

ça bouge!

17
Avril
2026

ça bouge!

N°1761

ÉMOTION ET PARTAGE POUR DES RÉSIDENTS
DE LA CRISTOLIENNE



Bonjour à toutes et à tous,

Des résidents de la Cristolienne ont assisté à une démonstration de danse adaptée.

Les bénéficiaires de la Cristolienne ont profité du beau temps pour déjeuner dans le patio.

La Résidence de Pierre Tabanou a célébré Pâques. Un week-end festif et convivial pour tout le monde.

Les bénéficiaires de l'accueil de jour profitent du grand écran pour des moments de partage.

Déjeuner dans un restaurant oriental pour des résidents de l'Abbaye : l'occasion de découvrir de nouvelles saveurs. Les bénéficiaires ont eu le plaisir de recevoir la visite d'enfants de la crèche. Au programme : collage et bonne humeur.

Une atmosphère hispanique régnait dans la Résidence des Bords de Marne, puisqu'un repas à thème y était organisé.

Pour célébrer Pâques, une résidente de la Cité Verte vous propose un poème.

Les bénéficiaires de l'accueil de jour profitent du soleil pour déjeuner en terrasse.

Bonne semaine à tous,

Robin VERRIER
Chargé de communication

L'ACTU DES RÉSIDENCES

- DANSE ADAPTÉE À LA RÉSIDENCE DE LA CRISTOLIENNE
- PÂQUES CÉLÉBRÉES À LA RÉSIDENCE PIERRE TABANOU
- SORTIE AU RESTAURANT ORIENTAL POUR LES RÉSIDENTS DE L'ABBAYE
- REPAS ESPAGNOL À LA RÉSIDENCE DES BORDS DE MARNE
- UNE RÉSIDENTE DE LA CITÉ VERTE VOUS PROPOSE UN POÈME INSPIRÉ DE PÂQUES
- PREMIÈRES ACTIVITÉS EXTÉRIEURES POUR LES BÉNÉFICIAIRES DE L'ACCUEIL DE JOUR DE CRÉTEIL
- ACTIVITÉ SUR GRAND ÉCRAN POUR L'ACCUEIL DE JOUR DE PIERRE TABANOU
- ACTIVITÉ INTERGÉNÉRATIONNELLE POUR LES BÉNÉFICIAIRES DE L'ACCUEIL DE JOUR DE L'ABBAYE
- DÉJEUNER EN TERRASSE POUR LES BÉNÉFICIAIRES DE L'ACCUEIL DE JOUR DE SUCY

ACTUALITÉS :

QUAND LA BOXE REDONNE LE SOURIRE AUX AÎNÉS

JEUX : ANAGRAMMES

PLANNING DES ACTIVITÉS

LA CRISTOLIENNE-CRÉTEIL

DANSE ADAPTÉE À LA RÉSIDENCE LA CRISTOLIENNE

Un moment suspendu dans le temps a été offert aux résidents à travers une expérience de danse adaptée, riche en émotions et en partage.

Une danseuse professionnelle, accompagnée d'une psychomotricienne, est venue proposer une rencontre sensible autour du mouvement et du ressenti. Leur présence, à la fois douce et gracieuse, donnait l'impression qu'elles effleuraient à peine le sol.

Tout au long de la séance, une histoire s'est tissée : celle d'une rencontre entre deux êtres, racontée à travers les gestes et les regards. Les résidents ont été invités à participer activement, en explorant différentes sensations grâce à des plumes, des balles sensorielles et des foulards.

Ce temps s'est conclu par la création collective d'un enchaînement de mouvements, chacun s'exprimant à son rythme, accompagné d'un foulard.

À mi-chemin entre spectacle et atelier créatif, ce moment, porté par des musiques tantôt profondes, tantôt dynamiques, a permis à chacun de vivre une parenthèse pleine de douceur et de plaisir.

Elynn, Équipe vie sociale de la Cristolienne

LA CRISTOLIENNE-CRÉTEIL



LA CRISTOLIENNE-CRÉTEIL



LA CRISTOLIENNE-CRÉTEIL



UN WEEK-END DE PÂQUES FESTIF ET CONVIVIAL AU CŒUR DE LA RÉSIDENCE

Le week-end de Pâques a été marqué par deux journées exceptionnelles, rythmées par des moments de musique, de joie et de convivialité. Le dimanche de Pâques, les tables étaient soigneusement décorées, chacune agrémentée d'un petit bouquet de fleurs, apportant une touche de fraîcheur et de couleur à la salle. L'ambiance était parfaite pour célébrer cette journée de fête, mais c'est un autre facteur qui a véritablement rendu ce dimanche inoubliable.

