

ça bouge!

3  
Juillet  
2026

# ça bouge!

N°1772

## ACCUEIL DU NOUVEAU DIRECTEUR À LA RÉSIDENCE PIERRE TABANOU



Bonjour à toutes et à tous,

La résidence Pierre Tabanou a reçu la visite du nouveau directeur.

A la recherche de fraîcheur, les bénéficiaires de l'accueil de jour sont allés piquer une tête à la piscine.

Des résidents de l'Abbaye ont visité le Panthéon. Un moment d'histoire suspendu dans le temps.

Les bénéficiaires de l'accueil de jour de l'Abbaye ont profité d'un moment musical avec Jean-Patrick.

La nouvelle décoration estivale a pris place à la résidence des Bords-de-Marne.

Les résidents de la Cité Verte, ainsi que les professionnelles Marie-Ange, Marie-Claude, Emilie et Cécile, ont retrouvé, le temps d'un repas, les bénévoles Maria et Dominique de l'association Madeleine Delbrêl.

Afin de profiter de la fraîcheur, l'accueil de jour de la Cité Verte a organisé un pique-nique pour ses bénéficiaires.

Des résidents de la Cristolienne ont découvert la nouvelle comédie musicale des jeunes du conservatoire de Mennecey.

Coups droits, uppercuts et crochets étaient au rendez-vous pour les bénéficiaires de l'accueil de jour de Créteil, qui participent régulièrement à des séances de boxe.

Bonne semaine à toutes et à tous,

Robin VERRIER  
Chargé de communication

## L'ACTU DES RÉSIDENCES

- VISITE DE LA RÉSIDENCE PIERRE TABANOU PAR LE NOUVEAU DIRECTEUR DU GROUPE ABCD
- VISITE DU PANTHÉON PAR DES RÉSIDENTS DE L'ABBAYE
- NOUVELLE DÉCORATION À L'ACCUEIL DES BORDS-DE-MARNE
- REPAS AVEC LES BÉNÉVOLES DE L'ASSOCIATION MADELEINE DELBRÊL
- HAKUNA MATATA : LA COMÉDIE MUSICALE DE MENNECEY
- AMBIANCE MUSICALE À L'ACCUEIL DE JOUR DE L'ABBAYE
- PIQUE-NIQUE POUR LES BÉNÉFICIAIRES DE L'ACCUEIL DE JOUR DE LA CITÉ VERTE
- SESSION DE BOXE AU PROGRAMME DE L'ACCUEIL DE JOUR DE LA CRISTOLIENNE
- SORTIE PISCINE POUR LES BÉNÉFICIAIRES DE L'ACCUEIL DE JOUR DE PIERRE TABANOU

## ACTUALITÉS

- IL MARCHÉ 5 150 KM JUSQU'EN ÉCOSSE ET RÉCOLTE UN MILLION DE LIVRES POUR LA SANTÉ MENTALE

JEUX : BUZZ

PLANNING DES ACTIVITÉS

## ACCUEIL DU NOUVEAU DIRECTEUR À LA RÉSIDENCE PIERRE TABANOU

À l'occasion de l'arrivée de notre nouveau directeur, un moment convivial a été organisé en présence des résidents et du personnel, qui, pour l'occasion, était habillé en marin.

Après un discours de bienvenue et de présentation, M. Marchand, représentant de l'association Âge en Harmonie, a offert un calendrier et un tableau présentant les valeurs de la résidence. Chacun a ensuite été invité à partager un café accompagné de pâtisseries dans une ambiance chaleureuse et détendue. Ce temps d'échange a permis aux résidents, aux équipes et au nouveau directeur de faire connaissance et de partager un agréable moment ensemble.

La rencontre s'est poursuivie par une visite de l'établissement, offrant l'opportunité de découvrir les différents espaces et de rencontrer les personnes qui y vivent et y travaillent au quotidien.

Les résidents ont particulièrement apprécié cette initiative, qui a favorisé les échanges, la proximité et la convivialité. Ce moment de partage restera un beau souvenir pour tous et marque le début d'une nouvelle collaboration sous le signe de l'écoute et de la bienveillance.

L'équipe de la vie sociale

# PIERRE TABANOU - L'HAY LES ROSES



# PIERRE TABANOU - L'HAY LES ROSES



# ABBAYE - ST MAUR

## Une immersion dans l'Histoire : les résidents de l'Abbaye au Panthéon

Un groupe de résidents de la résidence de l'Abbaye de Saint-Maur a profité d'une escapade printanière pour découvrir, ou redécouvrir, l'un des monuments les plus emblématiques de la capitale : le Panthéon. Accompagnés par l'équipe d'animation, les résidents ont été impressionnés par la majesté de l'architecture et la sérénité qui règne sous l'immense coupole.

