

ça bouge !

23
Janvier
2026

ça bouge !

N°1749

PETIT-DÉJEUNER DES ROIS À LA RÉSIDENCE DES BORDS DE MARNE



Bonjour à toutes et à tous,

La chandeleur a été célébrée lors d'un somptueux petit-déjeuner à la Résidence des Bords de Marne.

Mme Rose, Résidente de la Cité Verte partage un poème sur la fin d'année. La galette des rois et un anniversaire ont été célébrés à l'Accueil de Jour.

Un petit-déjeuner musical a été organisé à la Résidence La Cristolienne. Des bénéficiaires de l'Accueil de Jour ont visité le Château de Vaux-le-Vicomte et ont profité d'une croisière nocturne sur la Seine.

Un après-midi festif a ravi des Résidents de Pierre Tabanou.

Un échange sur les oiseaux a permis à des Résidents de l'Abbaye d'en apprendre plus. Des Résidents de la PHV ont visité le musée de l'Armée. Des jeux d'adresse et de mémoire ont été organisés à l'Accueil de Jour.

Bonne semaine à tous,

Margaux MESLET-MINOST
Responsable communication

Ça Bouge n°1749

24/01 > 30/01/2026

L'ACTU DES RÉSIDENCES

- PETIT-DÉJEUNER DES ROIS À LA RÉSIDENCE DES BORDS DE MARNE
- POÈME DE MME ROSE, RÉSIDENTE DE LA CITÉ VERTE
- PETIT-DÉJEUNER MUSICAL À LA RÉSIDENCE DE LA CRISTOLIENNE
- APRÈS-MIDI FESTIF À LA RÉSIDENCE PIERRE TABANOU
- ÉCHANGE AUTOUR DES OISEAUX À LA RÉSIDENCE DE L'ABBAYE
- VISITE DU MUSÉE DE L'ARMÉE POUR L'UNITÉ PHV DE L'ABBAYE
- GALETTE DES ROIS ET ANNIVERSAIRE À L'ACCUEIL DE JOUR DE LA CITÉ VERTE
- VISITE DU CHÂTEAU DE VAUX-LE-VICOMTE ET PARIS BY NIGHT À L'ACCUEIL DE JOUR DE LA CRISTOLIENNE
- JEUX D'ADRESSE ET DE MÉMOIRE À L'ACCUEIL DE JOUR DE L'ABBAYE

ACTUALITÉS

- DES "VAGUES SOMBRES" PEUVENT PLONGER L'Océan dans le noir pendant des mois: un outil inédit mis en place pour les repérer
- JEUX : ANAGRAMMES
- PLANNING ACTIVITÉS

BORDS DE MARNE

PETIT-DÉJEUNER DES ROIS

Comment célébrer l'Épiphanie sans partager de délicieuses galettes ? Pour l'occasion, nous avons confectionné ensemble de savoureuses galettes à la frangipane. Des Résidents ont pris beaucoup de plaisir à mélanger les ingrédients — beurre, poudre d'amandes, œufs... — et à participer activement à chaque étape de la préparation.

Vint ensuite le moment de la décoration, où chacun a laissé libre cours à son imagination. Résultat : des galettes toutes plus belles les unes que les autres, bien dorées et appétissantes.

Pour accompagner ces douceurs, une compote de pommes maison a également été préparée, sans oublier le panettone qui est venu compléter ce petit déjeuner gourmand.

Dans une ambiance festive et conviviale, les Résidents étaient nombreux au rendez-vous pour partager ce chaleureux petit déjeuner des rois.

Sylvie, animatrice du club PASA et Evelyne, animatrice du service spécifique



BORDS DE MARNE



CITÉ VERTE

POÈME DE MME ROSE



Noël et Jour de l'An

Noël, c'est une fête chrétienne
La naissance de Jésus nous la fêtons à Bethléem
C'est aussi le grand jour pour les enfants
Sages ou pas sages
Qui attendent leurs cadeaux devant la cheminée
Les adultes profitent de l'occasion et font la fête.

Le jour de l'An,
Les familles se réunissent pour fêter ce renouveau
Malheureusement certains sont moins chanceux
que d'autres
Mais la charité reste universelle.

Tandis que la nature enlève sa parure de couleur
Sous terre le miracle continu
Des animaux hibernent en attendant le renouveau.

Adieu l'an 2025
Et vive le grand jour de l'An !

Lucienne Rose

LA CRISTOLIENNE

PETIT-DÉJEUNER MUSICAL

Un petit déjeuner musical a été organisé à la Résidence de la Cristolienne.

Au menu : viennoiseries, brioche, confitures et boissons chaudes à volonté.

Pour accompagner ce moment gourmand, nous avons eu le plaisir de recevoir des professeurs du conservatoire de Créteil : deux pianistes, un violoncelliste et un violoniste, qui ont joué et partagé avec nous un beau moment musical pour bien se réveiller.

Un grand merci à Mme Massol pour l'organisation de cet événement qui a ravi tout le monde.

L'équipe de la vie sociale



LA CRISTOLIENNE



PIERRE TABANOU

APRÈS-MIDI FESTIF

Quelle ambiance ! Cet après-midi festif a démarré en beauté avec une représentation gospel pleine d'énergie, qui a immédiatement donné le ton. Les voix puissantes et chaleureuses ont conquis le public et lancé les festivités sous le signe du partage et de la joie.

M. Decrouy, Maire de l'Hay-les-Roses, ainsi que Mme Gavril, Maire-Adjointe déléguée aux seniors et au lien intergénérationnel, étaient présents et ont souhaité aux 153 seniors présents de passer un agréable moment.

La suite n'a laissé aucun répit : Raffi a pris le relais et transformé la salle en véritable piste de danse. Impossible de rester assis ! Les participants se sont laissés entraîner par la musique, dans une ambiance joyeuse et décontractée.

