

ça bouge !

10
Juillet
2026

ça bouge !

N°1773

DIRECTION LA BAIE DE SOMME POUR
L'UNITÉ PHV DE L'ABBAYE



Bonjour à toutes et à tous,

Les résidents du Domaine de l'Abbaye se sont retrouvés au Chalet du Lac pour un moment convivial.

Les bénéficiaires de l'accueil de jour de l'Abbaye ont visité l'Orangerie de Sucy-en-Brie.

Retrouvez la première partie du séjour à la baie de Somme de l'unité PHV.

En cette période estivale, les résidents des Bords-de-Marne se sont remémorés leurs souvenirs de vacances.

Pour annoncer le début de l'été et des vacances scolaires pour les enfants du Relais Petite Enfance, une jolie fête a eu lieu. Jeux d'eau, de balles, de canards, bulles, cerceaux et tout ce qu'il faut pour s'amuser.

Les bénéficiaires de l'accueil de jour de Sucy sont partis faire des courses.

La résidence de la Cristolienne s'est parée de ses plus beaux atours bollywoodiens pour célébrer la fête des Pères.

Les bénéficiaires de l'accueil de jour de Créteil sont partis à Vincennes pour pique-niquer.

Pour fêter l'été, la résidence Pierre Tabanou a présenté sa chorale estivale.

Atelier physique au programme pour les bénéficiaires de l'accueil de jour de Pierre Tabanou.

Bonne semaine à tous,

Robin VERRIER
Chargé de communication

Ça Bouge n°1773

11/07 > 17/07/2026

L'ACTU DES RÉSIDENCES

- ÉCHAPPÉES CONVIVIALES POUR LES DOMANIENS

- LES RÉSIDENTS DES BORDS-DE-MARNE SE REMÉMORENT LEURS SOUVENIRS DE VACANCES.

- ÉCHANGE INTERGÉNÉRATIONNEL AVEC LES ENFANTS DU RELAIS PETITE ENFANCE À LA RÉSIDENCE DE LA CITÉ VERTE.

- QUAND LA CRISTOLIENNE VIBRE AU RYTHME DE BOLLYWOOD.

- LA RÉSIDENCE PIERRE TABANOU VOUS PRÉSENTE SA CHORALE DE L'ÉTÉ.

- EN ROUTE VERS LA BAIE DE SOMME POUR L'UNITÉ PHV.

- VISITE À L'ORANGERIE DE SUCY-EN-BRIE POUR L'ACCUEIL DE JOUR DE L'ABBAYE.

- SORTIE COURSES POUR LES BÉNÉFICIAIRES DE L'ACCUEIL DE JOUR DE LA CITÉ VERTE.

- PIQUE-NIQUE À VINCENNES POUR L'ACCUEIL DE JOUR DE LA CRISTOLIENNE.

- ATELIER PHYSIQUE AU PROGRAMME DE L'ACCUEIL DE JOUR DE PIERRE TABANOU.

ACTUALITÉS

- UN SQUELETTE DE T-REX TRÈS BIEN CONSERVÉ DEVRAIT ÊTRE VENDU ENTRE 20 ET 30 MILLIONS DE DOLLARS À NEW YORK.

- JEUX : ANAGRAMMES.

- PLANNING DES ACTIVITÉS.

ABBAYE - ST MAUR

UNE BELLE ÉCHAPPÉE PLEINE DE JOIE ET DE SOUVENIRS POUR LES DOMANIENS

Avec le retour de températures plus fraîches, quoi de mieux qu'une sortie conviviale pour profiter de cette douce saison ? C'est sous un magnifique soleil que nous avons partagé une journée aussi agréable que mémorable.

Tout a commencé par un délicieux déjeuner sur les bords de Marne, au Pavillon Bleu, dans un cadre paisible et verdoyant. Autour de bons petits plats, chacun a pu savourer ce moment de détente.

L'après-midi s'est poursuivi dans un lieu emblématique : le Chalet du Lac. Niché à l'orée du bois de Vincennes, cet endroit chargé d'histoire nous a ouvert ses portes pour un thé dansant des plus animés. Sur des rythmes variés, chacun a pu se laisser porter par la musique : certains ont foulé la piste avec enthousiasme, tandis que d'autres ont pris plaisir à admirer les danseurs évoluer avec élégance.

Pour plusieurs d'entre nous, revenir dans ce lieu a ravivé de précieux souvenirs, empreints d'émotion et de nostalgie. Pour d'autres, ce fut une belle découverte, pleine de charme et d'authenticité. Tous ont partagé un même sentiment : celui d'un moment suspendu, hors du temps, où la joie et la convivialité étaient au rendez-vous.

