

ça bouge !

**1er
Mai
2026**

ça bouge !

N°1763

BONNE RETRAITE, MONSIEUR LE DIRECTEUR



Bonjour à toutes et à tous,

La résidence de l'Abbaye a célébré le départ à la retraite de M. Pascal Champvert.

Les bénéficiaires de l'accueil de jour de l'Abbaye sont allés déjeuner dans un restaurant particulier.

Des résidents des Bords de Marne et des enfants de l'accueil petite enfance ont découvert le téléphérique urbain.

Ambiance indonésienne à la Cité Verte, où des résidents et des salariés ont partagé un repas indonésien.

Une bénéficiaire de l'accueil de jour a fêté son anniversaire.

Direction l'aquarium de Val d'Europe pour des résidents de la Cristolienne, qui ont pu admirer poissons, requins et coraux.

La résidence Pierre Tabanou a rendu hommage à l'une de ses résidentes les plus emblématiques.

Bonne semaine à tous,

Robin VERRIER
Chargé de communication

Ça Bouge n°1763

02/05 > 08/05/2026

L'ACTU DES RÉSIDENCES

-M. PASCAL CHAMPVERT TIRE SA RÉVÉRENCE.

-DES RÉSIDENTS ET DES ENFANTS DU MULTI-ACCUEIL ONT DÉCOUVERT LE TÉLÉPHÉRIQUE URBAIN.

-REPAS INDONÉSIEEN À LA CITÉ VERTE.

-SORTIE À L'AQUARIUM DU VAL D'EUROPE POUR DES RÉSIDENTS DE LA CRISTOLIENNE.

-LA RÉSIDENCE PIERRE TABANOU A RENDU HOMMAGE À UNE ANCIENNE RÉSIDENTE.

- DÉJEUNER AU "RELAIS DU CONDÉ" POUR LES BÉNÉFICIAIRES DE L'ACCUEIL DE JOUR.

-L'ACCUEIL DE JOUR DE LA CITÉ VERTE A FÊTÉ L'ANNIVERSAIRE D'UNE DE SES BÉNÉFICIAIRES.

ACTUALITÉS

L'UNIVERS S'ÉTEND SANS QUE L'ON SACHE POURQUOI.

JEUX : SUDOKU

PLANNING DES ACTIVITÉS

ABBAYE - ST MAUR

MR PASCAL CHAMPVERT TIRE SA RÉVÉRENCE

Nous souhaitons rendre un hommage tout particulier à Monsieur Pascal Champvert à l'occasion de son départ à la retraite.

Après de nombreuses années d'engagement et de dévouement, c'est une carrière riche, construite avec constance et passion, qui s'achève aujourd'hui. De sa prise de fonction à la résidence de l'Abbaye à l'inauguration de la première résidence senior, Monsieur Champvert a su laisser une empreinte durable à travers des projets structurants et porteurs de sens.

Parmi les étapes marquantes de son engagement, nous retenons notamment son implication dans le développement du groupe ABCD 94, avec, au fil du temps, l'ouverture d'un théâtre, de plusieurs multi-accueils et crèches, ainsi que de nouvelles résidences. Mais aussi le projet de groupe et l'ouverture des résidences sur l'extérieur.

Pascal Champvert, ce sont aussi des convictions. Celles qu'une personne âgée a les mêmes droits que tout autre citoyen. Que la liberté des résidents en établissement n'est pas négociable et que ces derniers doivent être au centre même des décisions prises.

Au-delà des projets, des réalisations et de ses convictions, c'est aussi l'homme que nous saluons aujourd'hui : un professionnel investi, fiable, toujours disponible, à l'écoute et apprécié pour ses qualités humaines. Sa bonne humeur, son expérience et son dévouement à la cause des personnes âgées ont marqué durablement celles et ceux qui ont travaillé à ses côtés.