Pour reprendre des forces, un délicieux goûter a été servi à table : une savoureuse part de bûche accompagnée d'un crémant pétillant, très appréciés de tous.

Et comment ne pas saluer l'énergie de Mme Dubarbier, Mme Bréant et Laurence, qui ont littéralement enflammé la piste de danse et donné le sourire à toute l'assemblée. Un après-midi réussi riche en rires, en musique et en beaux souvenirs !

L'équipe de la vie sociale



PIERRE TABANOU



ÉCHANGE AUTOUR DES OISEAUX

Une fois de plus, Véronique, bénévole à la Résidence, est venue nous partager ses connaissances autour de la faune et de la flore de nos environnements, en particulier à propos des oiseaux. Comment les nourrir, comment leur aménager un espace adapté : autant de sujets abordés lors de cette revue de presse de ce nouveau format.

Flora, équipe de la vie sociale

BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

Comment nourrir les oiseaux en hiver ?

À les voir virevolter dans les frimas de l'hiver, il est tentant de nourrir les oiseaux proches de notre domicile. Les spécialistes de la **Ligue de protection des oiseaux** préconisent cependant un nourrissage seulement en période de froid prolongé, notamment quand la neige et le gel limitent l'accès à la nourriture.

Par contre, dès que le nourrissage a débuté, il est préconisé de ne jamais le stopper. Les oiseaux risquent en effet de rencontrer des difficultés à rechercher une nouvelle source de nourriture, leurs déplacements générant des dépenses énergétiques importantes en période de grand froid.

Mais il n'est pas conseillé de nourrir les oiseaux en dehors de cette période car cela peut créer une situation de dépendance pour les jeunes nés dans l'année. Ils doivent apprendre à se nourrir par eux-mêmes.

La **Ligue de protection des oiseaux (LPO)** est une association française de protection de l'environnement fondée en 1912. Elle agit pour la biodiversité par la connaissance et la protection des espèces.

Infographie **Le JSL** - Source : Ligue de protection des oiseaux de Bourgogne Franche-Comté

Choisissez des mélanges de graines qui conviendront à de nombreuses espèces, quels que soient la taille de leur bec et leurs besoins

Nettoyez régulièrement vos mangeoires et abreuvoirs pour éviter l'apparition de maladies

6 conseils

Ne donnez pas de restes de repas, souvent trop salés, trop sucrés ou trop cuits pour leur organisme

Quand et comment arrêter ?

Lorsque les beaux jours reviennent, commencez par diminuer les quantités avant de stopper le nourrissage

Déposez la nourriture dans un endroit à l'abri des intempéries et hors de portée des prédateurs

N'oubliez pas de **proposer de l'eau** (à renouveler régulièrement en cas de gel)

Évitez de mettre trop de nourriture en même temps et au même endroit, pour limiter les conflits entre espèces



Photo Marie-Claude Genard

Les oiseaux du jardin



Pigeon ramier
Columba palumbus



Tourterelle turque
Streptopelia decaocto



Pic vert
Picus viridis



Pic épeiche
Dendrocopos major



Choucas des tours
Coloeus monedula



Pie bavarde
Pica pica



Geni des chênes
Garrulus glandarius



Troglodyte mignon
Troglodytes troglodytes



Pinson du nord
Fringilla montifringilla



Accenteur Mouchet
Prunella modularis



Etourneau sansonnet
Sturnus vulgaris



Moineau domestique
Passer domesticus



Mésange bleue
Cyanistes caeruleus



Mésange huppée
Lophophanes cristatus



Mésange charbonnière
Parus major



Mésange nonnette
Poecile palustris



Orite à longue queue
Aegithalus caudatus



Pinson des arbres
Fringilla coelebs



Rouge-gorge familier
Erithacus rubecula



Bouvreuil pivoine
Pyrrhula pyrrhula



Verdier d'Europe
Chloris chloris



Corneille noire
Corvus corone



Bergeronnette grise
Motacilla alba



Sittelle torchepot
Sitta europaea



Chardonneret élégant
Carduelis carduelis



Fauvette tête noire
Sylvia atricapilla



Rouge queue noir
Phoenicurus ochruros



Merle noir
Turdus merula



Tarin des aulnes
Spinus spinus

ABBAYE - PHV

MUSÉE DE L'ARMÉE

L'unité PHV de l'Abbaye est sortie au musée de l'Armée, situé aux Invalides à Paris. À l'arrivée, les Résidents ont été accueillis dans un cadre historique impressionnant. La visite a débuté par la cour d'honneur, où sont exposés de nombreux canons et pièces d'artillerie. Nous avons ensuite parcouru les collections permanentes, qui retracent l'histoire militaire française du Moyen Âge à l'époque contemporaine.

Les Résidents ont observé des armes anciennes, des armures, des uniformes et des objets ayant appartenu à des soldats.

La visite s'est poursuivie par le Dôme des Invalides, où se trouve le tombeau de Napoléon Ier. Ce moment a été particulièrement marquant par le caractère solennel du lieu et la richesse de l'architecture.

Les Résidents ont montré de l'intérêt tout au long de la visite. Certains ont été particulièrement attentifs aux objets anciens et aux maquettes, tandis que d'autres ont été impressionnés par la grandeur du site et du tombeau de Napoléon. Cette sortie culturelle a été très enrichissante pour tous. Ils étaient tous très contents de cette sortie, qui leur a permis de découvrir un lieu emblématique de Paris, et pour d'autres, de le revoir.

L'équipe de l'unité PHV



ABBAYE - PHV



CITÉ VERTE - ADJ

GALETTE DES ROIS ET ANNIVERSAIRE

Nous avons fêté la galette des rois avec des bénéficiaires et leurs familles.
Nous avons passé de bons moments de convivialité.
Nous avons également célébré l'anniversaire de Mme Gasq pour ses 90 ans, sa belle-fille avait préparé un très beau gâteau.