Cette journée a enchanté l'ensemble des participants... et une chose est sûre : nous en redemandons !

Corinne, équipe de la vie sociale du Domaine

ABBAYE - ST MAUR



Mes souvenirs de vacances... un voyage dans le temps

À l'occasion d'une revue de presse, nous avons laissé de côté l'actualité quelques instants pour partir en voyage... non pas en train, en avion ou en voiture, mais à travers nos souvenirs de vacances.

Très vite, les visages se sont illuminés et les anecdotes se sont enchaînées. Chaque résident avait un lieu cher à son cœur, une destination qui évoque encore aujourd'hui de beaux moments de partage et de bonheur.

Mme T. se souvient avec émotion de la Tunisie, où elle partait chaque année avec son époux. Entre les balades, les excursions et les découvertes, elle garde un souvenir tout particulier du magnifique site archéologique de Carthage, qui l'a profondément marquée.

Pour Mme A., les vacances riment avec l'Espagne. Elle rejoignait régulièrement la maison de son frère avec ses neveux et nièces. « Cela me rappelait l'Algérie, dans les couleurs et les odeurs », raconte-t-elle avec tendresse.

Mme P., quant à elle, évoque avec simplicité, mais beaucoup d'affection, La Trinité-Porhoët, un village où elle se rendait très souvent et auquel elle reste très attachée.

Mme B. se remémore les séjours passés en Normandie, à Courseulles-sur-Mer, chez sa sœur. Des moments précieux en famille, bercés par l'air marin.

Pour Mme Ruffié, les vacances avaient le parfum de l'aventure : « Nous

BORDS DE MARNE-BONNEUIL

partions souvent en camping », se souvient-elle avec le sourire.

M. B. retrouvait régulièrement ses cousins près de Limoges. Des vacances familiales faites de retrouvailles, de jeux et de moments simples qui restent gravés dans sa mémoire.

Enfin, Mme R. a eu la chance de découvrir de nombreux coins de France grâce au travail de son mari à EDF. Hôtel ou camping, chaque destination était une nouvelle aventure. Parmi ses plus beaux souvenirs, elle cite notamment Houlgate, une station balnéaire qui lui rappelle d'agréables vacances.

Cette discussion nous a rappelé que les vacances ne se résument pas à une destination. Elles sont avant tout des moments de partage, de découverte, de rires et de bonheur passés auprès de ceux que l'on aime. Aujourd'hui encore, ces souvenirs continuent de faire voyager nos résidents et de nourrir de belles conversations.

Et vous, quel est votre plus beau souvenir de vacances ?

Christal, équipe de la vie sociale

ÉCHANGE INTERGÉNÉRATIONNEL POUR LA FÊTE DE L'ÉTÉ AVEC LES ENFANTS DU RELAIS PETITE ENFANCE

Mercredi 17 juin a eu lieu une jolie fête pour annoncer le début de l'été et des vacances scolaires pour les enfants du Relais Petite Enfance ! Jeux d'eau, de balles, de canards, bulles, cerceaux et tout ce qu'il faut pour s'amuser.

La présence des enfants a ravi les résidents. En cadeau de fin d'année, les résidents ont offert un toboggan par le biais de l'association Le Temps de Vivre, pour le plus grand plaisir de tous. Émotion et plaisir étaient au rendez-vous. Les enfants l'ont d'ailleurs bien inauguré en multipliant les glissades, les pantalons trempés d'eau. Les résidentes ont fait des bulles, ce qui a beaucoup amusé les enfants, occupés à courir après pour les éclater dans les rires et les pitreries.

Des moments précieux où la joie et les échanges entre générations font toujours l'unanimité.

Laura, équipe de la vie sociale

CITÉ VERTE - SUCY



CITÉ VERTE - SUCY



CITÉ VERTE - SUCY



CITÉ VERTE - SUCY



CITÉ VERTE - SUCY



LA CRISTOLIENNE - CRÉTEIL

QUAND LA CRISTOLIENNE VIBRE AU RYTHME DE BOLLYWOOD POUR LA FÊTE DES PÈRES !

À l'occasion de la Fête des Pères, la résidence La Cristolienne a troqué sa routine contre un voyage extraordinaire. C'est sous le signe de l'exotisme et du partage que les résidents ont été invités à célébrer cette belle journée, plongés au cœur d'une ambiance Bollywood.

Dès les portes du restaurant franchies, le voyage a commencé. Les équipes de la résidence et les danseuses, parées d'accessoires traditionnels indiens, ont accueilli les aînés au son d'une musique entraînante. La salle s'était totalement métamorphosée pour l'occasion.