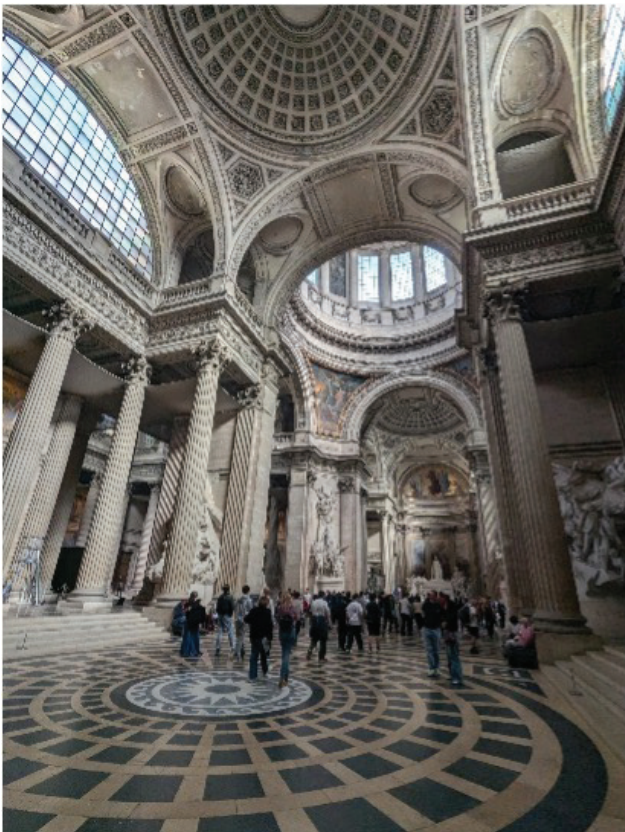
### Un voyage entre mémoire et émotion

La visite a été rythmée par des moments de recueillement et de fascination, notamment devant le célèbre pendule de Foucault, qui a captivé l'assemblée par son mouvement perpétuel.

Clément Sauvage, équipe de la vie sociale



# ABBAYE - ST MAUR



# ABBAYE - ST MAUR



# BORDS DE MARNE-BONNEUIL

## CAP SUR L'ÉTÉ À LA RÉSIDENCE DES BORDS DE MARNE !

L'été s'invite à la résidence avec une toute nouvelle décoration colorée et pleine de bonne humeur ! Bouées, transats, ballons de plage, parasol et ambiance bord de mer ont transformé nos espaces communs pour faire voyager nos résidents...

Cette mise en scène estivale apporte une touche de soleil au quotidien et invite chacun à profiter d'un moment chaleureux, convivial et rempli de souvenirs de vacances. Certains résidents ont déjà partagé leurs anecdotes d'été et se sont laissés porter par cette ambiance légère et joyeuse.

Parce qu'il n'est pas nécessaire de partir loin pour s'évader, nous faisons entrer les vacances à la résidence !

La vie est belle au soleil !

Christal Perthuis, équipe de la vie sociale



# BORDS DE MARNE-BONNEUIL



# CITÉ VERTE - SUCY

---

## **Repas avec les bénévoles de l'association Madeleine Delbrêl**

Plaisir partagé pour les résidents de la Cité Verte ainsi que pour les professionnelles Marie-Ange, Marie-Claude, Émilie et Cécile de retrouver, le temps d'un repas, les bénévoles Maria et Dominique de l'association Madeleine Delbrêl.

Les personnels de la Cité Verte tenaient en effet à remercier ces bénévoles qui, depuis de nombreuses années, les aident lors du séjour à Lourdes, tant pendant les temps de culte que dans la gestion de la vie quotidienne. Cette rencontre a également permis de mettre un visage sur les bénévoles de l'aumônerie de l'Hôpital intercommunal de Créteil, qui rendent visite aux résidents lors de leurs hospitalisations. Ils sont nombreux à bénéficier de la visite des bénévoles de l'hôpital le jeudi après-midi.

Un grand merci à toutes ces personnes investies, qui permettent aux résidents de vivre leur foi et de bénéficier d'un soutien et d'un réconfort dans les moments difficiles.

L'équipe de la Vie sociale

# CITÉ VERTE - SUCY



# CITÉ VERTE - SUCY



## HAKUNA MATATA, LA COMÉDIE MUSICALE DE MENNECY

Après avoir vu la comédie musicale des jeunes du conservatoire de Mennecy, « Once Upon a Time in Broadway », en mai 2025, les résidents de la Cristolienne ont exprimé, lors du dernier comité des sorties, le souhait d'aller voir le nouveau spectacle monté et mis en scène par Laetitia Lebacq. Le dimanche 24 mai, ils sont donc partis en minibus pour se rendre au Théâtre Jean-Jacques Robert, au sein du parc de Villeroy, afin d'assister à « Hakuna Matata, Naissance d'une légende ».

L'histoire raconte l'aventure d'une troupe qui explique, sur un plateau de télévision, les étapes du montage d'une adaptation du « Roi Lion ». Le public a pu découvrir les coulisses de la création à travers des tableaux chantés et dansés, des auditions jusqu'à la première représentation.

Entre répétitions, préparation des costumes, technique, production, rires, trac et dépassement de soi... Cette comédie musicale a mis en lumière le quotidien des artistes à travers des musiques connues du « Roi Lion », des classiques Disney et bien d'autres comédies musicales comme « Grease », « Le Magicien d'Oz », « La Petite Boutique des horreurs » ou encore « Moulin Rouge ».

Les résidents étaient ravis de pouvoir assister à cette représentation et d'apprécier les musiciens ainsi que les jeunes chanteurs et danseurs. Certains ont exprimé leur plaisir de redécouvrir des morceaux qu'ils appréciaient et ont pu féliciter la metteuse en scène pour avoir accompagné cette troupe amateur vers une pratique de plus en plus professionnelle du spectacle vivant.