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



CITÉ VERTE - ADJ



LA CRISTOLIENNE-ADJ

CHÂTEAU DE VAUX-LE-VICOMTE ET PARIS BY NIGHT

Nous sommes allés au château de Vaux-le-Vicomte pour admirer les décorations des fêtes de fin d'année. Chaque pièce était sublimement décorée, c'était un véritable plaisir pour les yeux.

À la tombée du jour, une projection d'images accompagnée de musique a été projetée sur la façade arrière du château ; le thème de cette année était les fables de La Fontaine.

Les bénéficiaires ont beaucoup apprécié cette belle sortie.

Nous avons également fait « Paris by night » en bateau-mouche afin de découvrir, depuis la Seine, les illuminations, puis de parcourir les plus belles avenues de Paris.

Les souhaits et les choix de sorties des bénéficiaires ont été exaucés pour cette fin d'année.

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



LA CRISTOLIENNE-ADJ



ABBAYE - ADJ

JEUX D'ADRESSE ET DE MÉMOIRE

Des jeux d'adresse et de mémoire ont été organisés simultanément pour les personnes accueillies à l'accueil de jour, dans une très belle ambiance !

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



ABBAYE - ADJ



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 6/9)

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

Chapitre II – Le Respectage : le dépassement

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

3) Soutenir la participation des vieux dans la société

« En politique il faut favoriser le rajeunissement et limiter le nombre d'élus âgés ». Cette proposition, largement partagée par tous les courants politiques et l'immense majorité des citoyens mérite, en société âgiste, d'être examinée attentivement.

Il est peu contestable qu'une bonne représentation politique suppose une composition des assemblées délibérantes en reflet avec la société. À cet égard, l'augmentation du nombre de femmes ou de personnes issues des minorités « visibles » est un réel progrès, même si l'on peut regretter le faible nombre de responsables politiques en situation de handicap ou issus de classes sociales modestes.

Le pourcentage d'élus de plus de 60 ans (40 % en 2023) est supérieur à leur part dans la société (25%).

On pourrait souligner leur forte présence dans les conseils municipaux ruraux qui, pour la plupart, ne fonctionneraient pas sans les vieux et leur proportion à l'Assemblée nationale inférieure à celle dans la société, preuve des évolutions récentes ; reste le Sénat avec 56 % de plus de 60 ans et les conseils départementaux avec 40.

Il serait déraisonnable d'introduire des quotas d'âge, mais comme le propose le Haut Conseil de l'Âge, des limitations dans le temps peuvent être imposées pour éviter la monopolisation de certaines fonctions par les mêmes personnes. Pour autant, le problème majeur, passé inaperçu en société âgiste, est que le nombre de vieux dans une assemblée ne

LE RESPECTAGE

dit rien de ses préoccupations pour les vieux. En effet, un homme politique élu il y a 30 ans qui continue à se représenter, ne se vit pas comme un représentant des vieux, mais comme un représentant du toujours jeune homme qu'il est encore à ses yeux, mais plus aux yeux des plus jeunes ; et ces derniers se sentent plus efficaces pour représenter les « jeunes » ! Il est alors « un faux vieux », ou un « faux jeune ». Ainsi, l'opinion publique et les autres politiques souhaitent que ces faux vieux renoncent à leur mandat au nom de l'équilibre des âges (qui n'est pas sans lien avec un véritable âgisme). Leur maintien au pouvoir présente d'autres inconvénients puisqu'ils limitent l'accès au pouvoir de vrais vieux, qui eux s'assument comme tels. De plus, ces vieux élus refusent souvent de se saisir des questions du vieillissement, par désintérêt, par déni de leur propre vieillissement, ou par peur de ces sujets, comme certains le confessent en privé. Quand de faux vieux s'accrochent au pouvoir, les vrais vieux ne peuvent y avoir accès, ce qui limite l'expression des vieux par eux-mêmes et le traitement des sujets liés à la vieillesse et au vieillissement. On peut faire l'hypothèse que des vieux qui se vivraient comme vieux seraient beaucoup mieux reconnus, car la cohérence entre ce qu'on est et ce qu'on montre, entre son état et son image, est un signe d'authenticité, généralement très apprécié des électeurs.

Cette problématique a traversé les milieux homosexuels : ainsi, certaines associations militantes ont vivement reproché à des politiques, n'ayant jamais fait de coming out, de ne pas faire reculer l'homophobie car se vivant sur le plan public comme des hétérosexuels. En miroir, ces élus s'appuyaient sur le respect de leur vie privée et leur liberté d'afficher publiquement ou non leur homosexualité.

Au plan syndical et associatif, l'engagement des organisations de retraités est à souligner sur la question de l'âgisme, y compris à l'égard des plus vulnérables. En 2021 se crée le Conseil national Autoproclamé de la vieillesse avec le « mantra » : « rien pour les vieux sans les vieux ».

S'agissant des vieux vulnérables, les inclure dans les instances officielles traitant du grand âge, leur permettrait de développer leur point de

LE RESPECTAGE

vue par eux-mêmes en les soutenant avec des moyens humains et techniques, à l'image des représentants des personnes handicapées jeunes.

4) Respectage et vulnérabilité

1. La participation citoyenne des aînés vulnérables au quotidien

Il s'agit ici de rompre avec ce que B Quentin appelle « l'empathie égocentrée » qui consiste à se mettre à la place de la personne concernée, mais en conservant les réflexes de la personne valide ou jeune. Ce sont les personnes très âgées qui savent comment elles vivent au quotidien leur vulnérabilité ou handicap et les injonctions de la société. S'ouvre alors la possibilité de concevoir une personne âgée même vulnérable, heureuse comme l'évoque B Quentin démontrant avec Alexandre Jollien que l'équation handicapé = malheureux n'est pas une loi incontestable. Ainsi avec Marcel Nuss, B Quentin affirme que « la personne handicapée a plus de mal à vivre à cause de la souffrance possible des valides proches à son égard, que de sa propre souffrance ». Nombre de personnes âgées vulnérables témoignent régulièrement de cette réalité difficilement accessible à bien des mortels « non encore handicapés » ou « non encore vieux ».