Le restaurant était décoré de grands chandeliers dorés et d'une multitude de couleurs vives. Les convives ont découvert de belles nappes, surmontées de délicats centres de table en forme de barques rosées, généreusement garnies de fleurs.

La magie a véritablement opéré avec l'arrivée des danseuses. Le déjeuner s'est transformé en un spectacle vivant, entrecoupé de chorégraphies gracieuses et rythmé par le son envoûtant des percussions. Les yeux et les oreilles de chacun furent comblés !

Dans les assiettes, l'équipe de cuisine a elle aussi fait voyager les esprits avec un menu sur mesure qui a ravi toutes les papilles :

En entrée : un raïta de concombre tout en fraîcheur.

En plat : un savoureux poulet tikka massala accompagné de son riz.

En dessert : une note douce et exotique avec une verrine mangue-coco.

LA CRISTOLIENNE - CRÉTEIL

Ce fut une journée hors du temps, une parenthèse joyeuse et colorée, sans oublier la présence des familles, particulièrement auprès des papas qui en furent ravis ! Une Fête des Pères inoubliable !

Elynn, équipe de la Vie Social



LA CRISTOLIENNE - CRÉTEIL



LA CRISTOLIENNE - CRÉTEIL



La chorale de l'été en musique avec Thierry

Tous les lundis après-midi, la chorale menée par notre chef de chœur, Thierry, a offert de beaux moments de partage et de musique. À chaque rendez-vous, les participants se sont retrouvés pour répéter un répertoire soigneusement choisi autour du thème de l'été.

Sous la direction bienveillante et dynamique de Thierry, les voix se sont peu à peu accordées, donnant vie à des chansons emblématiques et ensoleillées. Parmi elles, on retrouve notamment Le Ciel, le Soleil et la Mer, La Chasse aux papillons ou encore J'aime flâner sur les grands boulevards. D'autres morceaux, tout aussi évocateurs de la saison estivale, sont venus enrichir ce programme joyeux et varié.

Ces répétitions régulières ont permis à chacun de progresser, de gagner en confiance et, surtout, de partager un véritable moment collectif autour de la musique.

Le point d'orgue de cette aventure musicale a eu lieu lundi, lors de la grande représentation devant le public. Un moment fort en émotions, où les choristes ont pu présenter le fruit de leur travail et faire voyager l'auditoire à travers des airs d'été, ensoleillés et entraînants.

Cette chorale de l'été restera, sans aucun doute, un beau souvenir collectif, porté par la passion de la musique et l'engagement de chacun.

Équipe de la vie sociale

PIERRE TABANOU - L'HAY LES ROSES



PIERRE TABANOU - L'HAYË LES ROSES



ABBAYE - PHV

EN ROUTE VERS LA BAIE DE SOMME

Le départ était fixé à 10 h depuis la résidence. Les résidents se sont levés tôt, impatients de partir. Ils ont participé à l'organisation du départ en aidant l'équipe à descendre et à charger les bagages dans les véhicules.

Une première halte à Amiens a permis aux résidents de visiter la Maison de Jules Verne. Ils ont découvert l'univers du célèbre écrivain à travers les différentes pièces de sa demeure et de nombreuses expositions consacrées à sa vie, à son œuvre ainsi qu'à son profond attachement à Amiens, ville où il s'est installé avec Honorine de Viane après leur mariage et où il a vécu jusqu'à la fin de ses jours.

Arrivés dans le petit village de Saint-Aubin en fin de journée, les résidents sont tombés sous le charme de ce gîte familial et de son accueil chaleureux. Après avoir visité les lieux et s'être installés, ils ont profité de la douceur de la soirée pour partager un barbecue.

Équipe unité PHV



ABBAYE - PHV



ABBAYE - PHV



ABBAYE - ADJ

VISITE À L'ORANGERIE DE SUCY POUR L'ACCUEIL DE JOUR DE L'ABBAYE

Nous avons clôturé, ce mercredi, nos différentes visites de l'année à l'Orangerie du château de Sucy-en-Brie.

Les bénéficiaires de l'accueil de jour se sont immergés dans les créations des élèves de douze classes de primaire.

Ces œuvres exposées sont le fruit de tout un parcours annuel d'initiation à l'art contemporain !

Isabelle, équipe accueil de jour de l'Abbaye



ABBAYE - ADJ



ABBAYE - ADJ



ABBAYE - ADJ



CITÉ VERTE - ADJ

SORTIE COURSE À L'ACCUEIL DE JOUR

Nous avons profité d'une belle journée pour faire des courses à Leclerc et à Jardiland.

Ce fut une très bonne journée.

