

ça bouge !

27  
février  
2026

ça bouge !

N°1754

PROJET INTERGÉNÉRATIONNEL EN  
MUSIQUE À LA RÉSIDENCE DES BORDS DE  
MARNE



Bonjour à toutes et à tous,

Des résidents des bords de Marne ont participé à un projet intergénérationnel autour de la musique. Objectif : écrire, chanter et espérer ensemble. Le club PASA a participé au traditionnel loto du BVB Rugby Club

Direction le thé dansant de Sucy-en-Brie pour des résidents de la Cité Verte

Les bénéficiaires de l'accueil de jour ont participé à un cours de boxe puis sont allés manger au restaurant pour un déjeuner mérité.

Des résidents du PASA et de l'étage spécifique de la Cristolienne ont eu le plaisir d'accueillir les enfants de la halte-garderie de la Croix des Mèches pour une nouvelle rencontre intergénérationnelle autour de la Tovertafel.

À l'accueil de jour, la Saint-Valentin a été célébrée.

Des résidents ont rencontré des étudiants en médecine à la résidence Pierre tabanou, pour parler de sexualité.

Rendez-vous en salle bien-être à la Résidence de l'Abbaye pour des ateliers marche et équilibre. Les bénéficiaires de l'accueil de jour nous ont écrits des poèmes.

Bonne semaine à tous,

Robin VERRIER  
Chargé de communication

## L'ACTU DES RÉSIDENCES

- PROJET INTERGÉNÉRATIONNEL EN MUSIQUE POUR DES RÉSIDENTS DES BORDS DE MARNE

- SORTIE AU THÉ DANSANT DE SUCY-EN-BRIE POUR DES RÉSIDENTS DE LA CITÉ VERTE

- LES GÉNÉRATIONS SE RENCONTRENT AUTOUR DE LA TOVERTAFEL À LA RÉSIDENCE DE LA CRISTOLIENNE.

- RÉSIDENTS ET ÉTUDIANTS EN MÉDECINE SE RETROUVENT POUR DE LA SENSIBILISATION À LA RÉSIDENCE DE TABANOU

- ATELIER MARCHÉ ET ÉQUILIBRE À LA RÉSIDENCE DE L'ABBAYE

- SOIRÉE LOTO À LIMEIL-BRÉVANNES POUR LE CLUB PASA

- ATELIER BOXE ET SORTIE AU RESTAURANT POUR LES BÉNÉFICIAIRES DE L'ACCUEIL DE JOUR DE LA CITÉ VERTE

- L'ACCUEIL DE JOUR DE LA CRISTOLIENNE FÊTE LA SAINT-VALENTIN.

- ATELIER POÈME AVEC L'ACCUEIL DE JOUR DE L'ABBAYE

## ACTUALITÉS

- UN REQUIN DORMEUR DE 3 À 4 MÈTRES DE LONG FILMÉ DANS LES PROFONDEURS EN ANTARCTIQUE

- JEUX : BUZZ

- PLANNING ACTIVITÉS

# BORDS DE MARNE

---

## PROJET INTERGÉNÉRATIONNEL EN MUSIQUE : ÉCRIRE, CHANTER ET ESPÉRER ENSEMBLE

À la Résidence des Bords de Marne, un magnifique projet a vu le jour : l'écriture et l'enregistrement d'une chanson réunissant des adolescents du 94 et des résidents.

Autour des mots, des souvenirs et des émotions, les générations se sont rencontrées pour partager leurs expériences de vie. Ensemble, ils ont choisi d'aborder des thèmes forts et universels : la misère, l'amour et l'espoir. Des sujets profonds, portés par des regards différents mais complémentaires.

Les jeunes ont apporté leur énergie, leur spontanéité et leur modernité. Les résidents, eux, ont offert la richesse de leur vécu, leurs souvenirs et la force de leurs paroles. De ces échanges, est née une chanson sincère et touchante, où chaque voix trouve sa place.

Le moment de l'enregistrement fut particulièrement émouvant : casque sur les oreilles, micro en main, chacun a prêté sa voix à ce projet commun. Plus qu'une chanson, c'est un véritable pont entre les générations qui s'est construit, fait d'écoute, de respect et de partage.

Un beau témoignage qui montre que malgré les épreuves, l'amour et l'espoir restent des forces qui nous rassemblent à tout âge.

L'équipe de la vie sociale



# BORDS DE MARNE





# CITÉ VERTE

## SORTIE AU THE DANSANT DE LA VILLE DE SUCY-EN-BRIE

Dimanche 1er février, les résidents ont participé à un thé dansant organisé par l'Harmonie municipale, dans une ambiance conviviale et chaleureuse.

La musique entraînante a ravi chacun, permettant à certains de danser et à d'autres de profiter simplement du moment.

Autour de quelques bulles et de douceurs, les résidents ont partagé un agréable après-midi placé sous le signe de la musique et du lien social. Un grand merci à l'Harmonie municipale et à la ville pour cette belle initiative.

Nadia, Equipe de la vie sociale





# CITÉ VERTE





# LA CRISTOLIENNE

## RENCONTRE INTERGÉNÉRATIONNELLE AUTOUR DE LA TOVERTAFEL

Des résidents du PASA et de l'étage spécifique ont eu le plaisir d'accueillir les enfants de la halte-garderie de la Croix des Mèches pour une nouvelle rencontre intergénérationnelle.

Réunis autour de la Tovertafel, petits et grands ont partagé un joli moment de complicité à travers différents jeux lumineux : bulles de savon à éclater, fleurs, jeu des taupes à attraper, échange de balles et, pour terminer en douceur, lucioles pour un retour au calme. Tous les jeux ont su captiver l'attention de chacun.

Rires, échanges et entraide étaient au rendez-vous, pour le plus grand plaisir des résidents comme des enfants.

La rencontre s'est terminée, comme toujours, par un goûter partagé, prolongeant ce moment chaleureux entre les générations.