Par ailleurs, l'écoute individuelle et collective des personnes âgées vulnérables permet d'éviter les « compensations inopportunes », qui consistent à décider à la place des personnes ce qui est bon pour elles. Pour cela, il est utile de s'appuyer sur une démarche d'expression collective comme Citoyennage qui permet aux personnes âgées vulnérables accompagnées à domicile et en établissement de s'exprimer sur leur vie quotidienne et sur les sujets de société qu'elles choisissent.

Pendant la crise du coronavirus, de nombreux résidents ont souligné la démesure de l'expression « guerre contre le virus ». Certains rappelaient avoir vécu la véritable guerre contre les nazis, d'une ampleur et d'une intensité incomparables. Ceux que l'on croyait être « les plus fragiles » se révélaient comme les plus résilients, parce qu'ils avaient traversé des

LE RESPECTAGE

épreuves historiques bien plus lourdes que celles d'une crise sanitaire. Par ailleurs, parler de la mort avec les personnes âgées reste un tabou. Les professionnels n'abordent pas ce sujet, redoutant qu'il n'effraie les résidents. Pourtant, nombre de ces derniers affirment que ce sont surtout les salariés et les familles qui ont peur d'en parler. En finir avec ce silence permettrait de sortir de l'infantilisation implicite et reconnaîtrait aux personnes âgées vulnérables leur droit à une parole sur la fin de vie.

La participation citoyenne peut aussi se développer dans les gestes de la vie courante. Partir de la vulnérabilité de l'autre, en acceptant sa propre vulnérabilité, c'est renoncer à vouloir que l'apparence des personnes âgées soit parfaite. Dans certains établissements, on voit des personnes âgées pousser elles-mêmes leur fauteuil roulant, parfois lentement, maladroitement ; d'autres avancent péniblement se mobilisant à la force résiduelle de leurs bras. Il serait évidemment plus rapide et plus « efficace » que des professionnels les poussent vers leur destination. Mais la diversité de ces vulnérabilités, ce temps pris pour accomplir des déplacements imparfaits, donnent paradoxalement une impression de vie intense et authentique. À l'inverse, quand tout est calculé pour la rapidité et l'efficacité, quand les résidents sont véhiculés par des professionnels pressés, règne un sentiment de vide dans le regard des personnes âgées. Arrivées à destination, elles n'ont plus rien à y faire : on les déplace, mais on ne leur laisse pas le temps de vivre. Ainsi est questionné le sens de l'action des professionnels, face à la liberté et à la capacité de décision des personnes; faire sa toilette, choisir ses vêtements, se déplacer est avant tout l'affaire de ces dernières, conformément à une approche centrée sur la corrélation entre liberté et désir, plutôt que sur une logique d'efficacité qui dépossède de toute alternative, de toute possibilité de changer d'avis en cours de route, de faire des rencontres...« Ne demande pas ton chemin à qui le connaît, tu pourrais ne pas te perdre ».

Parallèlement, promouvoir le droit aux risques des personnes âgées

LE RESPECTAGE

vulnérables c'est les respecter dans leur dignité. La logique selon laquelle « il faut qu'il ne leur arrive rien » permet aux familles de faire l'économie d'une véritable réflexion sur la mort, mais réduit leurs aînés à de simples corps qu'il faut préserver grâce à la « médicalisation » des établissements ou des services à domicile. Mais quand on prétend diminuer la mort, on découvre en réalité qu'elle règne de façon absolue. Ces corps qu'on veut lui retirer, portent sur leurs visages l'expression du vide, de la perte de sens, de l'insignifiance de la vie qu'on leur propose... donc de la mort.

2. Vers une logique domiciliaire : de l'établissement au droit au logement

La logique de « rester à domicile le plus longtemps possible » est destinée à invisibiliser les vieux vulnérables tout en indiquant qu'il y a « des limites au maintien à domicile » ; parallèlement le maintien d'établissements dysfonctionnels et chers conduits à « les éviter à tout prix ». Le vieux vulnérable est donc pris entre deux mauvaises solutions : être isolé et enfermé à son domicile ou bien enfermé dans une logique sécuritaire et sanitaire en établissement. A côté d'établissements réinventés, développer une vraie logique d'accompagnement à domicile avec un temps suffisant passé par les professionnels pourrait permettre le choix entre deux situations acceptables plutôt que la fuite entre deux situations repoussantes.

Rompre avec la logique d'établissement pour personnes âgées et donc accéder à un habitat de droit commun avec un bail permettrait de sortir d'une logique de « lit occupé » pour donner au résident (à l'habitant) un accès effectif à l'ensemble des droits relatifs au logement : aménagement libre avec des meubles personnels, liberté totale d'aller venir, liberté totale de recevoir des visites , de conserver avec soi les denrées alimentaires de son choix , de consommer du tabac et de l'alcool, de posséder un animal de compagnie....

Cette démarche conduirait à dépasser le modèle « EHPAD », cadre institutionnel rigide, alourdi par de multiples procédures et

LE RESPECTAGE

normes coûteuses, inégalement appliquées qui bureaucratisent l'accompagnement des personnes âgées vulnérables.

Une telle évolution permettrait de rendre effectives les recommandations de la Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie (CNSA) dans son rapport sur la logique domiciliaire.

Comme le rappelle E. Fiat « même le meilleur des soignants peut se laisser aller à des gestes de maltraitance [...] lorsque la mauvaise fatigue s'est insinuée en lui ». L'élément fondamental pour contrecarrer ce risque est de donner du pouvoir aux personnes accompagnées afin qu'elles puissent contrebalancer le pouvoir des soignants par une expression démocratique. C'est sortir de la logique institutionnelle.

Développer les habitats intermédiaires va dans le même sens.