Nous lui adressons nos plus sincères remerciements pour toutes ces années d'engagement, ainsi que nos meilleurs vœux pour cette nouvelle étape de vie. Que cette retraite soit empreinte de sérénité, de santé et de beaux moments à partager.

Bonne retraite, Monsieur Champvert !

ABBAYE - ST MAUR



ABBAYE - ST MAUR



ABBAYE - ST MAUR



ABBAYE - ST MAUR



PRENONS UN PEU DE HAUTEUR !

Les résidents et les enfants de l'accueil petite enfance ont pris de la hauteur ce jeudi 26 mars en montant à bord du premier téléphérique urbain reliant la Pointe du Lac de Créteil à Villeneuve-Saint-Georges. Inauguré le 13 décembre 2025, nous avons attendu quelques mois qu'il se rode avant de nous y aventurer.

Pour beaucoup, c'était la première fois dans ce type de transport. Il est vrai que ce n'est pas habituel de voir, au-dessus de nos têtes, des nacelles accrochées à plus de 40 mètres de hauteur : on les retrouve plus communément dans les stations de ski.

Mais ici, pas de chaînes de montagnes, mais une vue sans limite sur Paris et sa banlieue.

Une balade atypique et un brin futuriste que nous avons, toutes générations confondues, partagée, et ce ne sont pas quelques minutes d'arrêt ni quelques gouttes de pluie qui ont freiné notre enthousiasme.

L'équipe de la vie sociale, le PASA et le multi-accueil.

BORDS DE MARNE - BONNEUIL



BORDS DE MARNE - BONNEUIL



CITÉ VERTE - SUCY

REPAS SALON « INDONÉSISIEN » À LA RÉSIDENTENCE DE LA CITÉ VERTE

Le jeudi 12 mars, Mme Jeannine Lancret et sa fille Nathalie Lancret offraient un délicieux repas indonésisien afin de partager une culture qu'elles connaissent bien, puisque toutes deux ont séjourné plusieurs années dans ces îles lointaines, dont Bali.

Au menu : des nems au poulet, le nasi goreng (plat traditionnel composé de riz frit, de légumes, d'épices et de poulet) et, en dessert, un délicieux flan coco agrémenté de mangue.

Depuis la veille, toutes deux, aidées par les animatrices et des résidentes volontaires, ont lavé, découpé, préparé les ingrédients et cuisiné plats et desserts. Une effervescence en cuisine qui a ravi les fines « cordons-bleus » de la Cité Verte !

Le repas-salon a réuni une trentaine de résidents et de membres du personnel ; les invités étaient accueillis par des hôtes joliment vêtues du « sarong », pièce d'étoffe carrée qui habille aussi bien les hommes que les femmes.

Un grand merci à Mmes Lancret pour cette initiative : ce moment convivial a apporté évasion et chaleur humaine, de belles ondes positives pour tous.

Françoise, responsable de la vie sociale

CITÉ VERTE - SUCY



CITÉ VERTE - SUCY



CITÉ VERTE - SUCY



Sortie à l'aquarium de Val d'Europe

Récemment, nous avons eu la chance de faire une sortie à l'aquarium, et c'était vraiment bien !

Les bassins étaient vraiment grands et il y en avait beaucoup. Les poissons ont de la place !

Il y avait de nombreuses espèces : des raies de toutes les couleurs, des poissons de toutes les formes, une belle collection de magnifiques coraux, ainsi que des requins, sur lesquels nous avons eu beaucoup d'explications. Nous avons même pu obtenir des informations, notamment chez les manchots, sur les couples formés car, à la différence des hommes, eux sont fidèles.

Les espèces sont bien commentées, mais parfois les informations sont écrites trop haut et en trop petit, ce qui les rend difficiles d'accès lorsqu'on est en fauteuil. Le parcours peut être étroit, ce qui n'est pas simple pour notre groupe. Parmi nous, certains ont trouvé que les bassins pouvaient manquer de mise en scène ; heureusement, ce n'était pas le cas du bassin des requins, avec son énorme tête de Bouddha.