Esteban NADREAU, Responsable Vie sociale

# LA CRISTOLIENNE - CRÉTEIL



# LA CRISTOLIENNE - CRÉTEIL



# PIERRE TABANOU - ADJ

## PAUSE FRAÎCHEUR POUR L'ACCUEIL DE JOUR DE PIERRE TABANOU

Avec l'arrivée des beaux jours, difficile de résister à l'envie de profiter du soleil... et d'un peu de fraîcheur ! Depuis plusieurs semaines, l'accueil de jour de la résidence Pierre Tabanou propose des sorties à la piscine de Chevilly-Larue à toutes les personnes accueillies qui le souhaitent. Chacun peut profiter d'un moment de détente, de baignade et de convivialité dans une ambiance toujours agréable.

Ces sorties sont devenues un rendez-vous attendu de la semaine. Elles permettent de se rafraîchir, de se détendre, de partager de bons moments et, pour certains, de révéler de véritables talents de nageurs... ou simplement de profiter des joies de l'eau en toute sérénité ! Sourires, éclats de rire et bonne humeur sont toujours au rendez-vous, faisant de ces escapades estivales de beaux moments de partage.

Équipe accueil de jour de Pierre Tabanou



# PIERRE TABANOU - ADJ



# ABBAYE - ADJ

## AMBIANCE MUSICALE À L'ACCUEIL DE JOUR DE L'ABBAYE

Les personnes accueillies sont toujours aussi enjouées lors de la venue de Jean-Patrick, notre chanteur dynamique et humoriste à la fois !

Parfois, il arrive qu'une cliente se mette à chanter acappella, pour son plaisir et celui de tous ceux qui l'écoutent !

De beaux moments de convivialité dont les personnes profitent pleinement et pour lesquels elles sont reconnaissantes.

Isabelle Soignet, équipe accueil de jour de l'Abbaye



# ABBAYE - ADJ



# ABBAYE - ADJ



# CITÉ VERTE - ADJ

## PIQUE-NIQUE POUR LES BÉNÉFICIAIRES DE L'ACCUEIL DE JOUR DE LA CITÉ VERTE

Les bénéficiaires de l'accueil de jour de la Cité Verte ont profité de la baisse des températures pour pique-niquer à l'extérieur. Une sortie appréciée par tous et qui a permis de profiter de la fraîcheur.

Marie-Annette Babet et Karine Hoffer, équipe accueil de jour de la Cité Verte



# LA CRISTOLIENNE-ADJ

## SÉANCE DE BOXE À L'ACCUEIL DE JOUR DE LA CRISTOLIENNE

Les séances de boxe rencontrent toujours autant de succès, et nos bénéficiaires sont toujours heureux d'y participer.

Après une séance d'échauffement avec l'animateur spécialisé, les enchaînements s'effectuent dans la joie et la bonne humeur.

Les coups droits, les uppercuts et les crochets n'ont désormais plus de secret pour eux : de vrais champions !

Sylvie et Nadège, équipe accueil de jour de la cristolienne



# LA CRISTOLIENNE-ADJ



## RÉCAP DU MOIS

Au fil de ce mois, nous avons exploré plusieurs sujets liés à l'environnement, à la nature et à notre manière de vivre au quotidien. Des thèmes simples et concrets, qui montrent que chacun peut mieux comprendre le monde qui l'entoure à travers de petits gestes et quelques découvertes.

Mieux comprendre le parcours de nos déchets

Nous avons commencé par découvrir les filières de déchets. Derrière chaque poubelle de tri se cache tout un parcours permettant de recycler, transformer ou valoriser certaines matières.

Papier, verre, métal ou déchets alimentaires : chacun suit une filière différente afin de limiter le gaspillage des ressources.

### **Le soleil, une présence essentielle**

Avec l'arrivée de l'été, nous avons également parlé du soleil et de son rôle dans notre quotidien.

Source de lumière, de chaleur et d'énergie, il influence les saisons, la nature mais aussi notre bien-être. Nous avons vu qu'il joue aujourd'hui un rôle important dans le développement des énergies renouvelables.

La forêt, un espace de calme et de respiration

Nous avons ensuite pris le temps d'explorer les bienfaits de la forêt. Les arbres participent à l'équilibre de la planète, mais ils apportent aussi une sensation d'apaisement et de sérénité. Même une simple promenade dans un espace vert peut avoir des effets positifs sur le moral et le bien-être.

## **Voyage à Bali entre traditions et modernité**

Enfin, nous avons découvert l'île de Bali, connue pour ses magnifiques rizières en terrasse.

Cet exemple nous rappelle qu'il est parfois nécessaire de trouver un équilibre entre le développement du tourisme, la préservation de la nature et le respect des traditions locales.

## **Ce qu'il faut retenir**

Au fil de ces sujets, une idée revient souvent :

Mieux comprendre notre environnement permet aussi de regarder autrement les gestes simples du quotidien.

Recycler, profiter de la nature, préserver certaines ressources ou réfléchir à nos habitudes sont autant de petites actions qui participent, à leur manière, à un équilibre plus durable.