Imdirika, une magnifique chanteuse au talent incontestable, est venue enchainer les résidents avec ses interprétations de chansons françaises. Sa voix envoûtante et sa présence charismatique ont instantanément captivé l'auditoire, créant une atmosphère chaleureuse et festive. Les résidents ont chanté, dansé et partagé des sourires tout au long du spectacle. À la fin de la prestation, un moment tout particulier a eu lieu : tous les participants ont uni leurs voix pour chanter « Joyeux anniversaire » à Mme Delanoy, une résidente qui a été particulièrement touchée par cette attention. Elle a vivement apprécié ce moment de convivialité et de partage.

Le lundi de Pâques a poursuivi cette belle dynamique festive, avec la distribution de chocolats, et Laurent Foulon, guitariste talentueux, est venu proposer un après-midi musical, où ses chansons ont continué de réchauffer les cœurs des résidents. L'accompagnement de la guitare et la douceur de sa voix ont parfaitement complété l'ambiance déjà joyeuse, offrant ainsi un après-midi agréable et détendu.

Les résidents ont manifesté leur plaisir et leur gratitude à travers des sourires et des échanges chaleureux, soulignant à quel point ces deux jours étaient devenus des instants précieux de rassemblement et de bonheur partagé.

Ces moments musicaux et festifs ont apporté une belle dose de gaieté et de convivialité à la résidence et ont permis à chacun de vivre

PIERRE TABANOU - L'HAY DES ROSES

pleinement la magie des fêtes de Pâques. En somme, un week-end de Pâques réussi, qui restera longtemps dans les mémoires des résidents.

L'équipe de la vie sociale



PIERRE TABANOU - L'HAY DES ROSES



PIERRE TABANOU - L'HAY DES ROSES



ABBAYE - ST MAUR

RESTAURANT ORIENTAL

Ce mardi a été l'occasion de tester le restaurant Shanto, aux saveurs orientales. Très bon restaurant à Maisons-Alfort, où nous avons été accueillis chaleureusement. Ses spécialités libanaises et arméniennes ont ravi nos papilles.

Audrey & Flora, équipe animation



ABBAYE - ST MAUR



ABBAYE - ST MAUR



ABBAYE - ST MAUR



ABBAYE - ST MAUR



UN AIR D'ESPAGNE À LA CAFETERIA DE LA RÉSIDENCE DES BORDS DE MARNE : UN REPAS PAELLA FESTIF ET CHALEUREUX.

La cafétéria s'est transformée, le temps d'un repas, en véritable lieu de fête aux couleurs de l'Espagne. Tous les résidents étaient réunis pour partager un moment convivial autour d'une délicieuse paella préparée sous leurs yeux, dans une ambiance chaleureuse et animée.

Dès les premières notes de musique, les sourires se sont invités à table. Les échanges, les rires et la bonne humeur ont rythmé ce déjeuner pas comme les autres. La paella, généreuse et savoureuse, a régalé l'ensemble des convives, ravivant souvenirs et plaisirs simples du partage.

Certains résidents se sont même laissés emporter par la musique, tapant des mains ou fredonnant les airs diffusés, créant une atmosphère joyeuse et vivante. Ce moment festif a permis à chacun de se retrouver, de discuter et de profiter pleinement d'un instant hors du quotidien.

Un grand merci à toutes les personnes ayant contribué à l'organisation de ce bel événement, qui restera gravé comme un moment de bonheur partagé au sein de la résidence des Bords de Marne, avec tout le 3e étage qui était présent pour l'occasion.

L'équipe vie sociale des Bords de Marne

BORDS DE MARNE-BONNEUIL



BORDS DE MARNE-BONNEUIL



BORDS DE MARNE-BONNEUIL



CITÉ VERTE - SUCY

POÈME DE PÂQUES

La période de Pâques a inspiré une résidente. Voici son poème.

Laura, équipe de la vie sociale

PÂQUES

Christ est ressuscité !

Tout le monde se dit bonjour en partageant cette nouvelle.
Car c'est pour les chrétiens la grande fête.

En espérance des jours meilleurs,
Nous rappelons que le Christ est mort et ressuscité pour
nous.

Ce n'est pas toujours facile.
Mais accrochons nous à ce grand mystère.

Amis, nous renions parfois notre foi,
Mais ces quelques mots sont là pour nous guider.
Amis, profitons de ce nouveau jour qui nous est donné.
Pour vivre et ne jamais cesser de nous aimer.