3. Du « maintien à domicile » au droit au choix

Une visite familiale hebdomadaire, souvent considérée comme un effort de la part des proches, laisse en réalité la personne âgée seule vingt-deux heures sur vingt-quatre, six jours sur sept avec au mieux l'intervention de professionnels débordés. Est-ce vraiment un maintien du lien ?

Pour d'autres, le « maintien à domicile » se paie au prix de l'épuisement des proches — enfants, conjoints — dans une logique de solidarité familiale qui est en réalité une solidarité féminine : ce sont majoritairement les filles et les épouses qui assument cette charge. Certes, certains hommes accompagnent leur épouse dans la durée, mais ils restent minoritaires. Et l'indifférence des pouvoirs publics conduit à ce que la présence d'un conjoint âgé, lui-même fatigué voire handicapé, justifie la diminution des aides publiques. Ainsi, l'épuisement d'un proche devient un moyen de réduire le soutien, au lieu de l'accroître. Cette logique explique une statistique bien connue, mais sur laquelle aucune réflexion sérieuse n'est menée : un tiers des aidants décèdent avant l'aidé.

Il est donc préférable de défendre le droit au choix : demeurer dans son domicile historique ou intégrer des domiciles regroupés.

Par rapport aux petites structures, rappelons la réalité de la taille critique :

LE RESPECTAGE

d'un point de vue économique il n'existe pas de structure petite, peu coûteuse et de qualité. L'artisanat sait produire petit et de qualité, mais cher ; le luxe encore plus ; l'industrie sait produire de qualité, moins coûteux (voire à bas coût), à condition d'être grand. Assigner au secteur de l'aide aux personnes âgées la mission d'être petit, peu cher et de qualité revient inévitablement à sacrifier la qualité, seule variable non quantifiable de l'équation.

La question de l'aide aux personnes vulnérables ne peut donc se réduire ni au « maintien » à domicile, ni au modèle institutionnel actuel. Elle appelle une véritable refondation sociale et politique qui reconnaisse aux aînés un droit au choix, une pleine citoyenneté et une participation effective à la vie collective. Cela suppose de sortir de la logique âgiste qui invisibilise, stigmatise ou disqualifie, pour mettre en œuvre une société réellement inclusive. Rendre effective la possibilité d'aller et venir librement y compris pour les personnes ayant des troubles cognitifs permettra le développement de technologies de soutien adaptées, qui aujourd'hui ne sont pas déployées faute de demande. Des exceptions à la liberté sont envisageables si elles sont cadrées par voie législative.

Il en va de même pour le consentement à l'entrée dans une structure ou la mise en place d'interventions à son domicile : les dispositions concernant les soins sous contrainte des personnes souffrant de troubles psychiatriques permettent un recours en justice laissant le pouvoir aux mains des personnes concernées : elles ont ainsi fait diminuer de façon importante les pratiques contraignantes en psychiatrie alors qu'elles sont encore courantes au détriment des vieux vulnérables.

Enfin, comme le prévoyait la loi 2005 sur les personnes handicapées, instaurer les mêmes prestations avant et après 60 ans conduirait à plus d'accompagnement pour les vieux vulnérables et à de meilleures conditions de vie.

4. L'accompagnement des professionnels

La prise de conscience de l'âgisme et du Respectage peut permettre aux professionnels du secteur de refuser l'un en développant l'autre,

LE RESPECTAGE

et de cultiver leur patience. Il y a un siècle, en France, en 1925 les militantes féministes demandaient le droit de vote et les homosexuels la dépénalisation de leur mode de vie. Les premières attendront près de 20 ans et la traversée d'une guerre, les seconds près de 60 ans. Travailler pour les personnes âgées en société âgiste nécessite du recul, de la patience, du militantisme et une solide conception du sens de son travail, de son engagement et plus fondamentalement de sa vie.

Le turnover important dans ces métiers est la conséquence de la dévalorisation des personnes âgées et de ceux (celles !) qui travaillent à leurs côtés et des maigres budgets qui leur sont accordés du fait de l'âgisme. Mais plus fondamentalement, l'absence de sens dans ces fonctions est le moteur principal du découragement de professionnels qui ne comprennent pas les mécanismes profonds à l'œuvre ; ils (elles !) se retrouvent ainsi totalement démunis, écartelés entre leur espoir d'accompagner au mieux les personnes âgées (dans la dignité dirait E. Fiat) et le déni d'humanité à laquelle la société les confronte, et pire, leur demande de participer.

Sortir les politiques publiques d'un attermoisement entre mépris et pitié pour les vieux vulnérables, permettrait de définir les lignes d'une véritable citoyenneté, quel que soit l'âge et le handicap, en y consacrant les moyens adaptés, certes financiers, mais avant tout en termes de regard et de considération.

Pour C Pelluchon , il s'agit de remettre en question les représentations de la société pour prendre en considération ce que sont les personnes âgées, ce qu'elles sont en mesure d'apporter, plutôt que « de voir ce qui leur manque (jeunesse, santé, énergie, pouvoir) »

Pascal CHAMPVERT

ACTUALITÉS

Des "vagues sombres" peuvent plonger l'océan dans le noir pendant des mois: un outil inédit mis en place pour les repérer

Des chercheurs se sont penchés sur un phénomène sous-marin longtemps resté invisible aux yeux de la communauté scientifique : les épisodes de pénombre qui fragilisent la faune et les végétaux vivant sous la surface. Un outil vient d'être conçu pour détecter ces événements et mieux les comprendre.

Tout comme le ciel peut s'assombrir sous la pollution ou les nuages, l'océan peut lui aussi être plongé dans l'ombre. Sauf que l'obscurité n'est pas forcément passagère. Au contraire, elle peut s'installer dans de vastes zones aquatiques pendant des mois, avec des conséquences dévastatrices pour les écosystèmes sous-marins. Ces épisodes "intenses" de baisse de lumière sous la surface viennent d'être mis en évidence dans une nouvelle étude, publiée dans la revue *Communications Earth & Environment*.