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



CITÉ VERTE - ADJ



LA CRISTOLIENNE-ADJ

PIQUE-NIQUE À VINCENNES POUR LES BÉNÉFICIAIRES DE L'ACCUEIL DE JOUR

Nous avons profité de la baisse des températures cette semaine pour organiser un pique-nique à Vincennes.

Nous avons trouvé une table en bois que nous avons recouverte d'une nappe rouge. « La classe ! » Nous avons ensuite déjeuné tranquillement à l'ombre des arbres.

Après le repas, nous sommes allés marcher. Une belle balade digestive autour du lac nous a permis de découvrir un tronc d'arbre taillé en banc trois places, idéal pour faire une petite pause.

Tout sourire, nos bénéficiaires étaient ravis de ce repas en plein air dans ce cadre verdoyant.

Sylvie et Nadège, équipe accueil de jour de la cristolienne



LA CRISTOLIENNE-ADJ



PIERRE TABANOU - ADJ

ON BOUGE ET ON S'AMUSE À L'ACCUEIL DE JOUR DE PIERRE TABANOU

Pendant trois mois, chaque jeudi, Leïla est venue accompagner le groupe à travers des ateliers mêlant échauffements musculaires, exercices d'équilibre, coordination des mouvements et prévention des chutes. Grâce à sa bienveillance, son professionnalisme et sa bonne humeur, chacun a pu évoluer à son rythme dans un climat de confiance.

Au fil des séances, les progrès se sont fait sentir, mais surtout, ces ateliers ont permis de prendre soin de sa santé tout en passant un agréable moment ensemble. Car oui, travailler son équilibre peut aussi rimer avec convivialité et quelques fous rires !

L'équipe de l'accueil de jour ainsi que les personnes accueillies adressent leurs sincères remerciements à Leïla et à l'association PRIF pour leur investissement, leur écoute et la qualité de leur accompagnement tout au long de ces trois mois. Une belle expérience qui laissera de très bons souvenirs... et, sans aucun doute, de solides appuis pour la suite !

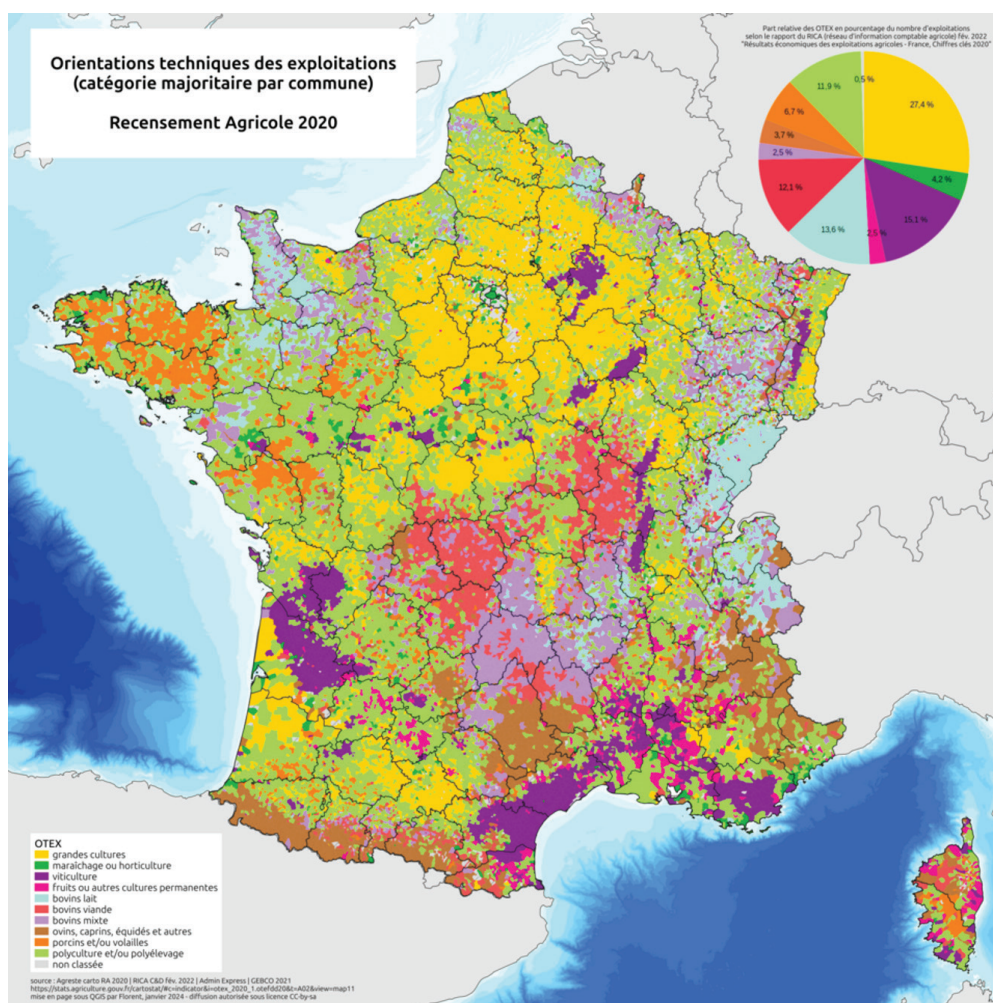
Équipe accueil de jour de Pierre Tabanou

