existe », on peut rappeler que les personnes âgées vulnérables, par l'accompagnement dont elles ont besoin, sont créatrices de centaines de milliers d'emplois non délocalisables (et beaucoup plus en perspective pour rattraper le retard français). Parallèlement leur présence est décisive en matière d'aménagement du territoire car en zone rurale le

LE RESPECTAGE

premier employeur est souvent l'établissement pour personnes âgées et le second le service à domicile.

On peut espérer qu'un meilleur respect de ces personnes leur permettra dans l'avenir, comme pour les retraités actifs, de participer en tant que consommateurs à différentes activités culturelles et touristiques.

Enfin, dans une société qui va toujours plus vite, les jeunes enfants vivent avec des parents et des grands-parents toujours pressés magnifiant la rapidité voire la précipitation ; la présence de crèches dans certains établissements pour personnes âgées a montré que les enfants de 2 à 3 ans qui partagent des jeux avec la génération de leurs arrière-grands-parents se concentrent plus longtemps sur les activités, car la patience et la concentration s'apprennent par imitation et imprégnation.

Mais C Pelluchon va plus loin et souligne que les grands vieillards pourraient « dévoiler une part de vérité que notre affairement nous dissimulerait », en constatant qu'ils vivent « parmi nous et non pas avec nous » : pour elle la présence de personnes très âgées permet de réinterroger l'une des bases même de notre société à savoir l'autonomie. En effet dit-elle « l'identification de l'autonomie à l'autodétermination et sa subordination à la possession de la raison, de la mémoire et du langage articulé témoignent de critères élitistes qui rejette dans l'indignité toutes les personnes » qui n'y ont pas accès.

Elle insiste sur le fait que l'autonomie comporte toujours des degrés et qu'il faut distinguer « être autonome » et « faire une action autonome » ; une certaine éthique de l'autonomie « confère un sens caricatural à l'autonomie, la vide de contenu et lui fait perdre la dimension universelle qu'elle a chez Kant, tout en lui conférant le statut de valeur des valeurs en excluant les personnes atteintes de troubles cognitifs ».

On parle alors de personnes « dépendantes » ou « en perte d'autonomie » ce qui les condamne aux yeux de la société à renoncer à toute possibilité de prise de décision les concernant, y compris les plus modestes. Cette situation dégrade considérablement l'estime qu'elles ont d'elles-mêmes et les empêche comme l'indique C Pelluchon d'être reconnues dans leur capacité à « hiérarchiser leur désir et à traduire leur volonté dans

LE RESPECTAGE

les actes ». Qu'on soit proche ou professionnel, il s'agit bien d'être à l'écoute des personnes ayant des troubles cognitifs et ne pas décider ou faire à leur place, en s'appuyant sur toutes leurs capacités. Il convient aussi de reconnaître que l'identité d'un être peut-être dans le présent notamment pour les personnes souffrant de troubles cognitifs.

C Pelluchon rappelle le concept de sollicitude de Paul Ricoeur : « il procède de l'autre souffrant, un donner qui n'est précisément plus puisé dans sa puissance d'agir et d'exister, mais dans sa faiblesse même » ; il s'agit alors pour elle de changer nos représentations sur ce qu'est une vie bonne » ; au-delà « la réflexion philosophique sur la vieillesse et radicale ; elle suppose l'amour du monde ».

Edgar Morin le dit autrement à partir d'un autre point de vue : c'est à partir de nos dépendances que nous créons de l'autonomie. Il n'y a donc pas de raison de considérer les uns dépendants et les autres autonomes...

Pascal CHAMPVERT

ACTUALITÉS

L'histoire secrète de la galette des Rois

Une tradition née dans les Hauts-de-France ? La galette des rois telle qu'on la connaît aujourd'hui pourrait trouver son origine dans la Somme. Selon Nadine Cretin, historienne des fêtes, on retrouve la trace de la première galette en pâte feuilletée en 1311, à Amiens, grâce à Robert II de Fouilloy, évêque d'Amiens. C'était alors un gâteau "feuillé" – sans fourrage. Mais c'est depuis le Nord de la région que la tradition de cette galette feuilletée s'est répandue au fil des siècles. À Dunkerque, c'est une brioche fourrée d'une crème mousseline aromatisée au rhum. À Amiens, on la préfère parfois sous la forme d'une Thuirinoise, sorte de brioche feuilletée à la crème d'amande surmontée de fruits confits... Plus généralement, c'est une galette beurrée à la frangipane ou, dans le sud de la France, un pain levé à la fleur d'oranger. Toutes présentent néanmoins deux points communs : elles contiennent une fève et sont ornées d'une couronne. C'est bien sûr la galette des rois, traditionnellement dégustée le 6 janvier, jour de l'épiphanie dans le calendrier chrétien, mais en réalité tout au long du mois en famille, entre amis ou entre collègues de travail.