L'océanographe François Thorat, à la tête de ces travaux, explique à *Science Alert* : "La lumière est un facteur fondamental de la productivité marine jusqu'au sommet de la chaîne alimentaire, mais jusqu'à présent, nous ne disposons d'aucun moyen cohérent pour mesurer les réductions extrêmes de la lumière sous-marine, et ce phénomène n'avait même pas de nom." Ses confrères et lui ont décidé de lui en donner un : il faudra désormais parler de "vagues sombres" ("marine darkwaves").

Un outil pour prévenir les nouvelles vagues

Jusqu'ici, les scientifiques étudiaient surtout l'"assombrissement des océans", un phénomène lent et progressif observé depuis des décennies, associé au déclin des forêts de kelp, au retard de développement du phytoplancton, au stress des récifs coralliens et au rétrécissement des herbiers marins. Mais cette approche ne prenait pas en compte les épisodes courts et brutaux causés par des tempêtes, la prolifération des algues ou les dépôts de sédiments, qui font souvent suite à des événements naturels tels que des incendies de forêt, des cyclones et

ACTUALITÉS

des coulées de boue.

Or, pour les auteurs de cette nouvelle étude, ces courtes périodes d'obscurité sont tout aussi dommageables que cet assombrissement lent et à long terme. Ils ont donc créé un dispositif pour identifier ces événements ponctuels, en s'inspirant des méthodes utilisées pour repérer les vagues de chaleur marines. Plusieurs critères ont été définis comme la durée minimale, l'ampleur de la perte de lumière par rapport à la saison et la profondeur concernée.

Une base solide pour les décideurs

Ce modèle d'analyse a ensuite été appliqué à plus de vingt ans de données recueillies au large de la Californie et de la Nouvelle-Zélande. Sur la période s'étalant entre 2002 et 2023, les scientifiques ont détecté entre 25 et 80 vagues sombres sous-marines près de la côte est de la Nouvelle-Zélande. La plupart ont duré entre cinq et quinze jours, mais l'une d'elles a persisté pendant 64 jours. Beaucoup étaient liées à des tempêtes, notamment le cyclone Gabrielle en 2023, mais aussi à la déforestation, aux incendies, à l'efflorescence phytoplanctonique ou à certaines activités humaines.

L'étude ne mesure pas directement l'étendue des dégâts écologiques, d'autres travaux supplémentaires viendront, mais elle renvoie à des recherches antérieures qui prouvent que "même de courtes périodes de faible luminosité peuvent perturber la photosynthèse des forêts de kelp, des herbiers et des coraux" et modifier le comportement des poissons, des requins ou d'autres mammifères marins.

Les auteurs estiment que ce nouvel outil sera précieux "pour les iwi et les hapū, les communautés côtières et les défenseurs de l'environnement marin qui ont besoin d'informations précises pour orienter leurs décisions".

Source : GEO

JEUX

ANAGRAMMES

TANCÉE		IRE		PARA		LAI		CORS		TESTÉ
MIRAGE		MUAS						IULE		
						LOTI				
						DIOR				
UNE				PICOLÉ						
ABS				CASH						
			ARC				SET			
			NOTES				ARE			
CHAS					DUR				ESPRIT	
ÈS					SPA					
		PIETÀ						SP		
		PEINT						NOM		
INFO	SAPE					MAI				LEST
	ROSE					SUE				
				US			SOT			
				BEL			CAR			
BONS					SÉANT					
EST					LI					
			LIRE					LE		
GRÊLE						ROCS				

PLANNING ABBAYE

Samedi 24 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

15h30 : Grand Jeu « Juste prix » - Grand restaurant

20h00 : Théâtre sur réservation « Signé Lupin » - Théâtre

3ème Bellay

11h00 : Atelier dessin

15h30 : Jeux de table

4ème Bellay

10h30 : Danse

11h30 : Vie quotidienne

15h00 : Écoute musicale

16h30 : Poésies et Fables

17h00 : Temps de parole

Unité PHV :

10h00 : Accompagnement Individuel « Prendre soin de son chez soi »

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

Dimanche 25 janvier

10h30 : Réunion de l'association La Rose de l'Abbaye - Café littéraire

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

16h00 : Théâtre sur réservation « Signé Lupin » - 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 »

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

Lundi 26 janvier

10h00 : Jeu de marche et équilibre groupe 1 avec Cécile IDMTAL - Salle Bien-être

11h00 : Jeu de marche et équilibre groupe 2 avec Cécile IDMTAL - Salle Bien-être

15h00 : Conférence « Le Titanic » - Théâtre

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

17h00 : Bingo - Espace bar

PLANNING ABBAYE

3ème Bellay

11h00 : En route pour le pressing
15h00 : Club Vidéo - Théâtre
17h00 : Jeu Interactif « mots croisés »

4ème Bellay

10h30 : Chant
11h30 : Vie quotidienne
15h30 : Petit BAC
17h00 : Lecture / Temps de parole

Unité PHV :

10h00 : Bonjour chez vous
10h30 : Écoute musicale - Rotonde du 3ème Castel
15h00 : Atelier contes - Salle Snoezelen
20h00 : Temps de détente autour d'une tisane - Rotonde

Mardi 27 janvier

10h00 : Cours de sport APA seniors - Salle Castel
11h00 : Cours de sport « ParaChute » - Salle Castel
11h30 : Cours de sport « ParaChute » - Salle Castel
14h00 : Sortie Cinéma - Accueil
15h00 : Atelier créatif des petites mains - Grand restaurant
15h30 : L'heure musicale « Samara Joy Philharmonie de Paris » - 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