PIERRE TABANOU - ADJ



L'AGRICULTURE FRANÇAISE ET LA PROXIMITÉ : UN SAVOIR-FAIRE AU CŒUR DE NOS TERRITOIRES

Présente dans toutes les régions de France, l'agriculture façonne les paysages et accompagne notre quotidien depuis des siècles. Champs de blé, vergers, vignobles, élevages ou cultures maraîchères participent à la richesse et à la diversité des territoires français. En France métropolitaine, la superficie du territoire s'élève à 55 millions d'hectare (ha) dont la moitié est façonnée par l'agriculture. En effet, 49% du territoire constitue la surface agricole utilisée (SAU), soit 26.7 millions d'hectares.



RUBRIQUE ENVIRONNEMENT

Souvent discrète dans notre vie de tous les jours, l'agriculture joue pourtant un rôle essentiel en produisant les aliments que nous retrouvons dans les commerces, les restaurants ou encore les cuisines collectives.

Une agriculture présente dans toute la France

La France possède une grande diversité de climats et de paysages, ce qui permet le développement de nombreuses productions agricoles.

Selon les régions, les agriculteurs cultivent des céréales, des fruits, des légumes ou élèvent différents animaux. Cette diversité contribue à la richesse gastronomique du pays et participe à l'identité de nombreux territoires.

Au fil des saisons, les paysages agricoles évoluent : les champs changent de couleur, les vergers se couvrent de fleurs puis de fruits, tandis que les récoltes rythment l'année.



Figure : Paysage agricole français

Des saisons qui rythment les récoltes

Pendant longtemps, les saisons occupaient une place importante dans le quotidien des familles. Les fruits et légumes n'étaient disponibles qu'à certaines périodes de l'année, et beaucoup de personnes cultivaient leur propre jardin ou entretenaient un potager. Aujourd'hui encore, la nature continue de rythmer une grande partie de la production agricole.

En été, les récoltes de tomates, courgettes, melons, pêches ou abricots marquent l'arrivée des beaux jours. À l'automne, ce sont les pommes, les poires ou encore les courges qui prennent le relais. Cette alternance des saisons rappelle le lien étroit qui existe entre la nature et notre alimentation.

Un métier qui a beaucoup évolué

Le métier d'agriculteur a connu de nombreuses transformations au cours des dernières décennies.

Autrefois, une grande partie du travail était réalisée à la main ou avec l'aide d'animaux de trait. L'arrivée des tracteurs et des machines agricoles a progressivement modifié les méthodes de travail. Aujourd'hui, certaines exploitations utilisent également des outils numériques pour suivre les cultures, surveiller les conditions météorologiques ou gérer l'irrigation.

Malgré ces évolutions, l'agriculture reste fortement dépendante des conditions naturelles, comme la pluie, le soleil ou les températures. La proximité entre producteurs et territoires

Dans de nombreuses régions, les producteurs entretiennent un lien étroit avec leur territoire.

Les marchés, les coopératives agricoles ou certaines initiatives locales permettent de valoriser les productions régionales et les savoir-faire locaux.

Cette proximité contribue également à faire vivre les communes rurales et à préserver des traditions agricoles parfois transmises de-

puis plusieurs générations.

Aujourd'hui encore, de nombreuses exploitations familiales participent à la vie économique et sociale des territoires.

Pourquoi c'est important pour nous

L'agriculture fait partie du patrimoine français autant que de son histoire. La France est la première puissance agricole de l'Union Européenne (UE), avec 18% de la production totale de l'UE.

Derrière chaque récolte se trouvent des femmes et des hommes qui travaillent tout au long de l'année pour cultiver la terre et produire des aliments.

Mieux comprendre le rôle de l'agriculture permet aussi de porter un regard différent sur les paysages qui nous entourent et sur les saisons qui continuent, année après année, à rythmer la vie des territoires.

Le saviez-vous ?