Partagée depuis l'Antiquité

La galette des rois est donc avant tout une fête du partage. Et c'est dans l'antiquité qu'elle prend racine, à l'époque romaine. Il s'agissait alors, pour célébrer Saturne, le Dieu du temps, d'inviter au début du mois de janvier des esclaves pour partager avec eux une galette au beurre dissimulant une fève. Si un esclave la trouvait dans sa part (après, déjà à l'époque, qu'elles soient distribuées par le plus jeune caché sous la table), il gagnait le droit d'obtenir tout ce qu'il voulait pendant un jour et une nuit.

De la porcelaine contre la triche

C'est au moyen-âge que remonte la tradition d'une fève en porcelaine à la place de la fève comestible. En effet, celui qui la remportait devait obligatoirement payer une tournée générale de vin à l'ensemble des convives. Pour éviter de payer, certains avaient coutume de l'avaler! C'est donc pour lutter contre la tricherie qu'elle fut généralisée en porcelaine.

Source : Hauts-de-France

JEUX

MOTS FLÉCHÉS

MÛR POUR LA VIE		TOUT PETIT		SOUDER		MONTI- CULES		ORIENT		APPUYAI	
TRÈS CHAUVIN		LA FEMME DE TONTON		EN QUEL ENDROIT?		TEL L'OUZO		PARTIE CENTRALE DE L'ŒIL		FIN PRÊT	
►		▼		▼		▼		▼		▼	
AGACE- MENTS	►										
JUPE DE BALLERINE	►			LITTORAL ITALIEN	►						
►				NOM DE CHANTEURS							
ATTAKA AÉRIENNE	►					PIÈCE DE SOUS-MARIN	►			TROISIÈME NOTE	►
LA DÉESSE MÈRE	►					PAS LOIN DE DIJON				BILLETS VERTS	
►		SEREIN	►			▼		ANCienne PRINCESSE DE GALLES	►		
SE SOUMETTRE	DESSEINS	►	▼			SYMBOLE INFORMA- TIQUE	►	DÉNOUE- MENT	▼		
►	FOURBI DE PIOUIPOU					SAPER					
	▼					SANS ÉNERGIE	►				
C'EST UN PIQUE?	►			MODÈLE DE COUTEAU	►						
COEURS DE FRUITS	►			MATIÈRE À RIRE	►						
►				▼		▼					
PRÊTRE LAÏC	►							BIEN VENUE			
BRUIT D'EX- PLOSION											
►				RENCON- TRÉE	►			IL FAIT HI-HAN	►		
								SOLDAT DES USA	▼		
								LANGUE ANCIENNE OU MODERNE	►		

PLANNING ABBAYE

Samedi 10 janvier

10h à 11h45 : Les Résidents vous accueillent à La Boutique - Allée Commerçante
14h30 : Projet mémoire avec les étudiants de Marcelin Berthelot - Restaurant du parc

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

16h30 : Grand Jeu « Brainstorm »

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 »

14h00 : Départ spectacle le Roi soleil

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

Dimanche 11 janvier

11h00 : Réunion de l'association La Rose de l'Abbaye - Café Littéraire

15h30 : Grand jeu « Badminton » - 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 »

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

Lundi 12 janvier

15h00 : Vidéo documentaire « Brigitte Bardot : le serment fait aux animaux » - Théâtre

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

17h00 : Bingo - Espace bar

3ème Bellay

PLANNING ABBAYE

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

15h00 : Atelier contes salle Snoezelen

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

Mardi 13 janvier

10h00 : Cours de sport APA séniors - Salle Castel

11h00 : Cours de sport « ParaChute » - Salle Castel

11h30 : Cours de sport « ParaChute » - Salle Castel

11h30 : Sortie restaurant Japonais - Accueil

15h00 : Rencontre InterG avec l'école maternelle de Marinville - Grand restaurant

15h30 : L'heure musicale « Javier Torres Lopéz : Giselle - Ballet national de Finlande » 2ème 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 :

10h30 : Atelier manuel - Rotonde

10h30 : Soins esthétique

14h30 : Point Guichet

Mercredi 14 janvier

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

PLANNING ABBAYE

15h00 : Comité jeux - 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 - Allée commerçante

15h00 : Jeu de coordination et de reflexe - Rotonde castel

16h30 : Atelier tricot - Rotonde du 3ème Castel

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

Jeudi 15 janvier

14h30 : Tir à l'arc - Salle Castel

14h30 : Projet mémoire avec les étudiants de Marcelin Berthelot - Restaurant du parc