L'équipe de la vie sociale



# LA CRISTOLLIENNE













# PIERRE TABANOU

## RENCONTRE ENTRE RÉSIDENTS ET ÉTUDIANTS EN MÉDECINE

À l'occasion du week-end de la Saint-Valentin, des étudiants en médecine ont proposé un jeu autour de l'amour et de la sexualité des personnes âgées. Objectif : ouvrir le dialogue et mener une action de prévention sur un sujet encore trop souvent tabou.

À travers des questions, des idées reçues à déconstruire et des échanges libres, les participants ont pu parler du désir, des changements liés à l'âge, de la prévention et du consentement. Beaucoup ont confié : « À notre époque, nous ne parlions pas de ça. »

Dans une ambiance faite de rires, de partages et parfois d'émotion, les discussions ont montré une chose essentielle : l'amour et la sexualité ne disparaissent pas avec l'âge. Cette initiative a permis de briser les tabous et de rappeler qu'il n'y a pas d'âge pour aimer... ni pour en parler.

Magdalena Wasilewski, Équipe de la vie sociale



# PIERRE TABANOU





# ABBAYE

## JEU DE MARCHE ET ÉQUILIBRE

Tous les lundis, à 10 h ou 11 h, en salle Bien-être à l'Abbaye, venez jouer avec votre équilibre et partager un moment ludique et convivial. Vous serez accueillis par Cécile, psychomotricienne, au sein d'un petit groupe d'une dizaine de participants. Bonne ambiance assurée !

Cécile, psychomotricienne



# BORDS DE MARNE PASA

## SOIRÉE LOTO À LIMEIL BRÉVANNES

Le BVB Rugby Club a organisé son grand loto « Destination vacances ! » à La Boîte à Clous (Limeil-Brévannes). Le samedi soir, nous nous sommes préparés pour mettre toutes les chances de notre côté. Nous avons participé à toutes les parties avec l'espoir de ramener le gros lot à la résidence. Mais la chance n'était pas au rendez-vous : nous sommes revenus les mains vides, mais nous avons passé une excellente soirée entre rires et musique. Nous tenons à remercier le club de rugby pour son invitation.

La soirée fut pleine de rebondissements. Nous étions parfois à un numéro de gagner, mais quand la chance n'est pas là, il n'y a rien à faire. Nous avons passé un agréable moment.

Sylvie animatrice du Club PASA





# BORDS DE MARNE PASA









# CITÉ VERTE - ADJ

## SÉANCE DE BOXE ET SORTIE RESTAURANT

Les bénéficiaires ont participé à une séance de boxe, puis ont ensuite enchaîné par une sortie au restaurant Wok à Bonneuil.

Karine et Marie-Anette, équipe d'accueil de jour de la Cité Verte



# CITÉ VERTE - ADJ





# CRISTOLIENNE - ADJ

## LA SAINT-VALENTIN CÉLÉBRÉ À L'ACCUEIL DE JOUR

Nous avons fêté la Saint-Valentin comme il se doit, avec un délicieux petit déjeuner de viennoiseries, café, chocolat chaud et jus de fruits. Le seul homme du jour, Monsieur Michel Richard, a été adulé par toutes les dames autour de lui.

Chacune lui a fait un baiser et elles ne voulaient plus le lâcher (rires).

Pour continuer dans la joie et la bonne humeur, l'après-midi, notre chanteur a mis l'ambiance en nous faisant chanter et danser.

Il a quand même retiré les traces de rouge à lèvres avant de rentrer chez lui.

Une belle journée avec de beaux moments de rigolade.

Sylvie et Nadège, équipe accueil de jour de la Cristolienne





# CRISTOLIENNE - ADJ





# CRISTOLIENNE - ADJ





## ATELIER POÈME

Les personnes accueillies à l'accueil de jour ont pris plaisir à élaborer le poème de l'hiver, le dernier des quatre saisons.

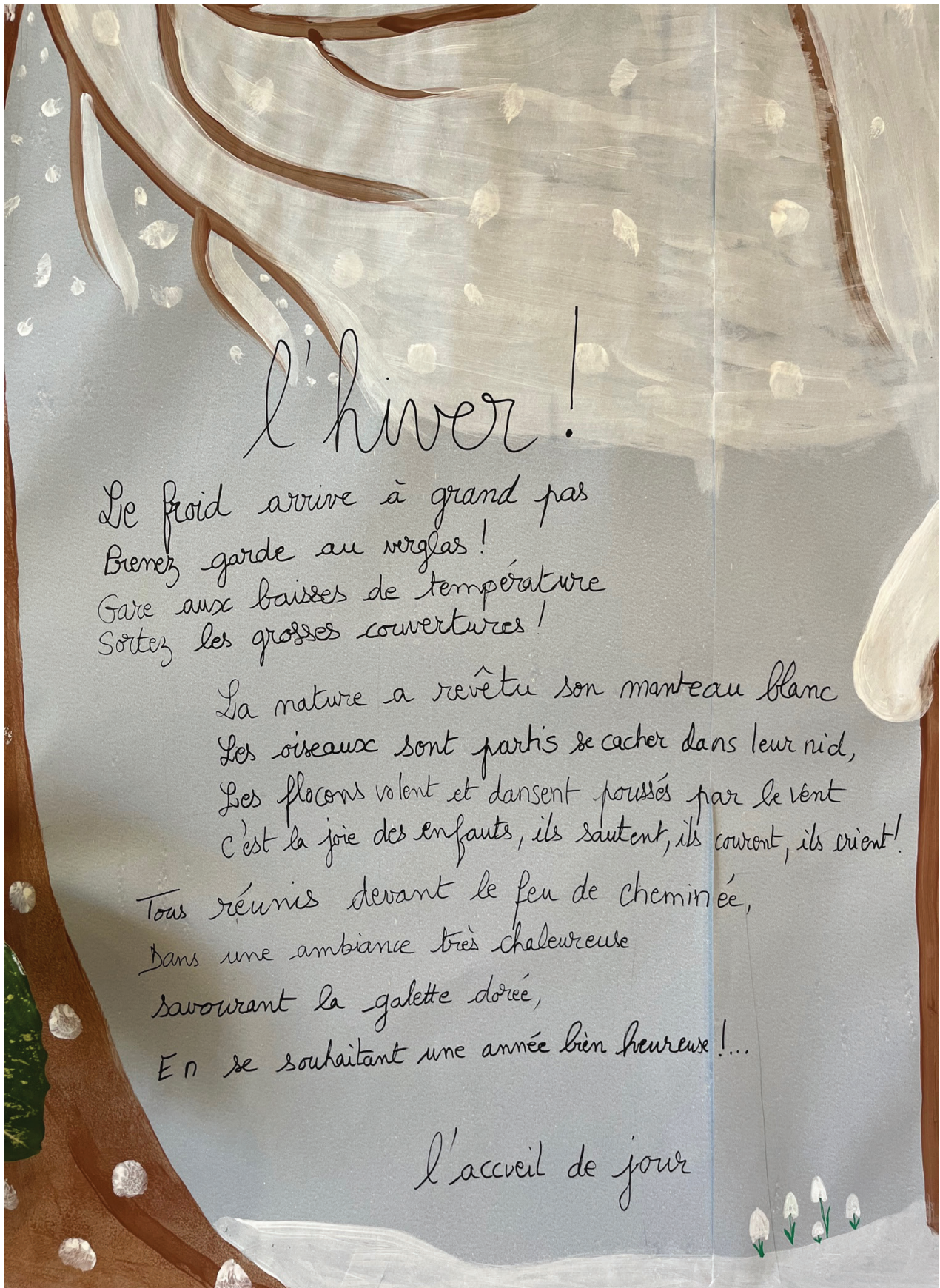
Une participante à la sortie à Notre-Dame, dont elle était si ravie, en a également écrit un poème !