### Conclusion

Finalement, prendre soin de l'environnement ne signifie pas tout changer du jour au lendemain. Il s'agit souvent de petits gestes, d'observations et d'une meilleure compréhension de ce qui nous entoure.

Pas à pas, chacun peut contribuer, à son rythme, à préserver la nature et les ressources pour les générations futures.

Emma Goux, conseillère en transition énergétique

Date : 19 mai 2026

Heure : 15h30

Lieu : Théâtre

Étaient présents :

Résidents : 8 résidents

Personnels : Gaëlle BORDENAVE, Fatima MAZATAUD

## **Ambiance**

L'ambiance était conviviale et positive. Les résidents se sont montrés très impliqués et force de proposition, exprimant une préférence marquée pour une programmation majoritairement classique.

## **Bilan des actions du comité précédent**

Dans l'ensemble, les résidents se sont déclarés satisfaits des choix de diffusion proposés lors des précédentes « heures musicales ».

## **Commentaires / Suggestions**

Les rediffusions proposées via ARTE sont appréciées. Il a toutefois été rappelé que ces contenus dépendent de la programmation des plateformes de diffusion (ARTE, France TV).

Afin d'élargir l'offre, la possibilité de proposer des concerts via la location de DVD a été évoquée.

Par ailleurs, les résidents souhaitent la mise en place d'une page plus détaillée présentant les concerts programmés dans le programme des activités.

## **Souhais pour les six prochains mois**

Les résidents ont exprimé les envies suivantes :

- Musique classique (grands compositeurs)

- 
- Concerts de Chopin et de Bach
  - Ballets classiques (Le Lac des cygnes, Casse-Noisette)
  - Concertos de Bach
  - Concert d'orgue à Notre-Dame
  - Gabriel Fauré
  - Jazz symphonique
  - Louis Armstrong
  - Ella Fitzgerald
  - Ray Charles
  - Musique tzigane

### **Conclusion**

Nous vous remercions pour votre participation active et votre engagement au sein du comité.

Les propositions formulées seront prises en compte afin de répondre au mieux à vos attentes.

# ABBAYE - INFO

## CHALEUR ? RESTEZ AU FRAIS !



Type Aérosol Classique  
(Usage Unique)

Type Rechargeable  
Écologique (À Remplir)



Disponibles à la  
Vente à la Boutique !



Vendu par vos  
Voisins-Résidents ❤️



### BRUMISATEURS DISPONIBLES : DEUX CHOIX !



# ABBAYE - INFO



## FÊTE NATIONALE 14 JUILLET

Venez célébrer la Fête Nationale !

### BARBECUE à L'ABBAYE

*Rendez-vous à 19h00  
Sur la pelouse centrale*

### Danse et spectacle de feu



Inscription auprès de l'accueil

(Places limités—Date limite de réservation le 07 Juillet 2026)

Tarif: 31€40 pour les extérieurs

12€00 pour les enfants de moins de 11 ans

# ABBAYE - INFO

LA RÉSIDENCE DE L'ABBAYE PRÉSENTE

## Brocante de l'Abbaye



+ 300 exposants  
Grande tombola  
Restauration et animations

34<sup>ème</sup> édition

**DIMANCHE 13 SEPTEMBRE**  
**9H00 - 18H30**

### EXPOSANTS

Réservations : 01 55 12 11 81

### VISITEURS

Entrée libre

### RÉSIDENCE DE L'ABBAYE

10a, Quai Beaubourg | 3, impasse de l'Abbaye  
Saint-Maur (94)



# ACTUALITÉS

---

## **Il marche 5150 km pour l'Ecosse et récolte un million de livres pour la santé mentale**

À 22 ans, Craig Ferguson a traversé les États-Unis à pied pour assister au premier match de l'Écosse à la Coupe du monde. Pendant 104 jours et à travers 18 États, ce supporter écossais a parcouru plus de 5 150 kilomètres pour sensibiliser aux enjeux de la santé mentale. Il est arrivé à Boston le 12 juin, juste à temps, et a récolté plus d'un million de livres sterling en chemin.

Craig Ferguson a quitté Los Angeles en février avec un sac à dos, une paire de chaussures de marche et un seul rendez-vous à ne pas manquer : Boston, le 12 juin, avant le premier coup d'envoi de l'Écosse en Coupe du monde. Ce qu'il ignorait encore, c'est combien de vies il allait toucher en chemin.

À 22 ans, ce supporter écossais passionné de football s'est lancé dans l'un des défis physiques les plus fous de cette Coupe du monde. Plus de 5 150 kilomètres à pied, à travers 18 États américains, pour relier la côte Pacifique à la côte atlantique dans les temps impartis. Un projet hors du commun, né d'un amour inconditionnel pour son équipe nationale et d'une conviction bien plus profonde.

Car derrière l'exploit sportif se cache une motivation très personnelle. Craig Ferguson a été touché de près par les ravages de la dépression, ayant vu des amis et des membres de sa famille souffrir en silence. Sa traversée des États-Unis est avant tout une façon de briser les tabous autour de la santé mentale et de rappeler que demander de l'aide peut, concrètement, changer le cours d'une vie.