Mme Rose



LA CRISTOLIENE - ADJ

ACTIVITÉS EN EXTÉRIEURES ET ATELIER MANUCURE POUR LES BÉNÉFICIAIRES DE L'ACCUEIL DE JOUR DE LA CRISTOLIENE

Nous avons profité des belles températures du printemps pour faire des activités à l'extérieur.

Nous avons également pris le déjeuner sur la terrasse ; c'est notre premier repas dans le patio, mais pas le dernier, car nos bénéficiaires adorent ça.

L'atelier manucure a son succès aussi bien auprès des femmes que des hommes, qui aiment prendre soin de leurs mains.

Sylvie et Nadège, Équipe Accueil De Jour Cristolienne



LA CRISTOLIENE - ADJ



LA CRISTOLIENE - ADJ



PIERRE TABANOU - ADJ

DES MOMENTS DE PARTAGE AUTOUR DU GRAND ÉCRAN

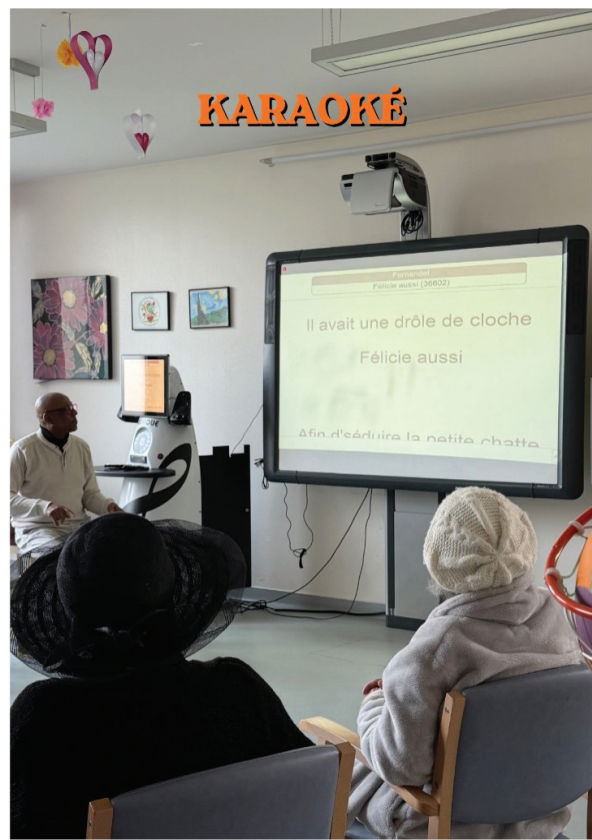
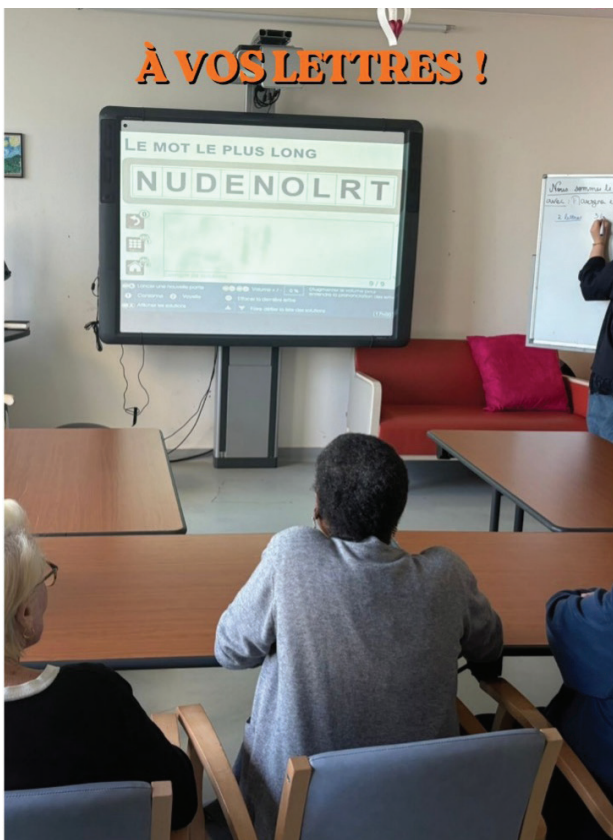
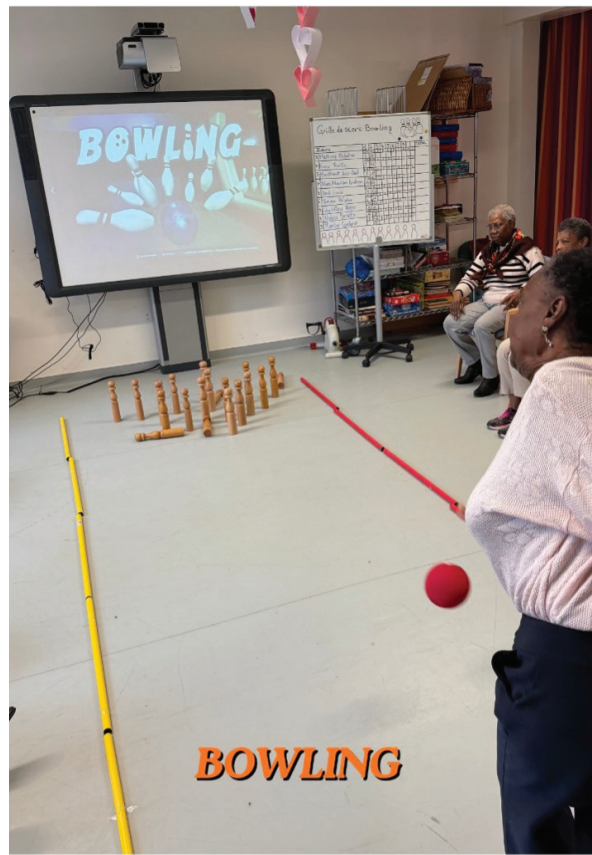
Grâce à la générosité du mari de Justyna, animatrice au sein de l'accueil de jour, nous avons récemment eu la chance de bénéficier d'un grand écran vidéo projecteur. Ce précieux don a rapidement trouvé sa place dans notre quotidien et apporte un véritable plus à nos activités. Utilisé lors des ateliers, cet écran permet d'animer les séances de manière plus dynamique et interactive. Il capte l'attention, favorise les échanges et permet à chacun de mieux profiter des supports proposés. Les résidents participent avec enthousiasme et apprécient ce nouvel outil, qui rend les animations encore plus vivantes.