PLANNING ABBAYE

Mercredi 28 janvier

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

15h00 : Jeux de table - Espace bar

15h00 : Club Bridge - Petit restaurant

16h45 : Loto - Espace bar

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

3ème Bellay

11h00 : En route pour le pressing

15h00 : « Mise en voix » avec Cathy

17h00 : Petit loto

4ème Bellay

10h30 : Manucure

10h30 : Atelier de Musicothérapie avec Jeanne

11h30 : Vie quotidienne

14h30 : Préparation de salade de fruits

16h00 : Mise en voix avec Cathy

17h00 : Jeux de questions

Unité PHV :

10h30 : Jeu au tableau

10h à 11h45 : Les Résidents vous accueillent à la Boutique - Allée commerçante

15h00 : Loto - Rotonde castel 3ème étage

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

Jeudi 29 janvier

14h30 : Tir à l'arc - Salle Castel

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

16h00 : Après-midi gourmand en compagnie de Laurent Attali - 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 : Départ cours apéro dînatoire

14h00 : Temps libre, temps individuel

19h00 : APÉRO DÎNATOIRE

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

PLANNING ABBAYE

Vendredi 30 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 : Atelier Quizz musical - Rotonde du 3ème Castel
14h00 : Temps libre, temps individuel
16h30 : Atelier tricot - Rotonde du 3ème Castel
20h00 : Temps de détente autour d'une tisane - Rotonde

Les Résidents intéressés par les sorties organisées par l'unité PHV peuvent s'y inscrire au Point Info, sous réserve de places disponibles.

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

L'équipe de la vie sociale

PLANNING BDM

Samedi 24 Janvier

11h00 : Réveil musculaire - Salle du Parc

14h30 : Diffusion séance spéciale, « au plus près des requins » - Salle du Parc

17h00 : Jeux de questions - Cafétéria

Dimanche 25 Janvier

11h00 : Revue de presse - Salle du Parc

15h00 : Jeux de table - Cafétéria

15h00 : Atelier couture - Cafétéria

17h00 : Grand loto - Cafétéria

Animation 3ème étage

11h00 : Jeux cognitifs

15h00 : Activités à la carte

17h00 : Accompagnement aux jeux - Cafétéria

Lundi 26 Janvier

11h00 : Entraînement de Boxe - Salle du parc

15h00 : Assemblée de prière - Salle du Parc

15h00 : Jeux de connaissance - Cafétéria

16h00 : Heures Savoureuses - Cafétéria

16h30 : Ambiance musicale accordéon - Cafétéria

Animation 3ème étage

10h15 : Entraînement de Boxe

11h00 : Jeux cognitif

15h30 : Heures savoureuses/ accordéon avec le multi accueil

Activités club

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

16h30 : Ambiance musicale accordéon et heures savoureuse - Cafétéria

Mardi 27 Janvier

11h00 : Écoute musical - Salle du Parc

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

15h00 : Jeux de connaissance - Cafétéria

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

PLANNING BDM

16h00 : Collation entre amis
16h45 : Préparation aux jeux de 17h
17h00 : Accompagnement aux jeux – Cafétéria

Mercredi 28 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
15h30 : GALETTE DES ROIS avec les amis de la Cristolienne
17h00 : Accompagnement aux jeux - Cafétéria

Activités club

10h30 : Atelier Pâtisserie
12h00 : Repas entre amis
15h30 : GALETTE DES ROIS avec les amis de la Cristolienne
17h00 : Accompagnement aux jeux - Cafétéria

Jeudi 29 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 Matisse - Cafétéria
17h00 : Jeux mystère - Cafétéria

Activités club

10h45 : Atelier Créatif inter génération
14h30 : Séance snoezelen
17h00 : Accompagnement aux jeux - Cafétéria

Vendredi 30 Janvier

11h00 : Documentaire « La Loire et ses châteaux » - Salle du Parc
14h45 : Tir à l'arc - Salle du Parc
15h15 : Atelier couture - Cafétéria
17h00 : La grande roue - Cafétéria

Activités club

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 24 Janvier

Joyeux Anniversaire à Me Marie Bezol : 100 bougies

10h30 : Vie de quartier - Étages

15h30 : Conférence « Les Années 60 » avec P. Prévot - Salle d'activités Aurélie

17h00 : Jeux de société - Espace bar Stagiaire

3ème étage : 11h00 : Atelier culinaire Emilie

15h30 : Dégustation en musique Emilie

Dimanche 25 Janvier

10h30 : Messe TV sur France 2

15h30 : Bowling - Salle d'activités

Aurélie et Emilie

3ème étage : 10h30 : Messe et apéritif

Emilie

15h30 : Bowling - RDC

Emilie

Lundi 26 Janvier

10h30 : Vie de quartier - Étages

15h30 : Atelier « Expression théâtrale » - Salle d'activités

Aurélie

17h00 : Chiffres et lettres - Bibliothèque

Stagiaire

3ème étage : 11h00 : Atelier « réveil corporel »

Emilie

15h30 : Atelier réminiscence

Emilie

Mardi 27 Janvier

10h30 : Boutique et Point Guichet

Françoise, Sylviane, Genviève

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

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

17h00 : Mots croisés - Bibliothèque

Françoise

3ème étage : 11h00 : Boutique et promenade

Emilie

15h30 : Atelier bien-être

Emilie

Mercredi 28 Janvier

16h00 : Réunion du CVS

10h00 : Échange inter-g « Galette des rois »

Animatrice

14h30 : Sport adapté avec Madelaine - Salle d'activités

15h30 : Spectacle de chansons avec J.P Talmont

Aurélie

17h00 : Scrabble - Bibliothèque

Stagiaire 18h00 :

Conseil d'administration

19h00 : Vœux des Élus et célébrations des centenaires

3ème étage : 11h00 : Vie quotidienne

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

PLANNING CITÉ VERTE

Jeudi 29 Janvier

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

PHV

15h30 : Assemblée Générale « Association Le temps de Vivre » - Espace bar

Françoise, Régine, Aurélie, Laura

17h00 : Adhésion à l'association « Le temps de Vivre »