- Plus de la moitié du territoire français est consacrée à l'agriculture.
- Certains marchés existent depuis plusieurs centaines d'années et continuent d'animer les centres-villes et les villages.
- Il été recensé 416 346 exploitations en activité en 2020 sur le territoire national (métropole et départements d'Outre-mer). Et les femmes représentaient 26 % des effectifs d'exploitants et de co-exploitants agricoles (chambred'agriculture).

Emma Goux, conseillère en transition énergétique

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

LA RÉSIDENCE DE L'ABBAYE PRÉSENTE

Brocante de l'Abbaye



+ 300 exposants
Grande tombola
Restauration et animations

34^{ème} 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

Un squelette de T-Rex très bien conservé devrait être vendu entre 20 et 30 millions de dollars à New York

On se croirait presque dans Jurassic Park : Gus, un T-Rex considéré comme « l'un des plus grands et des plus complets spécimens » du genre, a été présent, mercredi 1er juillet 2026, par Sotheby's à New York avant sa vente aux enchères, le 14 juillet.

Estimé par la maison de vente entre 20 et 30 millions de dollars, estimation la plus élevée jamais attribuée à un dinosaure, ce géant fossilisé a été exhumé dans le Dakota du Sud, aux États-Unis, lors de campagnes de fouilles réalisées entre 2021 et 2023.

Il vivait durant le Maastrichtien (72 à 66 millions d'années avant notre ère), une période caractérisée par un climat chaud, un niveau de la mer élevé et de vastes plaines côtières inondables...

D'une taille de 11,6 mètres – soit l'un des plus grands jamais découverts, selon Sotheby's –, sa particularité est également d'être, avec 183 os fossilisés, complet à environ 63 %, ce qui en fait l'un des mieux conservés de sa catégorie. Il est exposé depuis mercredi au public au Breuer Building, le siège et lieu d'exposition de Sotheby's à New York.

Source : 20 minutes

ANAGRAMMES

FÉLINS		ÉPI		PAIR		PAR		GRIL		DENTÉ
PRAIRE		RUAS						OMIS		
						AIME				
						TALÉ				
UNE				PORTER						
SAÏ				ERRE						
			TIR				LIÉ			
			ŒILS				ABC			
AILE					BAS				BURLAT	
SE					ÎLE					
		ALLÉS						DB		
		LINGE						CAB		
GIRL	LOIR					ARC				LÉTO
	RIDA					RIT				
				TE			TUB			
				PIS			CET			
SAGE					COTRE					
NIL					SA					
			PITA					LA		
MÉDIS						CELA				

PLANNING ABBAYE

Samedi 11 juillet

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

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

16h00 Grand Jeu « Baccalauréat » - 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 »

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

14h00 temps libre, temps individuel

Dimanche 12 juillet

10h30 Réunion de l'association de « la Rose de l'Abbaye » - Café littéraire

16h00 Grand Jeu « Quizz Musical » - 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 - RDC

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 13 juillet

15h00 Conférence « Les vacances au cinéma » par Jarno - Théâtre

17h00 Bingo - Espace bar

3ème Bellay

11h00 En route pour le pressing

15h00 Club Vidéo - Théâtre

PLANNING ABBAYE

17h00 Jeu Interactif « mots croisés »

4ème Bellay

10h30 Chant

11h30 Vie quotidienne

15h30 Petit BAC

17h00 Lecture / Temps de parole

Unité PHV

10h00 Bonjour chez vous

10h30 Écoute musicale - Rotonde du 3ème Castel

14h00 Sortie Bowling

14h00 Temps libre, temps individuel

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

Mardi 14 juillet

Théâtre en libre accès toute la journée

10h00 Diffusion du défilé du 14 juillet - Théâtre

19h00 Barbecue du 14 juillet sur inscription avec Spectacle - Pelouse centrale

3ème Bellay

14h30 Atelier « Bien-être » avec Iphana

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 - Rotonde

Mercredi 15 juillet

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

10h30 15h00 Ateliers plantes aromatiques avec Emma Goux - Grand restaurant

15h00 Club Bridge - Petit restaurant

16h45 Loto - Espace bar

17h00 Club mémoire - Café littéraire

3ème Bellay

11h00 En route pour le pressing

15h00 « Mise en voix »