16h00 : Après-midi gourmand en compagnie de Marc Sax - 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

14h00 : Temps libre, temps individuel

14h30 : Départ courses Apéro table d'hôte

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

PLANNING ABBAYE

Vendredi 16 janvier

10h15 : Atelier Informatique « ordinateur » - Salon du Parc

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 : Table d'hôte

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 10 Janvier

11h00 : Réveil musculaire - Salle du parc
14h30 : Diffusion théâtre, « Joyeuses pâques » - Salle du Parc
17h00 : Jeux de questions - Cafétéria

Dimanche 11 Janvier

11h00 : Revue de presse - Cafétéria
15h00 : Jeux de table - Cafétéria
17h00 : Grand loto - Cafétéria

Lundi 12 Janvier

10h30 : 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 (le 1er lundi du mois) - Cafétéria

Animation 3ème étage

10h15 : Entrainement de Boxe

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 13 Janvier

10h30 : Avec le multi accueil - 2ème étage
11h00 : Écoute musical - Salle du Parc
14h30 : Atelier peinture - Accueil de jour du 3ème
17h00 : Chorale - Salle du Parc
17h10 : Loto - Cafétéria

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 14 Janvier

11h00 : Tai-chi- Salle du parc
14h00 : Balade entre nous
15h00 : Jeux de table - Cafétéria
17h00 : Jeux de questions - Cafétéria

Animation 3ème étage

11h00 : Jeux cognitifs
15h00 : Activité a la carte
17h00 : Accompagnement aux jeux - Cafétéria

Activités club

10h30 : Espace détente
12h00 : Repas entre amis
15h00 : Jouer avec les mots
17h00 : Accompagnement aux jeux - Cafétéria

Jeudi 15 Janvier

10h30 : Activités physique adapté groupe 3 - Salle du Parc
11h00 : Activités physique adapté groupe 1 - Salle du Parc
11h30 : L'épicerie fine

15h00 : A la manière de De Vinci - Cafétéria
17h00 : Jeux mystère - Cafétéria

Animation 3ème étage

12h00 : SORTIE RESTAURANT
17h00 : Accompagnement aux jeux - Cafétéria

Activités club

12h00 : SORTIE RESTAURANT
17h00 : Accompagnement aux jeux - Cafétéria

Vendredi 16 Janvier

11h00 : Documentaire «la Fiance côté nord » - Salle du Parc
14h45 : Tir à l'arc - Salle du Parc
15h15 : Atelier couture - Cafétéria
17h00 : La grande roue - Cafétéria

Activités club

10h30 : Séance snozelen
12h00 : Repas du club
14h30 : 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 10 Janvier

10h30 : Rangement des décorations de Noël - Étages	
15h30 : Quizz de saison - Espace bar	Aurélie
17h00 : Jeux de société - Étages et RDC	
3ème étage : 11h00 : Rangement des décorations de Noël	Emilie
15h30 : Écoute musicale	Emilie

Dimanche 11 Janvier

10h30 : Messe Télévision sur France 2	
15h30 : Ciné-club « Les malheurs de Sophie » - Salle d'activités	Aurélie
17h00 : Jeux de société - Étages et RDC	
3ème étage : 11h00 : Messe/ apéritifs	Emilie
15h30 : Jeu à la carte	Emilie

Lundi 12 janvier

10h30 : Rangement des décorations - Étages	
10h30 : Atelier peinture de Gildas - Salle d'activités	
15h30 : Atelier peinture de Gildas - Salle d'activités	
17h00 : Chiffres et lettres - Bibliothèque	Aurélie
3ème étage : 11h00 : Atelier sensoriel	Emilie
15h30 : Atelier Réminiscence	Emilie

Mardi 13 Janvier

10h30 : Boutique et Point Guichet	Françoise, Sylviane et Geneviève
14h30 : Tir à l'arc avec Marion - Salle d'activités	
15h30 : Atelier équilibre avec Marion - Salle d'activités	
17h00 : Mots croisés - Bibliothèque	Nadia
3ème étage : 10h30 : Boutique et promenade	Emilie
15h30 : Atelier culinaire	Emilie

Mercredi 14 Janvier

10h00 : Échange inter-g avec les enfants du RPE «Préparation de les couronnes»	
Nadia	
14h30 : Sport adapté avec Madelaine - Salle d'activités	
15h30 : Spectacle de chansons avec J.P Talmont - Restaurant	Nadia
17h00 : Scrabble - Bibliothèque	Stagiaire
3ème étage : 10h30 : Vie quotidienne	Resto
15h30 : Spectacle de chansons avec J.P Talmont	Restaurant