Mais ce n'est pas tout : ce grand écran nous offre également la possibilité d'organiser de véritables moments de cinéma. Installés confortablement, les résidents peuvent profiter de projections dans une ambiance chaleureuse et conviviale, comme dans une petite salle de cinéma. Nous avons déjà partagé de très beaux moments autour de films tels que Les Intouchables ou encore Le Dîner de cons, qui ont suscité rires, émotions et souvenirs. Ces séances sont très appréciées et deviennent de véritables temps forts, attendus avec impatience.

Ce nouvel équipement nous permet ainsi de diversifier nos activités et d'offrir encore plus de moments de plaisir et de partage au sein de l'établissement. Un grand merci pour ce geste généreux, qui contribue pleinement au bien-être de tous.

Équipe accueil de jour de Pierre Tabanou

PIERRE TABANOÛ - ADJ



ABBAYE - ADJ

ATELIER INTERGÉNÉRATIONNEL

Une fresque fleurie sur le thème du printemps est l'activité menée par Génia à l'accueil de jour, en compagnie des enfants de la crèche et des personnes accueillies.

Ce fut un joli moment de partage !

L'équipe accueil de jour de l'Abbaye



ABBAYE - ADJ



ABBAYE - ADJ



CITÉ VERTE - ADJ

JEUX DE SOCIÉTÉS ET DÉJEUNER EN TERRASSE POUR LES CLIENTS DE L'ACCUEIL DE JOUR DE SUCY

Les bénéficiaires ont participé à un après-midi de jeux de société. Le beau temps nous a permis de profiter du soleil en déjeunant sur la terrasse de la résidence.

Karine et Marie-Anne. Équipe accueil de jour de la Cité Verte



CITÉ VERTE - ADJ



L'ÉVOLUTION DE L'AUTOMOBILE

"INNOVATIONS ET REGARD VERS LE FUTUR »

Pour beaucoup d'entre nous, la voiture évoque des souvenirs : des trajets en famille, des départs en vacances, ou simplement le plaisir de prendre la route.

Mais l'automobile n'a pas toujours ressemblé à celle que nous connaissons aujourd'hui.

Les premières voitures apparaissent à la fin du XIX^e siècle. À cette époque, elles sont rares, peu rapides et parfois peu pratiques.

Pourtant, elles représentent déjà une petite révolution dans la vie quotidienne.

Au fil des années, les voitures se développent et deviennent plus accessibles. Le confort s'améliore, les trajets deviennent plus faciles, et les distances semblent se raccourcir.

L'évolution de la voiture en image

Cette illustration montre l'évolution des voitures, depuis les premiers modèles très simples et ouverts jusqu'aux véhicules modernes et aérodynamiques.