17h00 Petit loto

4ème Bellay

10h30 Manucure

PLANNING ABBAYE

10h30 atelier de Musicothérapie avec Jeanne

11h30 Vie quotidienne

14h30 Préparation de salade de fruits

16h00 Mise en voix

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 - Rotonde

Jeudi 16 juillet

14h30 Tir à l'arc - Salle Castel

16h00 Après-midi gourmand en compagnie de Marc Sax - Grand restaurant

3ème Bellay

11h00 En route pour le pressing

15h00 Après-midi gourmand en compagnie de Marc Sax

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

11h00 « Pique-nique » au parc Floral

14h00 temps libre, temps individuel

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

Vendredi 17 juillet

10h15 Atelier Informatique - Salon du Parc

14h30 Exercices corporels, Salle bien-être

15h00 Groupe belote - Petit Restaurant

15h00 Écologie – Challenge, Trie à L'Abbaye avec Emma Goux - Grand Restaurant

16h45 Revue de presse - Espace Bar

17h00 Club mémoire - 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

PLANNING ABBAYE

15h00 Préparation de gourmandises

16h00 Bar des Amis

17h00 Lecture de la revue ça bouge »

Unité PHV

10h30 Atelier Quizz musical - Rotonde du 3ème Castel

14h00 temps libre, temps individuel

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 11 Juillet

11h00 Réveil musculaire - Cafétéria

14h30 Diffusion documentaire à la carte - Cafétéria

17h00 Quizz musical - Cafétéria

Dimanche 12 Juillet

11h00 Revue de presse - Salle du parc

15h00 Jeux de table - Cafétéria

17h00 Grand loto - Cafétéria

Lundi 13 Juillet

11h00 Entraînement de Boxe - Salle du parc

15h00 Jeux de connaissance - Cafétéria

16h00 Heures Savoureuses - Cafétéria

16h30 Ambiance musicale - Cafétéria

Activités club

10h45 Atelier créatif 3e - Salle du club

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

16h30 Ambiance musicale accordéon et heures savoureuse - Cafétéria

Mardi 14 Juillet

11h00 Écoute musical - Salle du parc

14h45 Tir à l'arc - Salle du parc

15h00 Club culture - Cafétéria

17h15 Bingo - Restaurant

Animation 3ème étage

10h45 Jeux cognitifs

15h00 Activité à la carte

17h00 Accompagnement aux jeux - Cafétéria

Mercredi 15 Juillet

10h30 Bonjour chez vous

11h00 Tai-chi - Salle du parc

14h00 Balade entre nous

15h00 Messe - Salle du parc

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

PLANNING BDM

Activités club

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

Jeudi 16 Juillet

11h00 Revue de presse - Salle du parc
11h30 L'épicerie fine
15h00 A la manière de HANS MEMLING - Cafétéria
15h00 Pétanque au jardin
17h00 Loto à la cafétéria

Animation 3ème étage

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

Activités club

11h30 Pique-nique

Vendredi 17 Juillet

10h30 Bonjour chez vous
11h00 Documentaire - Salle du parc
14h30 Sortie, promenade au fils de l'eau
15h00 Jeux de table - Cafétéria
17h00 La grande roue - Cafétéria

Activités club

12h00 Repas du club
14h30 Sortie, Promenade au fils de l'eau
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 11 Juillet

10h30 : Vie de quartier aux étages

15h30 : Quizz sur le grand écran - Salle de restaurant

17h00 : Jeux de société - Étages et espace bar

3ème étage :

11h00 : Moment de la vie quotidienne

15h30 : Activité avec le Pasa

Dimanche 12 Juillet

10h30 : Messe sur France 2

15h30 : Ciné-club « Région de France » - Salle d'activités

17h00 : Jeux de société - Espace bar

3ème étage :

11h00 : Messe et apéritif

15h30 : Spectacle de chansons avec Sylvain

Lundi 13 Juillet

10h30 : Installation de l'exposition avec Gildas - Espace bar

15h30 : Vernissage de l'Exposition de l'Atelier de Gildas - Espace bar

16h30 Goûter amélioré - Espace bar

3ème étage :

10h30 : Vie quotidienne

15h30 : Vernissage de l'exposition de peinture et modelage - RDC

Mardi 14 Juillet

10h30 : Défilé du 14 juillet sur France 2 (TV)

15h30 : Spectacle musical « Trio Jazz Band » - Salle de restaurant

3ème étage :

11h00 : Défilé du 14 juillet sur Antenne 2 (TV)

15h30 : Spectacle musical « Trio Jazz Band » - RDC

Mercredi 15 Juillet

10h30 : Sortie en ville

15h30 : Thé chantant avec Jean Patrick Talmont Nadia - Restaurant

17h00 : Jeux d'adresse - Espace bar ou Terrasse

3ème étage :

11h00 : Atelier bien-être

15h30 Thé chantant avec Véronique Talon - RDC

Jeudi 16 Juillet

10h30 : Vie de quartier aux étages

15h30 : Atelier Eco-gestes sur les plantes aromatiques - Salle d'activités

PLANNING CITÉ VERTE

17h00 : Jeux de société - Espace bar ou terrasse

3ème étage :