Isabelle, équipe accueil de jour de l'abbaye





# ABB - ADJ





## *Visite à Notre-Dame*

Il pleut, il pleut sur le pays,  
Il pleut sur Saint-Maur et Paris,  
Il pleut aussi sur Notre-Dame,  
Mais nous n'en faisons pas un drame,  
Car notre sortie culturelle  
S'annonce malgré tout fort belle.

La cathédrale nous attend,  
Blanche comme aux premiers printemps.  
La foule patiente sur le parvis  
Mais nous entrons sans préavis.

Tout au long des nefs latérales,  
Et clins d'œil à la nef centrale,  
Nous admirons voutes, tableaux,  
Tapisseries, sculptures, tombeaux.  
À la chapelle de prière  
Où rayonne le reliquaire  
Notre-Dame au cœur vigilant  
A fait disposer quelques bancs.  
On peut prier et méditer,  
Offrir un cierge, .. se reposer.  
Regardons le pourtour du chœur  
Qui a retrouvé ses couleurs.  
Regret, à peine un regard bref  
Pour voir de face la grande nef.  
Mais il est midi, la musique  
S'élevant aux voutes gothiques,  
Au grand orgue annonce la messe.

Dehors, la pluie n'a pas de cesse.  
Enfin, assis au restaurant  
Un peu fatigués mais contents  
D'un repas chaud et de bons comptes,  
Et du futur que l'on escompte !  
On est rentrés, on est ravis,  
À la prochaine, nous a-t-on dit.

*Monique Saxel  
ADJ, 18 février 2026*



# COMITÉ RÉSIDENT - PIERRE TABANOU

---

## COMITÉ DES ANIMATIONS DU MARDI 10 FÉVRIER 2026 A 15H

18 résidents étaient présents :

14 résidents (résidence)

Mme Devallee, Mme Marchand, Mme Larpin, Mme Guidez, Mr Mayer, Mme Tamburini, Mme Drifford, Mr Espada, Mr Verger, Mme Coudray, Mme Lehoussu, Mme Quidelleur, Mme Delanoy, Mme Dansault

4 résidents (Résidence Autonomie)

Mme Valery, Mr Marchand, Mme Baudens, Mr Crugeon

Personnel :

Magdalena Wasilewski (Responsable Vie sociale/ Référente qualité)

### 1. QU'EST-CE QUE LE COMITÉ ?

C'est une réunion où chacun peut exposer son point de vue concernant les activités et les animations proposées. S'il y a quelque chose qui ne vous convient pas, le service de la vie sociale fera le maximum pour satisfaire vos demandes et restera toujours à votre écoute. Ce comité des animations annuel est fait pour vous donner la parole, donc n'hésitez pas à nous exprimer vos attentes.

### 2. PRÉSENTATION DE L'ASSOCIATION Âges en Harmonie

L'association Âges en Harmonie propose aux résidents diverses activités, sorties et événements en collaboration avec l'équipe d'animation. Elle favorise le lien entre les résidents. L'adhésion.



# COMITÉ RÉSIDENT - PIERRE TABANOU

est de 35 euros pour l'année. Vous trouverez ci-joint le formulaire d'adhésion. L'adhésion vous permet d'avoir une réduction de 5 euros lors de sorties au restaurant.

Les ressources de l'association proviennent principalement des cotisations, de dons et de subventions d'organismes publics. Il faut qu'un maximum de personnes adhèrent. Parlez-en à votre famille, à vos proches : plus nous aurons d'adhérents, plus nous aurons d'argent dans la caisse, plus nous pourrons améliorer nos fêtes et nos événements.

Nous arrivons au terme des trois années d'engagement des membres du bureau, et une nouvelle étape s'ouvre avec l'organisation des prochaines élections. C'est l'occasion idéale de vous investir et de participer activement à la vie de l'association !