RUBRIQUE ENVIRONNEMENT



Frise chronologique de l'évolution des voitures, du XIXe siècle à aujourd'hui, montrant différents modèles selon les époques

Chaque décennie a apporté ses innovations en matière de design, de confort et de technologies, reflétant les changements dans nos besoins et nos modes de vie.

Confort et sécurité : des évolutions majeures

La sécurité a beaucoup évolué :

- La ceinture de sécurité,
- Les airbags,
- Les systèmes de freinage modernes,

Ont permis de réduire considérablement les risques et de rendre les trajets plus sûrs pour tous.

L'automobile face aux enjeux d'aujourd'hui

Aujourd'hui, la voiture entre dans une nouvelle phase. Face aux enjeux environnementaux, de nouveaux modèles apparaissent :

- Les voitures électriques fonctionnent avec une batterie et ne produisent pas de gaz d'échappement lorsqu'elles roulent. Elles sont également plus silencieuses.
- Les modèles hybrides combinent un moteur classique et un moteur électrique.

Parallèlement, on observe aussi des innovations dans les carburants,

RUBRIQUE ENVIRONNEMENT

comme les biocarburants ou l'hydrogène, qui cherchent à réduire l'impact écologique des véhicules tout en diversifiant les sources d'énergie.

Cependant, ces nouvelles technologies rencontrent encore des limites, notamment au niveau des infrastructures, du coût, ou de la durabilité des batteries. De plus, les modèles économiques actuels doivent s'adapter pour intégrer ces changements tout en restant accessibles aux usagers.

Et les évolutions ne s'arrêtent pas là : les véhicules deviennent de plus en plus assistés, avec des aides à la conduite, et certains projets envisagent même des voitures capables de se conduire seules.

L'automobile continue ainsi de s'adapter, comme elle l'a toujours fait. Le saviez-vous ?

- Les premières voitures roulaient à une vitesse proche de celle d'un vélo.
- La ceinture de sécurité n'a été rendue obligatoire qu'à partir des années 1970.
- Les voitures électriques sont beaucoup plus silencieuses, réduisant ainsi les nuisances sonores en ville.

Emma Goux, conseillère en transition énergétique

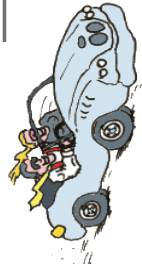


LE LIONS CLUB - SAINT MAUR BORDS DE MARNE

VOUS INVITE

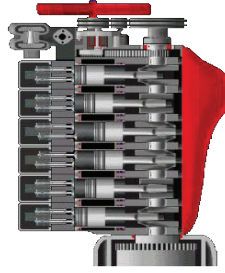
LE SAMEDI 18 AVRIL 2026 - 16H00

À LA CONFÉRENCE



LE FABULEUX DESTIN DE L'AUTOMOBILE

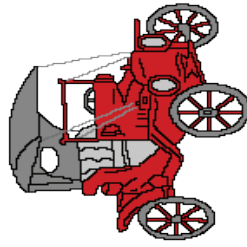
LA NAISSANCE DE L'AUTOMOBILE ET SES ÉVOLUTIONS



L'ÈRE DE LA VAPEUR

LE MOTEUR À EXPLOSION

ÉVOLUTIONS TECHNIQUES ET DÉCOUVERTES



LA NAISSANCE DES CONSTRUCTEURS AUTOMOBILES

**LES HOMMES ET LES VOITURES QUI ONT MARQUÉS L'HISTOIRE
DES HOMMES ET DES RÊVES**



LES GRANDS MUSÉES ET LES VOITURES DE L'ABBAYÉ

ACTUALITÉS

Quand la boxe redonne le sourire aux aînés

Au sein du Château de Nodet en Seine-et-Marne, ces séances d'initiation permettent aux résidents de briser l'isolement, de libérer leurs émotions et de préserver leur autonomie physique. À travers cette thérapie non médicamenteuse, la boxe devient un vecteur inattendu de bien-être et de reconquête de soi pour nos aînés.

Dès l'entrée dans le château, l'énergie change. Oubliez la routine souvent monotone du quotidien en Ehpad ; place aux gants rouges et aux coups de poings ! Pour Loïc, l'objectif premier est simple : créer du lien. "C'est l'occasion de leur faire faire de l'activité physique, mais aussi de les faire rire", explique-t-il.