Un marathon par jour pendant 104 jours sous toutes les météos

Source : Le média positif - Gaspard Lasmartres

# ACTUALITÉS

---

Pendant 104 jours, Craig a maintenu un rythme sans concession : environ 42 kilomètres parcourus chaque jour, soit l'équivalent d'un marathon quotidien. Ce calendrier implacable, il se l'était lui-même fixé pour tenir son unique contrainte : arriver à Boston avant le coup d'envoi. Et il a tenu.

La route n'a pas toujours été clémente. Entre les déserts brûlants de l'Ouest américain, les orages du Midwest et les lignes droites interminables de la côte Est, Craig a affronté des conditions météorologiques parfois extrêmes. Jamais il ne s'est arrêté. Sa conviction que chaque kilomètre parcouru pouvait aider quelqu'un à parler de ce qu'il ressentait lui a servi de carburant tout au long du chemin.

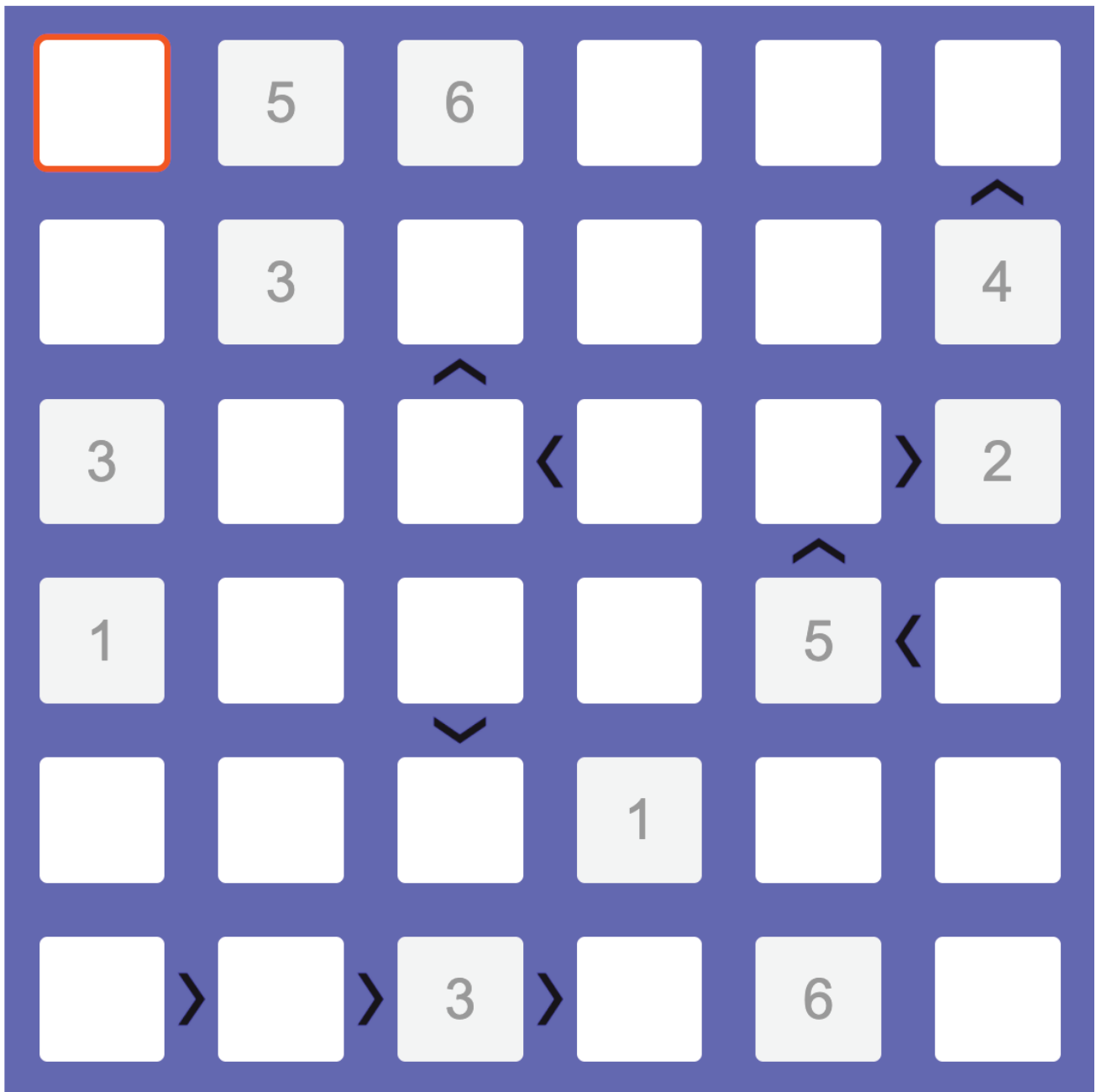
Boston le 12 juin et plus d'un million de livres pour la santé mentale  
Le 12 juin, Craig Ferguson a posé le pied à Boston sous les acclamations des supporters écossais, juste à temps pour le premier match de l'Écosse contre Haïti. Accueilli en héros, entouré de ceux qui avaient suivi chacun de ses pas depuis Los Angeles, il a vécu là un moment que peu de supporters peuvent raconter. Sa traversée avait pris 104 jours. La fête, elle, était instantanée.