Nous recherchons des candidats motivés pour les postes de président(e), secrétaire et trésorier(ère), ainsi que des bénévoles souhaitant s'impliquer dans les projets à venir. Si vous avez envie de vous engager et de contribuer aux futures initiatives, n'hésitez pas à vous faire connaître auprès des animatrices. Votre participation est précieuse !

## 3. ACTIVITÉS HEBDOMADAIRES AU SEIN DE LA RÉSIDENCE

Les résidents savent où se trouve le planning d'animation (affichages). Nous réfléchissons à l'achat d'écrans numériques. Des dépliants sont également mis à disposition à l'accueil. Les horaires actuels conviennent aux résidents. Certaines activités ont été modifiées avec les résidents :

À noter : nouvelle activité, la danse sur chaise, les vendredis de 15 h à 16 h 30 au rez-de-chaussée.

La boxe est très appréciée de tous, elle sera maintenue.

La masseuse rencontre un vif succès et fait l'unanimité auprès des

# COMITÉ RÉSIDENT - PIERRE TABANOU

---

résidents. Maintenu.

Les sorties à Carrefour sont reconduites.

La chorale demeure un temps fort appréciée ; certains résidents souhaitent toutefois un répertoire davantage actualisé, avec des chansons plus récentes.

Les Heures savoureuses avec Laurent Foulon rencontrent également un franc succès.

Revoir les activités manuelles, qui manquent de préparation. Propositions faites par les résidents : atelier mosaïque, art floral, réitérer l'expérience de pyrogravure et de linogravure.

Les jeux apéro sont à mettre au point, les mardis et mercredis.

Il est rappelé aux animatrices de veiller au strict respect des horaires et à la ponctualité afin d'assurer le bon déroulement des activités, et d'utiliser systématiquement le micro pour garantir une bonne qualité d'écoute et de participation pour tous.

Les conférences virtuelles sont très appréciées et seront maintenues, avec vos choix de thèmes.

## 4. SORTIES

Les résultats du questionnaire de satisfaction 2025 font apparaître un mécontentement concernant la fréquence et le choix des sorties. Nous organisons actuellement une sortie par mois environ avec le minibus neuf places. Il est rappelé que l'établissement ne dispose pas actuellement d'un minibus adapté PMR, bien que des solutions ponctuelles puissent être envisagées (transfert, location de véhicule, prêt au sein du groupe). Une location de véhicule a été effectuée pour la sortie Bateau-Mouche.

La direction a validé l'achat d'un minibus, rendu possible notamment grâce au généreux don de Mme Solviche. Son acquisition est en cours et sa mise à disposition est prévue fin juillet 2026.



# COMITÉ RÉSIDENT - PIERRE TABANOU

---

Les résidents souhaitent notamment organiser des sorties à la mer, au parc du Plateau à Vitry, à la porte ouverte de l'hippodrome de Vincennes, en bateau-mouche, au bois de Verrières, au Moulin Rouge, à une comédie musicale, à Notre-Dame et à la Sainte-Chapelle, ainsi que des visites de musées (Louvre, Grévin, etc.).

## 5. ÉVÉNEMENTS À VENIR

Proposition de thème pour la fête de l'été du 21.06.2026 : « Peace and Love ».

## 6. QUESTIONS DIVERSES

La fille de Mme Delanoy se propose pour accompagner les résidents lors des activités, si besoin.

Deux résidentes se proposent pour tenir la boutique ponctuellement.

# COMITÉ RÉSIDENT - ABBAYE

---

Compte rendu du comité Fêtes et spectacles

Date : 20 février 2026

Heure : 16h30

Lieu : Grand restaurant

Étaient présents : 26 résidents

Personnels : Flora SIGURET, Florence DUMONT

Le comité s'est déroulé dans une ambiance très conviviale, les résidents ont été participatifs et source d'idées.

Tout d'abord, des explications ont été données concernant l'attribution des budgets pour chaque événement et quant à la gestion des tarifs des prestations. Pour rappel, l'Association la Rose de l'Abbaye permet de favoriser la vie sociale et offre notamment un spectacle par mois à l'ensemble des résidents.

Fêtes de fin d'année : l'ensemble des résidents ont dit leur satisfaction sur l'organisation et la programmation des fêtes de fin d'année 2025. Ils ont envie de retrouver les mêmes artistes que l'année précédente, avec un enthousiasme notable concernant les Cocobamboo.

Madame Klorek : « Noël c'était extraordinaire, ils chantaient très bien. Ce serait difficile de faire mieux ! Je ne me rendais pas compte des prix ». Pour Madame Maillet, récemment arrivée à la résidence, c'était « une agréable surprise ». Monsieur Galopier évoque le Paradis latin, à la suite de quoi nous nous renseignerons pour un spectacle. Les résidents soulignent qu'il ne faut pas que ce soit trop dénudé.



# COMITÉ RÉSIDENT - ABBAYE

Après-midis gourmands :

Les résidents veulent continuer avec les mêmes prestataires.

|                      |                            |
|----------------------|----------------------------|
| Pierre Guerin        | 1x par mois                |
| Céline Arnaud        | 1x par mois                |
| Sébastien Charluet   | 1x par mois                |
| Los Guachos Mamberos | 1x par semestre, suffisant |
| Romane               | 1x tous les deux mois      |
| Laurent Attali       | 1x par mois                |
| Marc Sax             | 1x par mois                |

L'ensemble des résidents est content de la programmation des après-midi gourmands. Ils demandent que les chansons ne soient pas trop répétitives. Au vu de la fréquence, les artistes sont également programmés selon leurs disponibilités, mais tout est fait au mieux pour respecter les envies. Une fois par semestre, les résidents souhaitent avoir de l'accordéon.

## **Spectacles des week-ends et grands événements :**

Les résidents ont dit leur satisfaction sur l'ensemble des spectacles choisis.

Les derniers Trouvères, la chorale Sing groove together, AlterDuo (période de fête et Marché de Noël) : « bonne humeur, on continue ! », exprime Monsieur Galopier. Proposition que la chorale bénévole revienne une autre fois sur le semestre. Mme Larou a particulièrement apprécié le niveau des violoncellistes.