Des résidentes de la Cristolienne

LA CRISTOLIENNE - CRETEIL



UN HOMMAGE À MME SOLVICHE LUCIENNE : UNE RÉSIDENTE À L'ESPRIT GÉNÉREUX ET COQUET

Les résidents de la résidence Pierre-Tabanou, Mme Gavril, adjointe aux seniors, M. Marchand, président de l'association Âge en Harmonie, ainsi que Mme Akénine et Mme Delanoy, représentantes des familles, ont souhaité rendre hommage à une femme d'exception en renommant la boutique.

Mme Lucienne Solviche est arrivée à la résidence en mai 1989. Dès son arrivée, elle s'est distinguée par sa personnalité et son fort caractère. Son élégance était remarquable. La boutique portera désormais le nom « Au bonheur de Lucienne Solviche ». Ce geste symbolique est un hommage à sa bienveillance, à son esprit de solidarité et à sa contribution importante à la vie de la résidence. Le nom de Mme Lucienne Solviche restera à jamais associé à cette résidence, non seulement pour son rôle dans l'obtention du minibus, mais aussi pour la joie et la lumière qu'elle a apportées à chaque journée. Elle nous rappelle l'importance de l'engagement, de la générosité et de l'amitié, et nous incite à continuer à cultiver ces valeurs dans notre quotidien.

L'équipe de la vie sociale de Pierre-Tabanou

PIERRE TABANOU- L'HAY DES ROSES



PIERRE TABANOU - L'HAY DES ROSES



ABBAYE - ADJ

SORTIE AU "RESTAURANT LE RELAIS DU CONDÉ" POUR L'ACCUEIL DE JOUR DE L'ABBAYE

Le restaurant « Le Relais du Condé », perché au Vieux Saint-Maur, qui dispose de son manège à chevaux, a permis aux accueillis de l'ADJ de l'Abbaye de partager des souvenirs autour du cheval. Nous avons eu plaisir à assister à un travail d'obstacle, ce qui a beaucoup plu au groupe. Nous avons apprécié le repas et chacun a pu parler de son expérience de cavalier, évoquant des vacances d'équitation.

Genoveva Cortes, équipe Accueil de jour de l'abbaye



ABBAYE - ADJ



CITÉ VERTE - ADJ

BONNE ANNIVERSAIRE MME CHGARLERY

Nous avons fêté l'anniversaire de Mme Chgarlery qui a été très contente.

Karine et Marie Annette, équipe Accueil de jour de la Cité Verte.



RECYCLER LE PLASTIQUE : QUE DEVIENT-IL APRÈS ?

"DÉMARCHE DURABLE"

Aujourd'hui, trier ses déchets fait partie du quotidien. Bouteilles, flacons, emballages... une grande partie de ce que nous jetons est en plastique. Mais une fois déposé dans la bonne poubelle, que devient-il réellement ?

On pourrait penser qu'il disparaît... mais en réalité, il entame un nouveau parcours.

Un long chemin après la poubelle

Une fois collectés, les déchets plastiques sont envoyés dans des centres de tri. Le plastique trié ne part pas avec les ordures classiques. Là, ils sont séparés selon leur type, car tous les plastiques ne se recyclent pas de la même manière.

Chaque type de plastique suit ensuite un parcours différent. Certains sont plus faciles à recycler que d'autres, mais beaucoup peuvent être transformés.

Comment le plastique est recyclé

Après le tri, le plastique suit plusieurs étapes :

- Il est nettoyé pour enlever les impuretés.
- Il est broyé en petits morceaux.
- Il est fondu puis transformé en granulés.

Ces paillettes/granulés servent ensuite à fabriquer de nouveaux objets : bouteilles, vêtements, emballages ou encore mobilier.