Quelques jours après son arrivée, une nouvelle l'a laissé sans voix : sa marche avait permis de récolter plus d'un million de livres sterling au profit d'associations dédiées à la santé mentale. Ce chiffre dit à lui seul combien le chemin parcouru par Craig Ferguson dépasse largement les 5 150 kilomètres d'asphalte américain. Il est parti pour un match de football. Il est rentré avec un million de raisons d'espérer.

Source : Le média positif - Gaspard Lasmartres

# JEUX

## BUZZ



# PLANNING ABBAYE

---

## **Samedi 4 juillet**

11h00 Marché de l'Abbaye - Point info

15h30 Club vidéo « La fille de D'Artagnan » - 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 »

10h à 11h45 Les résidents vous accueillent à La Boutique

13h45 Départ Foyer de St Maur « Fête de l'Été » thème Africain

## **Dimanche 5 juillet**

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

16h30 Spectacle Irlandais par laCaDances - Grand Restaurant

### 3ème Bellay

11h00 Diffusion de la messe

15h00 Préparation du Gouter du dimanche

16h30 Spectacle Irlandais par laCaDances - Grand Restaurant

### 4ème Bellay

10h30 Retransmission de la messe

11h30 Vie quotidienne

16h00 Goûter du dimanche

16h30 Spectacle Irlandais par laCaDances - Grand Restaurant

17h00 Temps de parole

### **Unité PHV**

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

10h45 La Messe à la télé - Petit salon 3ème castel

14h00 Réunion des résidents

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

## **Lundi 6 juillet**

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

15h00 Vidéo « La Brigade » - 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
- 14h30 « Les petites histoires du lundi »
- 17h00 Lecture / Temps de parole

## **Unité PHV**

- 10h00 Bonjour chez vous
- 10h30 Écoute musicale - Rotonde du 3ème Castel
- 10h30 « Visite La Roseraie du jardin des plantes » à Paris
- 20h00 Temps de détente autour d'une tisane à la - Rotonde

## **Mardi 7 juillet**

- 11h00 Atelier Happy Jardinnet - 3ème Bellay
- 15h30 L'heure musicale « Hayato Sumino joue Chopin & Ravel – Tokyo » - Théâtre
- 17h00 Café Philo « Pourquoi le beau nous attire-t-il ? » - Espace bar
- 17h00 Club mémoire - Café littéraire

## 3ème Bellay

- 11h00 En route pour le pressing
- 14h30 Atelier « Bien-être » avec Iphana
- 15h30 L'heure musicale « Hayato Sumino joue Chopin & Ravel – Tokyo » - 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**

- 10h45 Revue de presse - Petit salon de la Rotonde
- 14h30 Point Guichet
- 20h00 Temps de détente autour d'une tisane à la - Rotonde

## **Mercredi 8 juillet**

- 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

# PLANNING ABBAYE

---

17h00 Club mémoire - 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 avec Cathy

17h00 Jeux de questions

## **Unité PHV**

10h30 Jeu au tableau ou jeu de société - Rotonde

10h à 11h45 : Les résidents vous accueillent à la boutique.

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

## **Jeudi 9 juillet**

14h30 Challenge Tir à l'arc – Abbaye VS Cristolienne - Salle Castel

16h00 Après-midi gourmand en compagnie de Céline Arnaud, Grand restaurant

16h00 Messe - Oratoire

## 3ème Bellay

11h00 En route pour le pressing

15h00 Après-midi gourmand en compagnie de Céline Arnaud, Grand restaurant

17h00 Jeux de mots et de questions

## 4ème Bellay

11h30 Vie quotidienne

15h00 Après-midi gourmand - 3ème Bellay

16h00 Goûter Gourmand

17h00 Lecture / Temps de parole

## **Unité PHV**

10h30 Atelier travaux manuels - Rotonde du 3ème Castel

14h00 temps libre, temps individuel

14h30 Départ « parc animalier HI-HAN » à Roissy en Brie

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

## **Vendredi 10 juillet**

9h30 à 10h30 rencontre poneys / crèche de l'Abbaye - Terrasse nouveau restaurant

10h30 à 11h30 rencontre poneys / crèche de l'Abbaye - Terrasse nouveau restaurant