PLANNING CITÉ VERTE

Jeudi 15 Janvier

Joyeux Anniversaire à Mr René Prévot : 100 bougies

10h30 : Atelier Gym-Yoga avec Nathalie - Salle d'activités PHV

15h30 : Conférence « Les déchets des mers » Eric Darguet - Salle d'activités Aurélie

17h00 : Jeux de table - Espace bar

3ème étage : 11h00 : Vie quotidienne

15h30 : Atelier contes Pasa

Vendredi 16 Janvier

10h30 : Rangement des décorations - RDC

Françoise

15h30 : Réunion de préparation du CVS - Salle d'activités

Françoise

17h00 : Comité des voyages - Espace bar

Françoise

3ème étage : 11h00 : Atelier sensoriel

Emilie

15h30 : Atelier bien-être

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 10 Janvier

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

Dimanche 11 Janvier

- 11h00 : Écoute Musicale - PASA
- 14h45 : Video Club « Les fils de l'Homme » - PASA
- 17h00 : Grand Loto - Restaurant

Activités du 1er étage

- 11h00 : Émission Religieuse - Salle TV

Lundi 12 Janvier

- 11h00 : Gym Douce - Salon du Patio
- 15h00 : Café Philo - Restaurant
- 17h00 : La Grande Roue - Restaurant

Activités du PASA

- 10h45 : Médiation Animale
- 14h30 : Rythmes et Percussions

Activité du 1er étage

- De 15h00 à 18h30 : Les Rencontres de Marie-Claude - Rotonde

Mardi 13 Janvier

- 10h40-12h00 : La Boutique de la Cristolienne - RDC
- 11h00 GT : « Parrainage : Accueillir les nouveaux résidents » - Salon Patio
- 15h00 : Chorale - Salon Patio
- 17h00 : Bingo - Restaurant

Activités du PASA

- 10h30 : Musicothérapie
- 14h30 : Atelier Peinture

Mercredi 14 Janvier

- 11h00 : Boxe & Réflexes - Salon du Patio
- 14h30 : Activité Physique - Salon du Patio
- 15h30 : Para-Chutes G1 - Salon du Patio
- 16h00 : Para-Chutes G2 - Salon du Patio
- 17h00 : Jeux de Lettres - Restaurant

Activités du PASA

- 10h30 : Danse Adaptée
- 14h30 : Activité Bien-être

Activités du 1er étage

- 10h30 : Boxe - Salle TV

PLANNING CRISTOLIENNE

14h30 : Atelier Pâtisserie - Restaurant 1er
16h00 : Goûter Galettes des Rois - Rotonde

Jeudi 15 Janvier

11h00 : Atelier Écriture - Bibliothèque

15h00 : Yoga - Salon du Patio

17h00 : Loto - Restaurant

Activités du PASA

10h30 : Méditer en pleine Conscience

14h30 : Atelier Tricot

Activités du 1er étage

15h15 : Cours de Zumba - Rotonde

Vendredi 16 Janvier

11h00 : Doc « Ratons Laveurs » - PASA

16h00 : Moment Gourmand - Restaurant

16h30 : Ambiance Musicale avec Emanuela - 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 10 Janvier

11h00 : Les délices sucrées - Place vendôme	Isabelle
14h30 : rencontre intergénérationnelle - Place vendôme	

Dimanche 11 Janvier

11h00 : Emission religieuse - Place vendôme	Isabelle
15h00 : Loto - Place vendôme	Isabelle

Lundi 12 Janvier

11h00 : Pause café - Place vendôme	Ida
15h00 : Chorale - Restaurant aux mille saveurs	Thierry
16h00 : Heures savoureuses - Restaurant aux mille saveurs	Ida
16h30 : Guitariste L. FOULON - Restaurant aux mille saveurs	L. Foulon

Mardi 13 Janvier

11h00 : Gym douce - Place vendôme	Gertrude
15h00 : Atelier manuel - Place vendôme	Gertrude
17h-18h : Jeux apéro - Place vendôme	Abou et Claude

Mercredi 14 Janvier

11h00 : Atelier écriture - Place vendôme	Isabelle
15h00 : Mots croisés - Place vendôme	Isabelle

Jeudi 15 Janvier

11h00 : Atelier bien être - logement	Ida
11h00 : Visite bibliothèque - Place vendôme	Bibliothèque
15h30 : boxe - Place vendôme	Intervenant

Vendredi 16 Janvier

11h00 : atelier mémoire - Place vendôme	Isabelle
15h00 : Spectacle Anne La Belge - Place vendôme	Isabelle

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

Documentation, mise en page

Édition

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

Pascal CHAMPVERT

Margaux MESLET-MINOST

Les équipes de la vie sociale