10h30 : Vie quotidienne

15h15 : Atelier proposé par le Pasa

Vendredi 17 Juillet

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

17h00 : Jeux de société - Espace bar

3ème étage :

11h00 : Atelier sensoriel

15h30 : Visio-conférence « Travel Me » - Salle d'activités

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 11 Juillet

11h00 Revue de Presse - Salon du Patio

15h00 Ping Pong - Salon du Patio

17h00 Rétrospective Séjour « La Vendée en Mai 2026 » - Restaurant

Activités du 1er étage

11h00 Balades en fonction de la météo

15h00 Atelier Manuel avec Jennifer - Salle Artistique

Dimanche 12 Juillet

11h00 Séance Vélo - Salon du Patio

14h45 Video Club - Salle PASA « Des hommes et des dieux »

17h00 Grand Bingo - Restaurant

Activités du 1er étage

15h00 Karaoké Party avec Zaza - Rotonde

Lundi 13 Juillet

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 Autour des 5 sens

Activité du 1er étage

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

11h00 Un Jour, une Lettre - Salle TV

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

Mardi 14 Juillet

11h00 Atelier Manuel - Salon du Patio

13h30 Tour de France -Salle PASA « 10ème étape : Aurillac sur France 3 »

18h30 Diner Spectacle « Comédie Musicale » - Restaurant

Activités du 1er étage

La Musique de Cathy « Spécial 14 Juillet » - Rotonde

Mercredi 15 Juillet

Boxe & Réflexes - Salon du Patio

Pétanque - Terrasse du PASA

Jeux de Lettres - Restaurant

Activités du PASA

10h45 Médiation Animale

14h30 Remue Méninge

PLANNING CRISTOLIENNE

Activités du 1er étage

10h30 Boxe - Salle TV

11h00 Jeux de Lettres avec Zaza - Salle TV

14h30 Documentaire - Salle TV

17h15 Photo Mémoire - Rotonde

Jeudi 16 Juillet

11h00 Conférence « Énergies du Quotidien » - Salon du Patio

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

17h15 Jeu de Questions - Rotonde

Vendredi 17 Juillet

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

11h00 Doc « Jacques Villeret » - Salle PASA

16h00 Moment Gourmand Restaurant

16h30 Ambiance Musicale avec Nada et son Piano - 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 11 Juillet

11h00 Délices sucrées (cookies banane) - Place Vendôme

15h00 Borne Melo - Place Vendôme

Dimanche 12 Juillet

11h00 Émission religieuse - Place Vendôme

15h00 Guinguette avec Christian Brut - Place Vendôme

Lundi 13 Juillet

11h00 Pause café - Avenue des délices

11h00 ça se discute - Place Vendôme

15h00 Chantons ensembles - Place Vendôme

15h00 Écoute musical - Avenue des délices

16h00 Heures savoureuses - Place Vendôme

16h30 Guitariste L. Foulon - Place Vendôme

Mardi 14 Juillet

11h00 Gym douce - Place Vendôme

11h00 Borne Melo - Avenue des délices

15h00 Écoute musicale - Place Vendôme

Mercredi 15 Juillet

11h00 Atelier écriture - Place Vendôme

15h00 Mots croisés - Place Vendôme

Jeudi 16 Juillet

11h00 Gym douce - Avenue des délices

15h30 Boxe - Place Vendôme

Vendredi 17 Juillet

11h00 Atelier mémoire - Place Vendôme

15h00 Massage - 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

FÉLINS	F	ÉPI	P	PAIR	P	PAR	R	GRIL	G	DENTÉ
PRAIRE		RUAS						OMIS		
	P	E	R	I	R	A	A	M	I	E
						AIME				
UNE	N	U	E		R	E	P	O	R	T
SAÏ				PORTER						
	A	I	S	ERRE						
			TIR		R	I	T	LIÉ	I	L
			CEILS					ABC		E
AILE	L	A	I	E	BAS	A	B	S	BURLAT	N
SE				ÎLE						
	E	S								
		ALLÉS	S	E	L	L	A	DB	B	D
		LINGE						CAB		
GIRL	LOIR	L	O	R	I	ARC	C	A	R	LÉTO
	RIDA					RIT				
				TE	E	T	TUB	B	U	T
				PIS			CET			
SAGE	A	G	E	S	COTRE	R	E	C	T	O
NIL					SA					
	L	I	N	PITA	P	A	I	T	LA	A
										L
MÉDIS	D	E	M	I	S	CELA	C	A	L	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

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