14h30 Brin de causette - Salon du Parc

15h00 Groupe belote - Petit Restaurant

16h45 Revue de presse - Espace Bar

# PLANNING ABBAYE

---

17h00 Club mémoire - Café littéraire

3ème Bellay

11h00 En route pour le pressing

14h30 Carré Musical

## **Unité PHV**

10h30 Atelier Quizz musical - Rotonde du 3ème Castel

14h00 temps libre, temps individuel

18H30 Apéro dinatoire

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 4 Juillet**

11h00 Réveil musculaire - Salle du parc

14h30 Diffusion Film à la carte «Renoir » - Salle du parc

17h00 Jeux de questions - Cafétéria

## **Dimanche 5 Juillet**

11h00 Revue de presse - Cafétéria

15h00 Réalité virtuel, croix rouge - Cafétéria

17h00 Grand loto - Cafétéria

### Animation 3ème étage

11h00 Jeux cognitifs

15h00 Activités a la carte

17h00 Accompagnement aux jeux - Cafétéria

## **Lundi 6 Juillet**

11h00 Entraînement de Boxe - Salle du parc

14h30 Balade en calèche dans Bonneuil

15h00 Assemblée de prière - Salle du parc

15h00 Jeux de connaissance - Cafétéria

16h00 Heures Savoureuses - Cafétéria

16h30 Ambiance musicale avec Lilly - Cafétéria

### Animation 3ème étage

10h15 Entraînement de Boxe

11h00 Jeux cognitif

15h30 Heures savoureuses/ accordéon avec le multi accueil

### Activités club

10h45 Atelier culinaire intergé

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

16h30 Ambiance musicale accordéon et heures savoureuse - Cafétéria

## **Mardi 7 Juillet**

11h00 Café philo - Salon du 1er étage

11h00 Club lecture - Salle du parc

14h45 Tir à l'arc - Salle du parc

15h00 Club culture - Cafétéria

17h00 Bingo - Cafétéria

### Activités club

10h45 Atelier pâtisserie

15h00 Correspondance de l'être

16h00 Collation entre amis

16h45 Préparation aux jeux de 17h

17h00 Accompagnement aux jeux - Cafétéria

# PLANNING BDM

---

## **Mercredi 8 Juillet**

- 10h30 Bonjour chez vous
- 11h00 Tai-chi - Salle du parc
- 14h00 Balade entre nous
- 15h00 Jeux de table - Cafétéria
- 17h00 Jeux de questions - Cafétéria

### Activités club

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

## **Jeudi 9 Juillet**

- 09h30-16h30 Sortie, citoyennage
- 11h00 Revue de presse - Salle du parc
- 11h30 L'épicerie fine
- 15h00 A la manière de Charles Francois DAUBIGNY - Cafétéria
- 15h00 Pétanque - Jardin
- 17h00 Loto - Cafétéria

### Activités club

- 15h00 Atelier lecture
- 17h00 Accompagnement aux jeux - Cafétéria

## **Vendredi 10 Juillet**

- 10h30 Bonjour chez vous
- 11h00 Documentaire - Salle du parc
- 14h30 Synthèse du conseil des résidents - Cafétéria
- 17h00 La grande roue - Cafétéria

### Activités club

- 10h45 Séance Snoezelen
- 12h00 Repas du club
- 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 4 Juillet**

10h30 : Promenades sur la terrasse

16h00 : Départ du Tour de France Depuis Barcelone - Restaurant

17h00 : Départ de cyclistes - Restaurant

### 3ème étage :

10h30 : Déco sur le Tour de France

15h30 : Spectacle de chansons avec Sylvain - Pasa

## **Dimanche 5 Juillet**

10h30 : Messe TV

15h30 : Concert avec la chorale St-Martin - Restaurant et Terrasse

17h00 : Jeux de table - Espace bar et Terrasse

### 3ème étage :

10h30 : Messe et apéritif

15h30 : Concert - RDC

## **Lundi 6 Juillet**

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

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

17h00 : Cahier de Vacances - Espace bar/terrasse

### 3ème étage :

10h30 : Atelier bien-être

15h30 : Goûter gourmand « Smoothies »

## **Mardi 7 Juillet**

14h00 : Sortie d'été offert par la Mairie de Sucy-en-Brie

10h30 : Boutique et Point Guichet **Fermé**

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

15h30 : Atelier gym douce - Salle d'activités ou terrasse

17h00 : Jeux de société - Espace bar ou terrasse

### 3ème étage :

11h00 : Boutique et Point Guichet - RDC

15h30 : Écoute musicale

## **Mercredi 8 Juillet**

10h30 : Sortie course en ville

15h30 : Spectacle de chansons d'été

17h00 : Jeux d'adresse - Espace Bar

### 3ème étage :

11h00 : Vie quotidienne

15h30 : Spectacle de chansons avec JP Talmond - RDC

# PLANNING CITÉ VERTE

---

## **Jeudi 9 Juillet**

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

15h15 : Visio-conférence « TRAVEL ME » - Salle d'activités

17h00 : Jeux de société - Espace bar ou Terrasse

### 3ème étage :

10h30 : Promenades au rdc

15h30 : Atelier avec le Pasa

## **Vendredi 10 Juillet**

12h00 : Synthèse du conseil des résidents avec Mr Gilbert

12h00 : Repas Portugais proposé par Paula et Diana

15h30 : Chorale avec Pascal Leclerc - Salle d'activités

17h00 : Panneau photos ou article - Espace bar

### 3ème étage :

11h00 : Vie quotidienne

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 4 Juillet**

11h00 Revue de Presse - Salon du Patio

15h00 Jeux de Mémoire - Restaurant

16h45 Tour de France - Salon du Patio « 1ère étape : Barcelone sur France 2 »

### Activités du 1er étage

11h00 Balades en fonction de la météo

15h00 Atelier Manuel - Salle Artistique

## **Dimanche 5 Juillet**

11h00 Écoute Musicale - Salle PASA

15h00 Video Club « Amants » - Salle PASA

17h00 Juste Prix - Restaurant

### Activités du 1er étage

11h00 Émission Religieuse - Salle TV

14h30 Écoute Musicale - Rotonde

17h15 Quiz Sonore - Rotonde

## **Lundi 6 Juillet**

11h00 Gym Douce G2 - Salon du Patio

13h00 Tour de France - Salon du Patio « 3ème étape : Granollers sur France 3 »