La boxe, un remède surprise et efficace

Face à lui, Christiane, 92 ans, exprime avec humour un doute bien légitime : "Je ne crois pas pouvoir boxer, vu mon grand âge." Pourtant, quelques minutes plus tard, après un échauffement des poignets et un léger apprentissage, le doute laisse place à l'enthousiasme. La boxe agit ici comme un catalyseur social, forçant les regards à se croiser et les corps à se remettre en mouvement dans une ambiance de partage inédite. Au-delà de l'aspect sportif qu'est la boxe, Loïc souligne une dimension psychologique très intéressante. La vie en Ehpad n'est pas toujours un choix délibéré et elle peut s'accompagner de frustrations, voire de colère. "On peut avoir une certaine frustration qui s'exprime parfois en tapant les soignants. Nous, on apporte un cadre dans lequel cette violence peut s'exprimer de manière sécurisée", analyse le fondateur de Deuxième Souffle.

L'atelier peut donc devenir un exutoire efficace, une zone de décompression. Contrairement à ce que peuvent penser certaines

Source : Léopold Boucher - Le média Positif

personnes, cette pratique ne rend pas les résidents plus violents... loin de là. Elle aide à transformer une tension en une dépense physique constructive et innovante, en frappant les pattes d'ours de Loïc, grand sourire aux lèvres.

Préserver l'autonomie par des Uppercuts

La boxe adaptée s'inscrit dans le cadre des thérapies non médicamenteuses. Elle sollicite la coordination, l'équilibre et des amplitudes de mouvement que les seniors n'ont plus l'habitude d'explorer. Comme le confie une résidente après quelques échanges : "Ça fait faire des mouvements qu'on n'a pas l'habitude de faire. Ça fait du bien !"...

ANAGRAMMES

ÂPRETÉ		RAI		SUES		ERRES		CODE		SŒUR
PRIÉ		OSER						EL		
				POÊLES						
				STRAS						
STORE						CRUE				
SAC						CAB				
				STAR				RO		
				SPOTS				LIANE		
SAPE						BLÉ				ACIDES
ET						TUE				
		CRUT						CEA		
		PEINT						PERLE		
PLIS	STOP					ÉPI				FÊLÉ
	LIAS					TRI				
				DENTÉE						
				GÉO						
ÂNES						AILLÉ				
TOI						NO				
				OGRE				FI		
NOËLS						ARES				

PLANNING ABBAYE

Samedi 18 avril

10h à 11h45 : Les résidents vous accueillent à La Boutique - Allée Commerçante
15h00 Lecture de la revue « ça bouge » - Petit restaurant
16h00 Conférence « Le fabuleux destin de l'automobile » par le Lion's Club - 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 »
16h00 Intervention des clowns dans les logements - Rotonde 3ème castel
20h00 Temps de détente autour d'une tisane - Rotonde

Dimanche 19 avril

Déjeuner spectacle en compagnie de l'association Cambodgienne AEKUBACF - Grand Restaurant

16h00 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 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 - Rotonde

Lundi 20 avril

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
11h30 Sortie au restaurant Italien - Accueil
15h00 Conférence « Le Val de Grâce » par Marie LeGouellec - Théâtre
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 3ème Castel
- 14h00 Départ pour le bowling
- 20h00 Temps de détente autour d'une tisane - Rotonde

Mardi 21 avril

- 10h00 Cours de sport APA séniors - Salle Castel
- 11h00 Cours de sport « ParaChute » - Salle Castel
- 11h30 Cours de sport « ParaChute » - Salle Castel
- 15h30 « L'énergie » Débat et Quizz
- 17h00 Jeu de questions - Espace bar
- 17h00 Club mémoire, Monique Bouchot - Café littéraire.

3ème Bellay

- 11h00 En route pour le pressing
- 14h30 Atelier « Bien-être »
- 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 Soins esthétique
- 14h30 Point Guichet
- 15h00 Revue de presse - Petit salon castel
- 17h00 séance sophrologie - Salle snoezelen
- 20h00 Temps de détente autour d'une tisane - Rotonde

PLANNING ABBAYE

Mercredi 22 avril

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

10h30 Promenade sur inscription - Atrium

15h00 Jeux de table - 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

15h00 « Mise en voix »

17h00 Petit loto

4ème Bellay

10h30 Manucure

10h30 atelier de Musicothérapie

11h30 Vie quotidienne

14h30 Préparation de salade de fruits

16h00 Mise en voix

17h00 Jeux de questions

Unité PHV

10h30 Jeu au tableau

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

14h00 Départ à la médiathèque

15h00 Séance de Musicothérapie

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

Jeudi 23 avril

10h00 Départ au séjour à Vulcania - Accueil

14h30 Tir à l'arc - Salle Castel

16h00 Après-midi gourmand - Grand restaurant

16h00 Messe, 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 - Rotonde Castel