La troupe Lacadanses (danses irlandaises), Sylvestre Planchais et Anthony Fraysse ont également de bons retours, une à deux fois dans l'année est suffisant.

Le groupe Streetside, présent au 14 juillet et au 15 août, a plu également. Il est voté de reprogrammer ces fêtes estivales sous la même formule (barbecue sur la pelouse centrale en soirée).

# COMITÉ RÉSIDENT - ABBAYE

---

Les résidents souhaitent que le conservatoire de Saint Maur revienne faire des prestations. Madame Klorek apprécierait la venue de danseurs enfants (type petits rats d'opéra). Monsieur Galopier et madame Morawski votent pour du gospel. Est également évoqué un spectacle d'humour, à voir si le stand-up plaît à tout le monde.

Une pré-sélection des propositions que l'équipe d'animation reçoit régulièrement est également soumise aux résidents. Sont retenus ; de la harpe par Telennaria, du violon par Maëline, le cirque Venissia et le jazz manouche.

Un grand merci à tous les résidents et familles présentes à ce joyeux comité.



## **Un requin dormeur de 3 à 4 mètres de long filmé dans les profondeurs en Antarctique**

On pensait qu'il n'y avait pas de requins en Antarctique. C'était avant qu'une caméra d'inspection sous-marine exploitée par le Minderoo-UWA Deep-Sea Research Centre ne repère en janvier 2025 un requin dormeur dans ces eaux glaciales. Le spécimen a été filmé dans les profondeurs de l'océan Austral au large des îles Shetland du Sud. Le centre a autorisé la publication des images ce mercredi 18 février 2026, rapporte l'agence Associated Press.

### **Des conditions extrêmes**

« Ce n'est même pas un petit requin. C'est un énorme requin. Ces créatures sont de véritables tanks », a déclaré le chercheur Alan Jamieson, directeur fondateur du centre, au sujet de cette découverte. Le requin identifié fait entre 3 et 4 mètres de long, selon les estimations. Il a été découvert à 490 mètres de profondeur. À cet endroit, il fait constamment nuit noire et la température de l'eau est proche du point de congélation, soit 1,27 °C.

Ce requin serait donc capable de vivre dans ces conditions extrêmes. En réalité, il se maintiendrait là car il s'agirait de la couche d'eau la plus chaude parmi une superposition de couches empilées jusqu'à la surface. Le poisson aurait la possibilité de se nourrir de carcasses de créatures marines qui meurent et coulent au fond, comme des baleines ou des calmars géants. Une raie se trouve par ailleurs sur la vidéo, immobile sur le fond marin.

Il s'agit là de la première observation d'un requin aussi près de l'hémisphère sud. Pour l'heure, difficile de savoir s'ils sont présents dans cette zone depuis longtemps, ou si le réchauffement climatique

Source : Ouest France avec NewsGene

# ACTUALITÉS

---

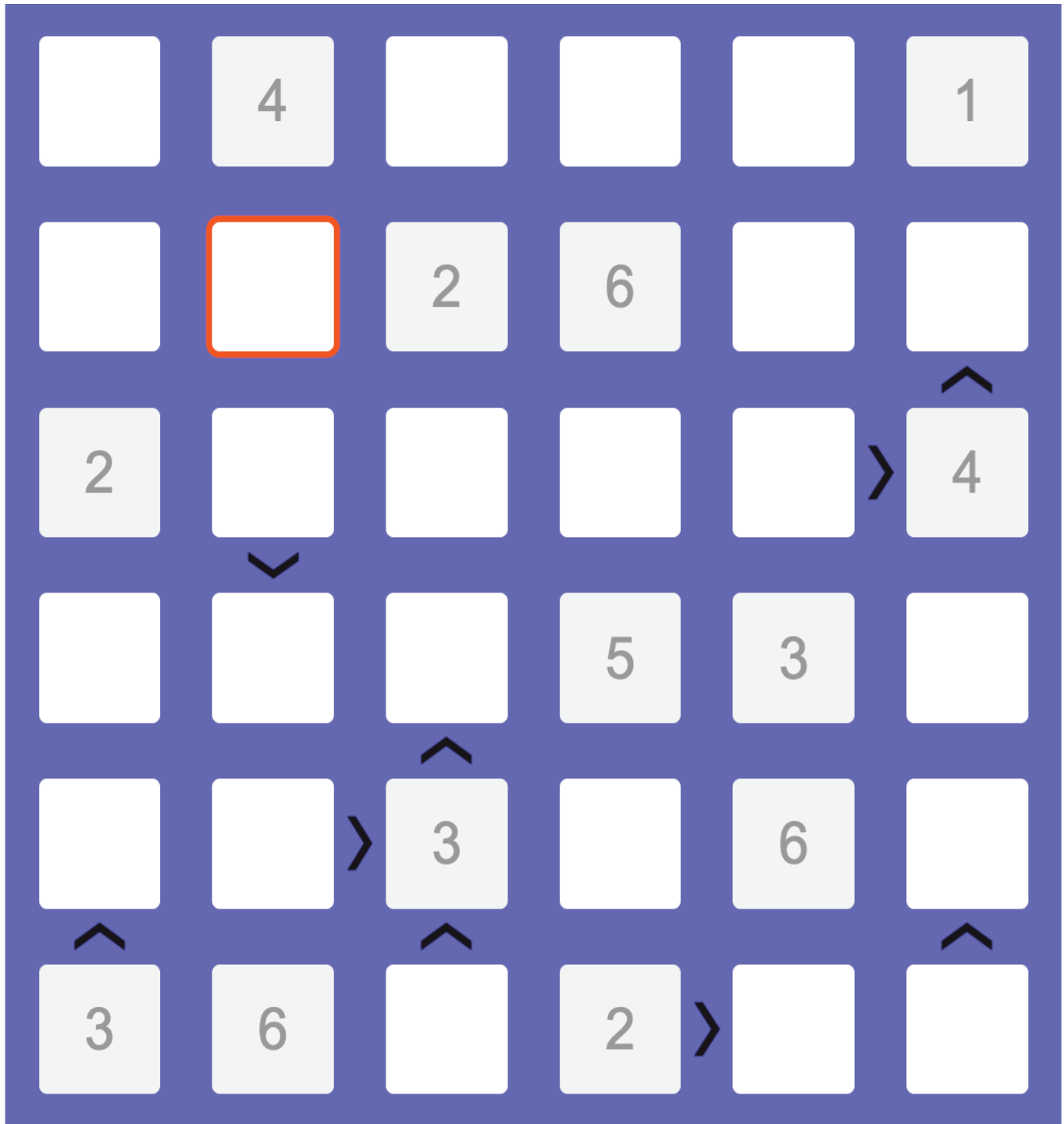
les a récemment poussés à aller davantage vers le Sud. La région étant reculée, les chercheurs ne disposent pas d'assez de données sur les changements d'aire de répartition près de l'Antarctique.