Comme nous pouvons le voir sur le schéma ci-dessous :



Tout ne se recycle pas encore

Même si le recyclage progresse, tous les plastiques ne peuvent pas être recyclés aujourd'hui. Certains sont trop complexes ou mélangés à d'autres matériaux. C'est pourquoi le tri reste important, mais la réduction des déchets l'est tout autant.

Un geste qui a du sens

En triant correctement, chacun participe à donner une seconde vie à certains matériaux. Ce geste simple contribue à limiter les déchets et à préserver les ressources.

Dans une résidence, chacun peut participer facilement :

- Bien respecter les consignes de tri,
- Vider les emballages avant de les jeter,
- Éviter de les imbriquer les uns dans les autres.

Le saviez-vous ?

- Avec 1 tonne de plastique recyclé on réduit de 2 tonnes les émissions de Co2.
- Les pots de yaourt, les barquettes en plastique de volaille... sont recyclés en pot de fleur, cintre... mais ces objets ont une faible valeur marchande. Des expérimentations sont en cours pour rendre la filière plus performante.
- Une bouteille en plastique peut mettre très longtemps à se dégrader dans la nature (450 ans)

Emma Goux, conseillère en transition énergétique

ACTUALITÉS

Quelque chose nous échappe, l'Univers s'étend... sans que l'on sache pourquoi

C'est l'un des plus grands mystères de la cosmologie moderne. Tout a commencé en 1929 avec l'astronome américain Edwin Hubble qui a montré que les galaxies s'éloignent d'autant plus vite qu'elles sont lointaines.

Cette découverte marque un tournant majeur : elle révèle que l'Univers n'est pas statique, mais en expansion constante. Depuis, les chercheurs tentent de déterminer avec précision la vitesse de son expansion.

Deux méthodes pour mesurer l'expansion de l'Univers

Ils s'appuient sur deux approches principales. La première consiste à observer l'Univers proche, en mesurant la distance de certaines étoiles, galaxies ou des explosions stellaires dont la lumière est bien connue.

La seconde méthode remonte beaucoup plus loin dans le temps. Elle repose sur l'analyse du rayonnement fossile du Big Bang, émis environ 380.000 ans après sa naissance.

En théorie, ces deux approches devraient aboutir au même résultat. En pratique, elles sont à l'origine d'un véritable casse-tête. En effet, selon la méthode utilisée, la vitesse d'expansion de l'Univers n'est pas la même.

Une étude récente, fondée sur des décennies de mesures indépendantes, montre que cet écart ne peut plus être attribué à de simples erreurs. Il pourrait au contraire révéler des limites dans notre modèle cosmologique actuel.

Les mesures basées sur le rayonnement du Big Bang indiquent une expansion d'environ 67 à 68 kilomètres par seconde et par mégaparsec,

Source : 20 minutes

tandis que les observations de l'Univers proche donnent une valeur plus élevée, autour de 73 km/s/Mpc.

Ce désaccord, appelé « tension de Hubble », persiste donc malgré des mesures de plus en plus précises. Même si l'écart peut paraître faible, il dépasse largement ce que l'incertitude statistique peut expliquer.

« C'est ce qui rend la tension de Hubble si intéressante », explique Richard Anderson, astrophysicien à l'université de Göttingen. « Comparer les valeurs issues de l'Univers primordial et de l'Univers actuel revient à tester les lois fondamentales de la physique à l'échelle cosmique, et cela suggère qu'il manque encore quelque chose. »

Vers une nouvelle physique pour expliquer l'Univers

Le fait que cet écart persiste pourrait indiquer que les mesures de l'Univers primordial doivent être réexaminées en profondeur. Ces résultats relancent aussi une hypothèse majeure : celle d'une nouvelle physique, encore inconnue, capable d'expliquer l'énergie noire et l'expansion du cosmos.