14h00 Temps libre, temps individuel

PLANNING ABBAYE

14h00 Départ des courses

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

Vendredi 24 avril

10h15 Atelier Informatique - Salon du Parc

11h00 Qi Gong - Salle bien-être

14h30 Brin de causettes - Salon du Parc

15h00 Groupe belote - Petit Restaurant

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 Atelier Quizz musical - Rotonde 3ème Castel

14h00 temps libre, temps individuel

16h30 Atelier tricot - Petite salon du 3ème Castel

19h00 Apéro Dinatoire

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 18 Avril

11h00 Réveil musculaire - Salle du parc

14h30 Diffusion Théâtre, «Un fil à la patte, côté cour, côté jardin » - Salle du parc

17h00 Quizz musical à la - Cafétéria

Dimanche 19 Avril

11h00 Revue de presse - Salle du parc

11h30 Sortie, nouvel an Khmer

15h00 Jeux de table à la - Cafétéria

17h00 Grand loto à la - Cafétéria

Animation 3ème étage

11h00 Jeux cognitifs

15h00 Activités a la carte

17h00 Accompagnement aux jeux à la - Cafétéria

Lundi 20 Avril

10h30 Avec le multi accueil sortie « Foin dans les bottes avec pique-nique »

11h00 Entraînement de Boxe - Salle du parc

15h00 Assemblée de prière - Salle du parc

16h00 Heures Savoureuses, dégustation de Banana split - Cafétéria

16h30 Ambiance musicale accordéon avec Jean Patrick - Cafétéria

Animation 3ème étage

10h15 Entraînement de Boxe

11h00 Jeux cognitif

15h30 Heures savoureuses/ accordéon avec le multi accueil

Activités club

10h30 Sortie « foin dans les Bottes et pique-nique »

15h00 Jouer avec les mots 3e Salle du club

16h30 Ambiance musicale accordéon et heures savoureuse - Cafétéria

Mardi 21 Avril

11h00 Écoute musical - Salle du parc

14h30 Atelier peinture - Accueil de jour du 3e

14h45 Tir à l'arc - Salle du parc

15h00 Jeux de table - Cafétéria

17h15 Bingo - 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 22 Avril

10h30 Bonjour chez vous
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 23 Avril

10h30 Bonjour chez vous
10h30 Activités physique adapté grp 1 - Salle du parc
11h00 Activités physique adapté grp 2 - Salle du parc
11h30 L'épicerie fine
15h00 A la manière des Frères le nain - Cafétéria
17h00 Loto - Cafétéria

Animation 3ème étage

17h00 Accompagnement aux jeux - Cafétéria

Activités club

17h00 Accompagnement aux jeux - Cafétéria

Vendredi 24 Avril

11h00 Documentaire « LES FRANCS » - Salle du parc
15h15 Jeux de table - Cafétéria
17h00 La grande roue - Cafétéria

Activités 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 18 Avril

10h30 : Vie de quartier - Aux étages

15h30 : Quizz « découverte de la Suisse » - Espace bar

17h00 : Jeux de société - Espace bar

3ème étage :

11h00 : Promenade

15h30 : Chansons

Dimanche 19 Avril

15h30 : LOTO - Espace bar

17h00 : Jeux de société - Espace bar

3ème étage :

11h00 : Messe et apéritif

15h30 : Loto - Rdc

Lundi 20 Avril

10h30 : Vie de quartier - Aux étages

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

17h00 : Jeux de société - Espace bar

3ème étage :

11h00 : Vie quotidienne

15h30 : Jeu d'adresse

Mardi 21 Avril

10h30 : Boutique et Point Guichet

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

15h30 : Gym douce avec Marion - Salle d'activités

15h30 à 17h00 : Réunion CVS résidents et familles - Salle Pasa

17h00 : Jeux de table - Espace bar

3ème étage :

11h00 : Boutique et Point Guichet - Rdc

15h30 : Gym douce

Mercredi 22 Avril

10h30 : Sortie en ville

15h30 : Spectacle de chansons avec J.P Talmont

17h00 : Scrabble - Bibliothèque

3ème étage :

11h00 : Vie quotidienne

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

PLANNING CITÉ VERTE

Jeudi 23 Avril

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

15h30 : Jeux d'adresse - Espace bar

17h00 : Article ou Panneau photos - Espace bar

3ème étage :

10h30 : Atelier culinaire

15h15 : Les contes

Vendredi 24 Avril

10h30 : Vie de quartier - Aux étages

15h30 : Initiation à la Généalogie - Salle. d'activités

17h00 : Jeux de société - Espace bar

3ème étage :