3ème étage : 10h30 : Vie quotidienne

15h15 : Les contes

Pasa

Vendredi 30 Janvier

Joyeux Anniversaire à Mme Jeannine Davidian : 100 bougies

15h30 : Atelier Sophrologie - Salle d'activités

Laura

17h00 : Jeux de société - Espace bar

3ème étage : 11h00 : Atelier sensoriel

Emilie

15h30 : Jeux d'adresse

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 24 Janvier

11h00 : Revue de Presse - Salon du Patio

15h00 : Ping Pong - Salon du Patio

17h00 : Le Quiz - Restaurant

Dimanche 25 Janvier

11h00 : Écoute Musicale - PASA

15h00 : Video Club « 127 heures » - PASA

17h00 : Jeu Mystère - Restaurant

Activités du 1er étage

11h00 : Émission Religieuse - Salle TV

Lundi 26 Janvier

11h00 : Gym Douce - Salon du Patio

12h00 : Repas Raclette - Restaurant

15h00 : Voyage Culturel « St-Germ-des- Prés, au rythme du Jazz » - Restaurant

16h00 : Pot de Départ Félix - Restaurant

16h30 : Récital Vie Sociale - Restaurant

Activités du PASA

10h30 : Autour de la Lecture

14h30 : Rythmes et Percussions

Activité du 1er étage

10h45 : Médiation Animale - Salle TV

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

Mardi 27 Janvier

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

10h40 : Shopping à la Boutique

15h00 : Chorale - Salon Patio

17h00 : Bingo - Restaurant

Activités du PASA

10h30 : Musicothérapie

14h30 : Atelier Peinture

Mercredi 28 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

PLANNING CRISTOLIENNE

15h00 : Départ Sortie Galettes des Rois à la Résidence ABCD des Bords de Marne à Bonneuil avec Franck et Elda

Activités du 1er étage

10h30 : Boxe - Salle TV

Jeudi 29 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

11h00 : Contes et Chansons - Salle TV

15h00 : Carré Musical - Rotonde

16h30 : Cours de Zumba - Rotonde

Vendredi 30 Janvier

De 10h00 à 18h00 : Expo Vente de Cookies - Devant la Boutique

11h00 : Doc « Insectes Prédateurs » - PASA

16h00 : Moment Gourmand - Restaurant

16h30 : Ambiance Musicale avec Jean-Patrick - Restaurant

Activités du 1er étage

16h00 : Après-Midi Gourmande et Musicale - Restaurant RDC

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

L'équipe de la vie sociale

PLANNING TABANO

Samedi 24 Janvier

11h00 : Délices sucrées - Place vendôme	Isabelle
15h00 : Salon de beauté - salon de beauté	Margot
15h00 : Borne melo - Place vendôme	Isabelle

Dimanche 25 Janvier

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

Lundi 26 Janvier

11h00 : Pause café - Place vendôme	Ida
15h00 : Chorale - Place vendôme	Thierry
16h00 : Heures savoureuses - Place vendôme	Ida

Mardi 27 Janvier

11h00 : Gym douce - Place vendôme	Ida
14h30 : Comité des menus - Restaurant aux milles saveurs	Magdalena

Mercredi 28 Janvier

11h00 : Atelier écriture - Place vendôme	Isabelle
14h45 : Rencontre intergénérationnelle - Place vendôme	Isabelle

Jeudi 29 Janvier

11h00 : Gym douce - Avenue des délices	Isabelle
11h00 : Atelier bien être - logement	Ida
15h00 : Conférence virtuel château de Chaumont sur Loire - Salle de conférence	Isabelle

Vendredi 30 Janvier

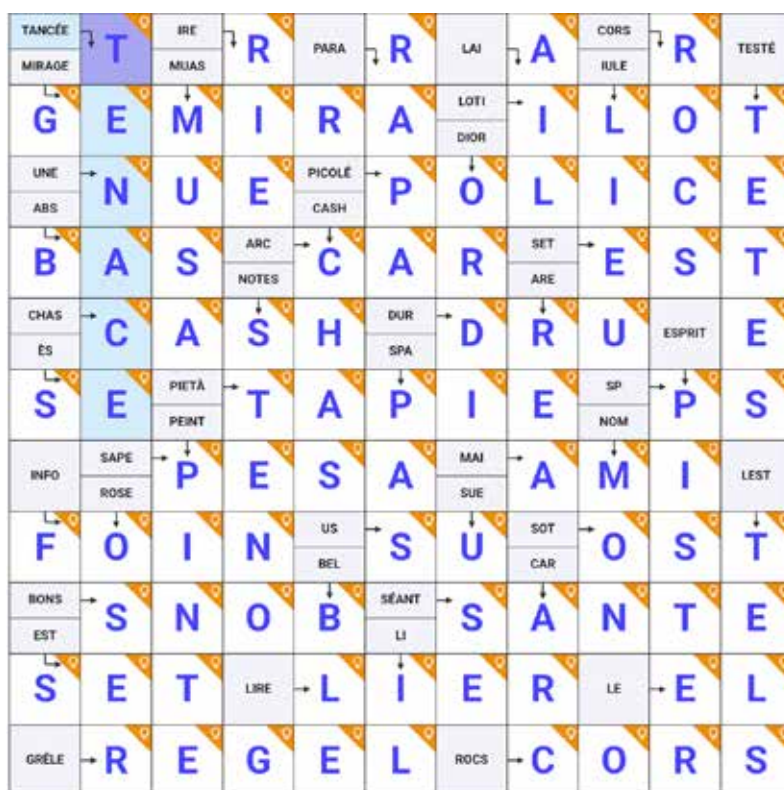
11h00 : Atelier mémoire - Place vendôme	Isabelle
15h00 : Jeux de mots - Place vendôme	Isabelle

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

Pascal CHAMPVERT

Documentation, mise en page

Margaux MESLET-MINOST

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