De plus, les caméras de recherche positionnées à cette profondeur sont rares en Antarctique, et ne peuvent fonctionner que de décembre à février, ce qui peut expliquer cette découverte tardive. Elle a en tout cas ravi les chercheurs. « C'est formidable. Le requin était au bon endroit, la caméra était au bon endroit et ils ont obtenu ces superbes images. C'est assez significatif », a souligné Peter Kyne, biologiste spécialiste de la conservation à l'université Charles Darwin.



# JEUX

## BUZZ



# PLANNING ABBAYE

## **Samedi 28 février**

- 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 Les pinceaux rouges - Atelier dessin et peinture en compagnie de la Croix rouge - Café Litt  
15h30 Ciné-club « Tanguy » - Grand Restaurant

### 3ème Bellay

- 11h00 Atelier dessin  
15h30 Jeux de table

### 4ème Bellay

- 10h30 Danse  
11h30 Vie quotidienne  
15h00 Écoute musicale  
16h30 Poésies et Fables  
17h00 Temps de parole

### Unité PHV

- 10h00 Accompagnement Individuel « Prendre soin de son chez soi »  
17h00 Raconte-moi une histoire - Petit salon Castel  
20h00 Temps de détente autour d'une tisane à la rotonde

## **Dimanche 1er mars**

- 15h00 Lecture de la revue « ça bouge » - Petit restaurant  
16h30 Spectacle en compagnie de Nelly Duquesnes - Grand restaurant

### 3ème Bellay

- 11h00 Diffusion de la messe  
15h00 Préparation du Goûter du dimanche 15h00 Spectacle de Nelly Duquesnes

### 4ème Bellay

- 10h30 Retransmission de la messe  
11h30 Vie quotidienne  
16h00 Goûter du dimanche  
16h30 Espace Sensoriel au RDC  
17h00 Temps de parole

### Unité PHV

- 10h00 Accompagnement Individuel « Prendre soin de son chez soi »  
20h00 Temps de détente autour d'une tisane à la rotonde

## **Lundi 2 mars**

- 10h00 Jeu de marche et équilibre groupe 1, Cécile IDMTAL - Salle Bien-être  
11h00 Jeu de marche et équilibre groupe 2, Cécile IDMTAL - Salle Bien-être  
11h00 Club lecture - Café Littéraire  
15h00 Conférence « La représentation de l'enfance au cinéma » par Jarno Eslan,



# PLANNING ABBAYE

---

Théâtre

17h00 Bingo - Espace bar

3ème Bellay

11h00 En route pour le pressing

15h00 Conférence « La représentation de l'enfance au cinéma » par Jarno Eslan

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 Ecoute musicale à la rotonde 3ème Castel

13h15 Départ Explora dôme Vitry sur seine

20h00 Temps de détente autour d'une tisane à la rotonde

## **Mardi 3 mars**

15h00 Atelier créatif des petites mains - Grand restaurant

15h30 L'heure musicale « concert du nouvel an à la Venice de Venise » - Théâtre

17h00 Café philo « Qui sera l'humain de demain ? » - Espace - bar

17h00 Club mémoire, Monique Bouchot - Café littéraire.

3ème Bellay

11h00 En route pour le pressing

14h30 Atelier « Bien-être »

15h00 « Mise en voix »

17H00 Jeu interactif

4ème Bellay

10H30 Danse

11h30 Vie quotidienne

16h00 Mise en voix

16h30 Poésies et Fables

17h00 Lecture / Temps de parole

Unité PHV

10h30 Esthétique à la rotonde du 3ème Castel

14h30 Point Guichet

16h00 Revue de presse au petit salon Castel

20h00 Temps de détente autour d'une tisane à la rotonde

## **Mercredi 4 mars**

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

# PLANNING ABBAYE

---

15h00 Comité des ateliers de loisirs créatifs - Espace bar

15h00 Club Bridge - Petit restaurant

16h45 Loto - Espace bar

17h00 Club mémoire, Monique Bouchot - Café littéraire.