Source : 20 minutes

JEUX

SUDOKU

6	7		5	2	4	9		
		9	8			2	5	6
2				9				
	2			8		4		
5		6	7		2	8		1
		4		6			7	
				1				8
4	6	3			8	1		
		8	2	3	7		4	5

PLANNING ABBAYE

Samedi 2 Mai

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

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

16h30 Grand jeu « Bowling » - 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 »

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

Dimanche 3 Mai

14h30 Atelier des Casques Virtuels - Grand restaurant

16h30 Grand Jeu « Karaoké » - 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 »

15H00 relaxation et bien-être - Salle snoezelen

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

Lundi 4 Mai

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

15h30 Initiation à la boxe - Grand restaurant

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 au Théâtre
- 17h00 Jeu Interactif « mots croisés »

4ème Bellay

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

Unité PHV

- 10h00 Bonjour chez vous
- 10h30 Randonnée avec Nourredine
- 10h30 Écoute musicale - Rotonde du 3ème Castel
- 14h00 Départ des courses
- 14h30 Foot avec Nourredine
- 20h00 Temps de détente autour d'une tisane - Rotonde

Mardi 5 Mai

- 10h00 Cours de sport APA séniors - Salle Castel
- 11h00 Cours de sport « ParaChute » - Salle Castel
- 11h30 Cours de sport « ParaChute » - Salle Castel
- 10h30 Atelier Happy Jardinnet - 3ème Bellay
- 15h00 Atelier créatif des petites mains - Grand restaurant
- 15h30 L'heure musicale - Théâtre
- 17h00 Café Philo « Jusqu'où sommes-nous concernés par l'avenir ? » - Espace bar
- 17h00 Club mémoire, Monique Bouchot - Café littéraire

3ème Bellay

- 11h00 En route pour le pressing
- 14h30 Atelier « Bien-être » avec Iphana
- 15H30 Heure musicale au 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 Table d'hôte à la - Rotonde
- 14h30 Point Guichet
- 17h00 Séance sophrologie - Salle snoezelen
- 20h00 Temps de détente autour d'une tisane - Rotonde

PLANNING ABBAYE

Mercredi 6 Mai

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

10h00 Rencontre intergénérationnelle - Nouveau restaurant

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 » 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

10h30 Tennis de table

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

15h00 Séance de Musicothérapie

15h00 Jeu de coordination et de réflexe - Rotonde castel

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

Jeudi 7 Mai

14h30 Tir à l'arc - Salle Castel

16h00 Après-midi gourmand en compagnie de Romane - Grand restaurant

16h00 Messe - Oratoire

3ème Bellay

11h00 En route pour le pressing

11h30 Sortie restaurant

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

PLANNING ABBAYE

Unité PHV

10h00 Bonjour chez vous

10H30 Atelier manuel - Rotonde

14h00 temps libre, temps individuel

14H30 Pétanque à l'extérieur avec Nourredine

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

Vendredi 8 Mai

10h15 Atelier Informatique - Salon du Parc

10h30 Art Floral « Pot de douceur » Groupe 1 - Café littéraire

14h00 Art Floral « Pot de douceur » Groupe 2 - Café littéraire

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

15h45Gym 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 Quizz musical - Rotonde du 3ème Castel