17h00 La Grande Roue - Restaurant

### Activités du PASA

10h30 Jeux Interactifs avec la Tovertafel

16h30 Gouter Afro-Caribéen

### Activité du 1er étage

11h00 Séance Bien-être avec Ludivine - Salle Bien-Être

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

## **Mardi 7 Juillet**

10h30 Atelier Peinture - Salon du Patio

15h00 Jeux de Société - Restaurant

17h00 Bingo - Restaurant

### Activités du PASA

10h30 Musicothérapie

14h30 Atelier Peinture avec Gildas

### Activités du 1er étage

10h45 Médiation Animale - Salle TV

14h30 Atelier Peinture avec Gildas - Salle PASA

17h15 Petit Bac - Rotonde

# PLANNING CRISTOLIENNE

---

## **Mercredi 8 Juillet**

11h00 Boxe & Réflexes - Salon du Patio

11h45 Lecture du Conseil - Restaurant

13h00 Synthèse du Conseil - Restaurant

17h00 Jeux de Lettres - Restaurant

### Activités du PASA

10h30 Activité Bien-Être

14h30 Remue Méninge

### Activités du 1er étage

10h30 Boxe - Salle TV

11h00 Jeux de Lettres avec Zaza - Salle TV

14h30 Documentaire - Salle TV

17h15 Photo Mémoire - Rotonde

## **Jedi 9 Juillet**

11h00 Atelier Écriture - Bibliothèque

12h00 Repas Bienvenue - Salon du Patio

14h15 Tour de France Restaurant « 6ème étape : Gavarnie sur France 3 »

15h00 Yoga - 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

15h15 Zumba Adaptée - Rotonde

17h15 Jeu de Questions - Rotonde

## **Vendredi 10 Juillet**

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

11h00 Doc « Les épaves » - Salle PASA

16h00 Moment Gourmand - Restaurant

16h30 Ambiance Musicale avec Romane - Restaurant

### Activités du 1er étage

11h00 En route pour le documentaire - Salle PASA

16h00 En route le Moment 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 4 Juillet**

11h00 Les reines du couteau - Place Vendôme

15h00 Proverbes/Dictons - Place Vendôme

## **Dimanche 5 Juillet**

11h00 Émission religieuse - Place Vendôme

15h00 Loto - Place Vendôme

## **Lundi 6 Juillet**

11h00 Pause café - Avenue des délices

11h00 Ca se discute - Place Vendôme

11h00 Voyage sonore - Avenue de la liberté

15h00 Chorale - Place Vendôme

15h00 Écoute musicale - Avenue des délices

16h00 Heures savoureuses - Place Vendôme

## **Mardi 7 Juillet**

11h00 Gym douce - Place Vendôme

11h00 Borne melo - Avenue des délices

15h00 Concert violon et guitariste - Place Vendôme

## **Mercredi 8 Juillet**

11h00 Atelier écriture - Place Vendôme

15h00 Mots croisés - Place Vendôme

## **Jeudi 9 Juillet**

11h00 Gym douce - Avenue des délices

11h00 Chiffre et des lettres - Place Vendôme

15h00 Visite flora - Logement

15h30 Boxe - Place Vendôme

## **Vendredi 10 Juillet**

11h00 Atelier mémoire - Place Vendôme

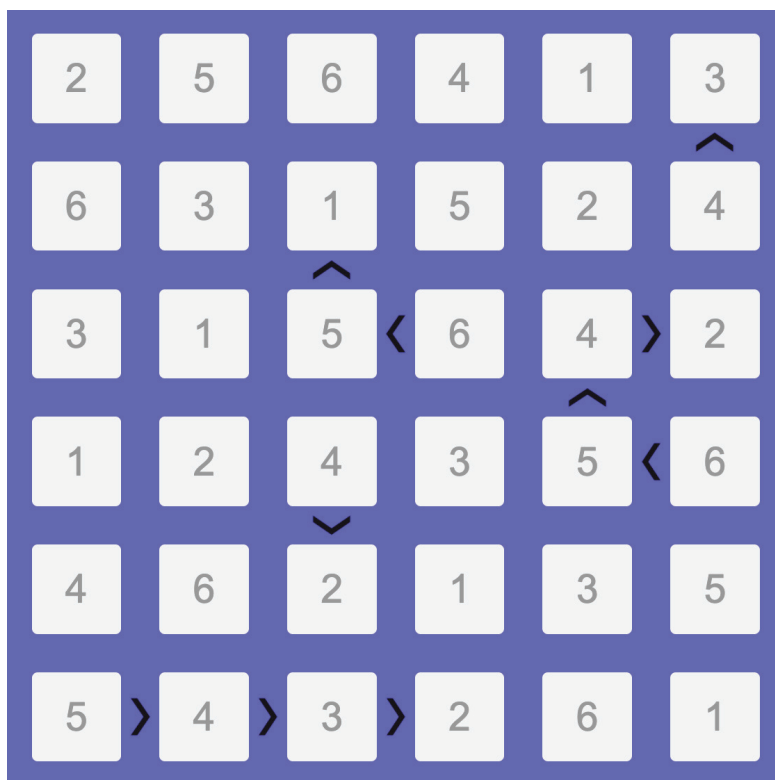
15h00 Danse sur chaise - Place Vendôme

*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

Pierre GILBERT

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