## 3ème Bellay

11h00 En route pour le pressing

17h00 Petit loto

## 4ème Bellay

10h30 Manucure

10h30 atelier de Musicothérapie

11h30 Vie quotidienne

14h30 Préparation de salade de fruits

17h00 Jeux de questions

## Unité PHV

10h30 Jeu au tableau

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

14h00 temps libre, temps individuel

15h00 Jeu de coordination et de réflexe à la rotonde - 3ème Castel

20h00 Temps de détente autour d'une tisane à la rotonde

## **Jeudi 5 mars**

14h30 Tir à l'arc - Salle Castel

16h00 Après-midi gourmand en compagnie de Pierre Guerin - 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 manuel à la rotonde Castel

14h00 Temps libre, temps individuel

17h00 Départ pour le Japon en lumière à paris

20h00 Temps de détente autour d'une tisane à la rotonde

## **Vendredi 6 mars**

10h15 Atelier Informatique - Salon du Parc

10h30 Atelier peinture - Café littéraire,



# PLANNING ABBAYE

---

11h00 Qi Gong - Salle bien être  
14h00 Atelier peinture - Café littéraire  
Horaire à définir : Sortie Cinéma - Accueil  
14h30 Brin de caouette - Salon du Parc  
14h30 Exercices corporels - Salle bien-être  
15h00 Groupe belote - Petit Restaurant  
15h30 Atelier peinture - Café littéraire  
16h45 Revue de presse - Espace Bar  
17h00 Club mémoire, 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 Quiz musical, à la rotonde du 3ème Castel  
14h00 temps libre, temps individuel  
16h30 Atelier tricot à la rotonde du 3ème Castel  
17H00 préparation apéro dînatoire  
20h00 Temps de détente autour d'une tisane à la 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 28 Février**

11h00 Réveil musculaire - Salle du Parc

14h30 Diffusion Cinéma - Salle du Parc

15h00 Atelier « Crochet » - Cafétéria

17h00 Jeux de questions ou Quizz musical - Cafétéria

## **Dimanche 1er février**

11h00 Cotisation Soleil au cœur - L'accueil

11h00 Revue de presse - Salle du parc

12h00 Repas musical pour la fête des grand-mère, Marjolaine avec un guitariste  
Cafétéria

15h00 Club évasion - Cafétéria

17h00 Grand loto - Cafétéria

### Animation 3ème étage

11h00 Jeux cognitifs

15h00 Activités a la carte

17h00 Accompagnement aux jeux - Cafétéria

## **Lundi 2 Mars**

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 avec Veronique - Cafétéria

### Animation 3ème étage

10h15 Entraînement de Boxe

11h00 Jeux cognitif

15h30 Heures savoureuses/ accordéon avec le multi accueil

### Activités club

10h45 Atelier créatif 3e - Salle du club

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

16h30 Ambiance musicale accordéon et heures savoureuse - Cafétéria

## **Mardi 3 Mars**

11h00 Écoute musical - Salle du parc

14h45 Tir à l'arc à la - Salle du parc

15h00 Jeux de table - Cafétéria

17h00 Bingo à la - Cafétéria

### Animation 3ème étage

10h45 Atelier beauté

15h00 Activité à la carte

17h00 Accompagnement aux jeux - Cafétéria



# PLANNING BDM

---

## Activités club

10h45 Atelier pâtisserie  
15h00 Correspondance de l'être  
16h00 Collation entre amis  
17h00 Accompagnement aux jeux - Cafétéria

## **Mercredi 4 Mars**

11h00 Gestion Soleil au Cœur au bureau fougère  
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 5 Mars**

11h00 Jeux de motricité - Salle du parc  
11h30 L'épicerie fine  
15h00 A la manière de Millet - Cafétéria  
17h00 Loto - Cafétéria

## Animation 3ème étage

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

## Activités club

15h00 Atelier lecture  
16h45 Préparation aux jeux de 17h  
17h00 Accompagnement aux jeux - Cafétéria

## **Vendredi 6 Mars**

11h00 Documentaire « La France côté Nord -La baie de Somme et la côte d'Opale » - Salle du parc  
15h00 jeux de table - Salle du parc  
17h00 La grande roue - Cafétéria

## Activités club

12h00 Repas du club

---

14h30 Séance Snoezelen

17h00 Accompagnement aux jeux - Cafétéria

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

*L'équipe de la vie sociale*



# PLANNING CITÉ VERTE

## **Samedi 28 Février**

10h30 : Vie de quartier aux étages

15h30 : « Ciné-Concert Charles Aznavour à l'Olympia » - Salle d'activités

16h30 : Goûter gourmand - Espace bar

### 3ème étage :

11h00 : Vie quotidienne - Resto

15h30 : « Ciné-Concert Charles Aznavour à l'Olympia » - RDC

## **Dimanche 1er Mars**

10h30 : Messe Télévision sur France 2

15h30 : Spectacle de chansons avec - Restaurant

### 3ème étage :

11h00 : Messe/ apéritifs

15h30 : Spectacle de chansons - au rdc

## **Lundi 2 Mars**

10h30 : Atelier peinture de Gildas - Salle d'activités

15h30 : Atelier peinture de Gildas - Salle d'activités

17h00 : Jeu de lettres - Bibliothèque

### 3ème étage :

10h30 : Atelier « Réveil corporel »

15h30 : Atelier sensoriel

## **Mardi 3 Mars**

10h30 : Boutique et Point Guichet

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

15h30 : Gym douce - Salle d'activités

17h00 : Quizz « Diététique chez les seniors » - Bibliothèque

### 3ème étage :

10h30 : Atelier culinaire « Crumble »

15h30 : Atelier réminiscence et dégustation du Crumble

## **Mercredi 4 Mars**

10h30 : Sortie courses

15h30 : Thé chantant - Restaurant

17h00 : Scrabble et jeux de table - Bibliothèque

### 3ème étage :

10h30 : Vie quotidienne

15h30 : Spectacle de chansons - Salle restaurant

## **Jeudi 5 Mars**

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

# PLANNING CITÉ VERTE

14h00 Validation des « Procurations pour les élections avec un agent du commissariat » - Espace bar

17h00 Atelier théâtre salle d'activités

3ème étage :

11h00 Atelier culinaire

15h30 Atelier contes suivi d'un goûter amélioré - Pasa

## **Vendredi 6 Mars**

11h30 Messe avec l'Aumônerie - Salle d'activités

15h30 Chorale avec Pascal Leclerc - Salle d'activités

17h00 Comité de rédaction et jeux de société - Espace bar

3ème étage :