14h00 temps libre, temps individuel

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

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

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

L'équipe de la vie sociale

PLANNING BDM

Samedi 2 Mai

11h00 Réveil musculaire - Salle du parc

14h30 Diffusion Cinéma « La favorite » - Salle du parc

17h00 Quizz musical - Cafétéria

Dimanche 3 Mai

11h00 Revue de presse - Salle du parc

15h00 Jeux de table - Cafétéria

17h00 Grand loto - Cafétéria

Animation 3ème étage

11h00 Jeux cognitifs

15h00 Activités a la carte

17h00 Accompagnement aux jeux - Cafétéria

Lundi 4 Mai

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

Mardi 5 Mai

11h00 Écoute musical - Salle du parc

14h30 Atelier peinture - Accueil de jour du 3e

14h45 Tir à l'arc - Salle du parc

15h00 Club culture - Cafétéria

17h00 Chorale - Restaurant

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

PLANNING BDM

Mercredi 6 Mai

11h00 Gestion Soleil au Cœur - Bureau fougère

11h00 Tai-chi - Salle du parc

15h00 Jeux de table - Cafétéria

17h00 Jeux de questions - Cafétéria

Animation 3ème étage

11h00 jeux cognitifs

15h00 activité a la carte

15h45 Chansonâges

17h00 Accompagnement aux jeux - Cafétéria

Activités club

14h45 Chansonâges

17h00 Accompagnement - Cafétéria

Jedi 7 Mai

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 Réunion citoyennage - Salle du parc

17h00 Loto - Cafétéria

Animation 3ème étage

15h00 Activité à la carte

17h00 Accompagnement - Cafétéria

Activités club

15h00 Atelier lecture

17h00 Accompagnement aux jeux - Cafétéria

Vendredi 8 Mai

11h00 Documentaire - salle du parc

15h00 Jeux de table - Cafétéria

16h30 Spectacle, pièce de théâtre - 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 2 Mai

10h30 : Vie de quartier aux étages

15h30 : Ciné-Club « A définir » - Salle d'activités

17h00 : Jeux de société - Espace bar

3ème étage :

11h00 : Moment de la vie quotidienne - Restaurant

15h30 : Chansons avec Sylvain

Dimanche 3 Mai

10h30 : Messe TV

15h30 : Jeu de questions « Traditions du 1er Mai » - Espace bar

17h00 : Jeux de société - Espace bar

3ème étage :

11h00 : Messe et apéritif

15h30 : Jeu de questions - RDC

Lundi 4 Mai

10h30 : Vie de quartier aux étages

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

15h30 : Atelier Peinture avec Gildas - Salle d'activités

17h00 : Chiffres et lettres - Bibliothèque

3ème étage :

11h00 : Chiens visiteurs

15h30 : Atelier réminiscence

Mardi 5 Mai

10h30 : Boutique et Point Guichet Sylviane, Françoise, Geneviève

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

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

16h30 : Jeu d'adresse - Espace bar

3ème étage :

11h00 : Boutique / P. Guichet / promenade

15h30 : Jeu d'adresse

Mercredi 6 Mai

10h30 : Sortie en ville

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

15h30 : Spectacle de chansons avec J. P. Talmond

16h30 : Comité « Citoyennâge » avec Juan Vasquez:

Annnonce du choix du thème 2026 - Salle d'activités

PLANNING CITÉ VERTE

3ème étage :

10h30 : Vie quotidienne - Restaurant

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

Jeudi 7 Mai

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

15h30 : Atelier poterie - Salle d'activités

17h00 : Jeux d'adresse - Espace bar

3ème étage :

11h00 : Vie quotidienne - Restaurant

15h30 : Atelier contes - Pasa

Vendredi 8 Mai

11h00 : MESSE avec l'Aumônerie - Salle d'activités

15h30 : Bowling inter-étages - Salle d'activités / Terrasse

17h00 : Jeux de sociétés - Espace bar

3ème étage :

11h00 : MESSE avec l'Aumônerie

15h30 : Bowling inter-étages - 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 CRISTOLIENNE