11h00 : Atelier sensoriel

15h30 : Karaoké

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 18 Avril

11h00 Revue de Presse - Salon du Patio

15h00 Jeux de Mémoire - Restaurant

17h00 Le Quiz - Restaurant

Dimanche 19 Avril

11h00 Diffusion « Concert Ray Charles en 1963 » - Salle du PASA

14h30 Video Club « César » - PASA

17h00 Juste Prix - Restaurant

Activités du 1er étage

11h00 Emission Religieuse - Salle TV

Lundi 20 Avril

11h00 Gym Douce G1 - Salon du Patio

15h00 Atelier Créatif - Salon du Patio

17h00 La Grande Roue - Restaurant

Activités du PASA

10h45 Médiation Animale

14h30 Gym Douce

Activité du 1er étage

11h00 Un Jour, une Lettre - Salle TV

14h00 Lecture de Contes avec Cynthia - Salon de Thé

Mardi 21 Avril

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

10h40 Shopping à la Boutique

12h00 Pot de Départ de Pascal Champvert - Restaurant

15h00 Café Philo - Restaurant

17h00 Bingo - Restaurant

Activités du PASA

10h30 Musicothérapie

14h30 Atelier Peinture

Activités du 1er étage

14h30 Atelier Peinture - PASA

16h30 La Musique de Cathy - Rotonde

Mercredi 22 Avril

11h00 Boxe & Réflexes - Salon du Patio

15h00 Chansons d'Amour par Jean- Patrick et Sylvie (Partie 1) - Restaurant

16h00 Collation Chocolatée Restaurant

16h30 Chansons d'Amour par Jean- Patrick et Sylvie (Partie 2) - Restaurant

PLANNING CRISTOLIENNE

Activités du PASA

10h30 Activité Bien-Être

14h30 Remue Méninge

Activités du 1er étage

10h30 Boxe - Salle TV

15h00 Chansons d'Amour par Jean-Patrick et Sylvie - Restaurant RDC

Jeudi 23 Avril

11h00 Atelier Écriture Bibliothèque

15h00 Yoga - Salon du Patio

17h00 Loto - Restaurant

Activités PASA et Service Spécifique

8h00 Atelier Cuisine Africaine

12h00 Voyage dégustatif vers l'Afrique

Salle du PASA

Activité du 1er étage

De 15h00 à 18h45 Les Rencontres de Marie-Claude Rotonde

Vendredi 24 Avril

11h00 Doc « L'Ariège » - PASA

16h00 Moment Gourmand - Restaurant

16h30 Ambiance Musicale Avec Sébastien - 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 18 Avril

11h00 Les délices sucrées - Place Vendôme

15h00 Borne melo - Place Vendôme

Dimanche 19 Avril

11H00 Émission religieuse - Place Vendôme

10h00 Loto -Place Vendôme

Lundi 20 Avril

11H00 Pause café - Avenue des délices

15h00 Chorale -Place Vendôme

16h00 Heures savoureuses - Place Vendôme

Mardi 21 Avril

11H00 Gym douce - Place Vendôme

15h00 Atelier mosaïque - Place Vendôme

Mercredi 22 Avril

11h00 Atelier écriture - Place Vendôme

15h00 - Mots croisés - Place Vendôme

Jeudi 23 Avril

11h00 Gym douce - Avenue des délices

15h30 Boxe - Place Vendôme

16h00 Visite Flora -Logement

Vendredi 24 Avril

11H00 Atelier mémoire - 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

APRÊTÉ	R	RAI	A	SUES	U	ERRES	S	CODE	D	SŒUR
PRIÉ		OSER						EL		
P	E	R	I	POÊLES	S	P	E	L	E	O
				STRAS						
STORE	T	O	R	S	E	CRUE	R	E	C	U
SAC						CAB				
C	A	S	STAR	T	S	A	R	RO	O	R
			SPOTS					LIANE		
SAPE	P	E	S	A	BLÉ	B	E	L	ACIDES	S
ET					TUE					
T	E	CRUT	T	R	U	C	CEA	A	C	E
		PEINT					PERLE			
PLIS	STOP	P	O	S	T	ÉPI	P	I	E	FÉLÉ
	LIAS					TRI				
S	L	I	P	DENTÉE	E	T	E	N	D	E
				GÉO						
ÂNES	A	N	S	E	AILLÉ	I	L	E	A	L
TOI					NO					
O	I	T	OGRE	G	O	R	E	FI	I	F
NOËLS	S	E	L	O	N	ARES	R	A	S	E

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 et de l'accueil de jour Abbaye, Bords-de-Marne, Cité Verte, Cristolienne et Pierre Tabanou