11h00 Messe - rdc

17h00 Chorale avec pascal Leclerc - Pasa

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

*L'équipe de la vie sociale*



# PLANNING CRISTOLIENNE

---

## **Samedi 28 Février**

11h00 Revue de Presse - Salon du Patio

15h00 Jeux de Mémoire - Restaurant

17h00 Le Quiz - Restaurant

## **Dimanche 1er Mars**

11h00 Ecoute Musicale - PASA

16h00 Collation pour la Fête des Grands-Mères Restaurant

16h45 Spectacle Violon & Chippendales - Restaurant

### Activités du 1er étage

11h00 Emission Religieuse - Salle TV

16h00 Spectacle pour la Fête - des Grands-Mères Restaurant RDC

## **Lundi 2 Mars**

11h00 Gym Douce Salon du - Patio

15h00 Atelier Créatif Salon du - Patio

17h00 Présentation Projet Inter G « Voici qui je suis » - Restaurant

18h00 RDV des Amis - Salon du Patio

### Activités du PASA

10h30 Autour de la Lecture

14h30 Rythmes et Percussions

### Activité du 1er étage

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

## **Mardi 3 Mars**

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

10h30 Atelier Peinture - Salon Patio

15h00 Comité des Activités - Restaurant

17h00 Bingo - Restaurant

### Activités du PASA

10h30 Musicothérapie

14h30 Atelier Peinture

### Activités du 1er étage

11h00 Gym Douce - Salle TV

14h30 Atelier Peinture - Salle Artistique

17h15 Petit Bac - Rotonde

## **Mercredi 4 Mars**

11h00 Boxe & Réflexes - Salon du Patio

15h00 Comptes de l'Asso - Bibliothèque

15h00 Café Philo - Restaurant

17h00 Jeux de Lettres - Restaurant

# PLANNING CRISTOLIENNE

---

## Activités du PASA

10h30 Danse Adaptée

14h30 Activité Bien-être

## Activités du 1er étage

10h30 Boxe - Salle TV

14h30 Documentaire - Salle TV

17h15 Photo Mémoire - Rotonde

## **Jeudi 5 Mars**

11h00 Atelier Écriture - Bibliothèque

15h00 Sophrologie - Salon du Patio

17h00 Loto - Restaurant

## Activités du PASA

10h30 Méditer en pleine Conscience

14h30 Atelier Tricot

## Activités du 1er étage

16h30 Cours de Zumba - Rotonde

## **Vendredi 6 Mars**

11h00 MESSE Père Irene - PASA

16h00 Moment Gourmand - Restaurant

16h30 Ambiance Musicale

avec Pierre et sa Guitare - 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 28 Février**

11h00 : Quiz - Place Vendôme

15h00 : Proverbes - Place Vendôme

## **Dimanche 1er mars**

11H00 : Emission religieuse - Place Vendôme

15H00 : Election super Mamie - Place Vendôme

## **Lundi 2 mars**

11H00 : Pause café - Avenue des délices

15h00 : Chantons ensembles - Place Vendôme

16H00 : Heures savoureuses - Place Vendôme

17h00 : Bien être - Logement

## **Mardi 3 mars**

11H00 : Gym douce - Place Vendôme

15h00 : Atelier Art floral - Place Vendôme

16h00 : Sortie carrefour - Carrefour

17h00 : Jeux Apéro - Place Vendôme

## **Mercredi 4 mars**

11H00 : Atelier écriture - Place Vendôme

15h00 : Mots croisés - Place Vendôme

15h00 : ouverture de la boutique - Boutique

## **Jeudi 5 mars**

11H00 : Gym douce - Avenue des délices

15h30 : Boxe - Place Vendôme

17h00 : Visite - Logement

## **Vendredi 6 mars**

11H00 : Atelier mémoire - Place Vendôme

15h00 : Danse sur chaise - Place Vendôme

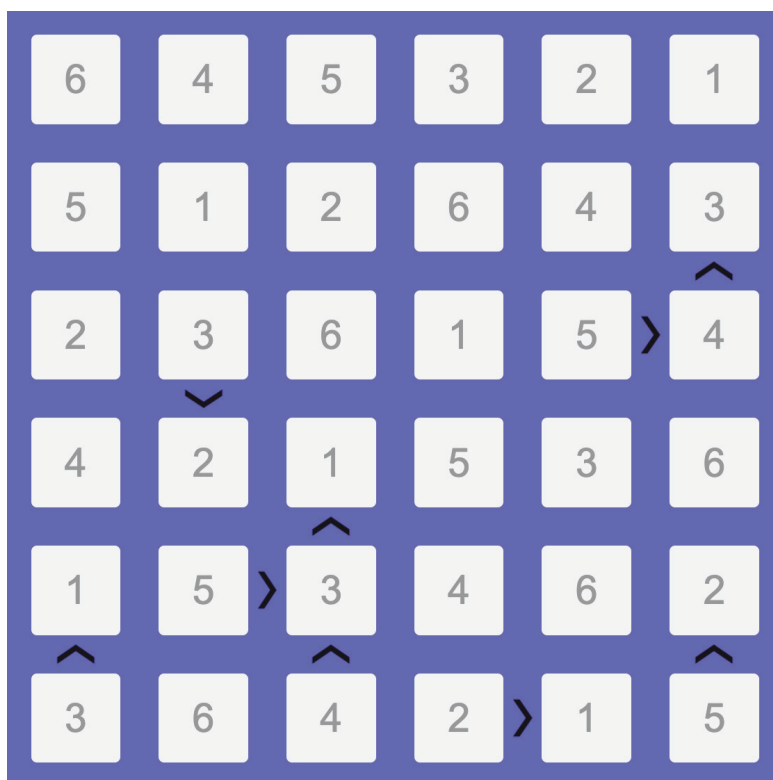
*Indépendamment de notre volonté, certaines modifications peuvent être apportées à ce programme. Vous en serez informés quotidiennement à l'annonce micro et sur le tableau d'information.*

*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

Robin VERRIER

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