Samedi 2 Mai

11h00 Revue de Presse - Salon du Patio

15h00 Jeux de Mémoire - Restaurant

17h00 Le Quiz - Restaurant

Activités du 1er étage

11h00 Promenade « en fonction de la météo » avec les Aides-Soignantes

15h00 Atelier Manuel - Salle Artistique

Dimanche 3 Mai

11h00 Ecoute Musicale - PASA

14h45 Video Club «Le vieux qui ne voulait pas fêter son anniversaire » - PASA

17h00 Grand Bingo - Restaurant

Activités du 1er étage

11h00 Émission Religieuse - Salle TV

Lundi 4 Mai

11h00 Gym Douce G1 - Salon du Patio

15h00 Café Philo - Restaurant

17h00 La Grande Roue - Restaurant

Activités du PASA

10h30 Jeux Interactifs avec la Tovertafel

14h30 Gym Douce

Mardi 5 Mai

11h00 Atelier Manuel - Salon du Patio

15h00 Chorale - Salon du Patio

17h00 Bingo - Restaurant

Activités du PASA

10h30 Musicothérapie

Activités du 1er étage

11h00 Gym Douce - Salle TV

14h30 Atelier Gourmand avec Houria - Cuisine 1er

16h30 La Musique de Cathy - Rotonde

Mercredi 6 Mai

11h00 Boxe & Réflexes - Salon du Patio

14h30 Activité Physique - Salon du Patio

15h00 Comptes de l'Asso - Bibliothèque

15h30 Para-Chutes G1 - Salon du Patio

16h00 Para-Chutes G2 - Salon du Patio

17h00 Jeux de Lettres - Restaurant

PLANNING CRISTOLIENNE

Activités du PASA

10h30 Activité Bien-Être

14h30 Remue Méninge

14h45 Rencontre Intergénérationnelle

Jeux Interactifs avec la Tovertafel

Activités du 1er étage

10h30 Boxe - Salle TV

11h00 Jeux de Lettres avec Zaza - Salle TV

17h15 Photo Mémoire - Rotonde

Jeudi 7 Mai

11h00 Atelier Écriture - Bibliothèque

15h00 Sophrologie - Salon du Patio

17h00 Loto - Restaurant

Activités du PASA

10h30 Atelier Cuisine et Discussions

14h30 Atelier Tricot et Loisirs Créatifs

Activités du 1er étage

11h00 Nouvelles du Jour - Salle TV

15h00 Carré Musical - Rotonde

Vendredi 8 Mai

14h00-16h00 La Boutique de la Cristolienne - RDC

11h00 MESSE Père Irene - PASA

14h00 Shopping à la Boutique

16h00 Moment Gourmand - Restaurant

16h30 Ambiance Musicale avec Pierre et sa Guitare - Restaurant

Activités du 1er étage

16h00 Après-Midi Gourmand et Musical 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 2 Mai

11H00 Délices sucrées - Place Vendôme
14H30 Salon de beauté - Salon de massage
15h00 Proverbes ou dicton - Place Vendôme

Dimanche 3 Mai

11H00 Émission religieuse - Place Vendôme
15h00 Loto - Place Vendôme

Lundi 4 Mai

11H00 Pause café - Avenue des délices
11h00 ça se discute - Place Vendôme
11h00 Voyage musicale - Avenue de la liberté
15h00 Chorale - Place Vendôme
16h00 Heures savoureuses - Place Vendôme
16h00 Écoute musicale - Avenue des délices
17h00 Tous en basket

Mardi 5 Mai

11H00 Gym douce - Place Vendôme
15h00 Atelier manuel - Place Vendôme
17h00 Jeux apéro - Place Vendôme

Mercredi 6 Mai

11H00 Atelier écriture - Place Vendôme
15h00 Mots croisés - Place Vendôme

Jeudi 7 Mai

11H00 Gym douce - Avenue des délices
15h30 Boxe - Place Vendôme
16h00 Visite flora - Logement

Vendredi 8 Mai

11H00 - Atelier mémoire - Place Vendôme
14h00 - Massage - Salon de massage
15H00 - Écoute musicale - 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

6	7	1	5	2	4	9	8	3
3	4	9	8	7	1	2	5	6
2	8	5	6	9	3	7	1	
1	2	7	3	8	5	4	6	9
5	9	6	7	4	2	8	3	1
8	3	4	1	6	9	5	7	2
7	5	2	4	1	6	3	9	8
4	6	3	9	5	8	1	2	7
9	1	8	2	3	7	6	4	5

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