

ça bouge !

17
Juillet
2026

ça bouge !

N°1774

PETIT-DÉJEUNER HAUT EN COULEUR À LA RÉSIDENTENCE DES BORDS DE MARNE



Bonjour à toutes et à tous,

Pour bien commencer leur journée, les résidents des Bords de Marne ont pris un petit-déjeuner équilibré, gourmand et coloré.

Deux jeunes étudiants en stage à l'association Une Lettre, Un Sourire ont proposé un quiz à des résidents de la Cité Verte. L'art-thérapie et le jardinage étaient au programme de l'accueil de jour de Sucy.

Les résidents du PASA et leurs familles ont partagé un moment de convivialité autour d'un apéro afro-caribéen.

Journée bien remplie pour les bénéficiaires de l'accueil de jour de la Cristolienne, qui ont déjeuné au restaurant asiatique avant d'aller visiter la volière du Jardin des Plantes.

Le 14 juillet fut festif à la résidence Pierre Tabanou, où une guinguette a pris forme pour le plus grand bonheur des résidents.

Tous les lundis, retrouvez l'équipe de l'atelier marche et équilibre. Les bénéficiaires de l'accueil de jour de l'Abbaye ont profité de la baisse des températures pour s'adonner à la pétanque.

L'unité PHV continue son séjour vacances dans la Somme. Les résidents ont fait Etaples en Baie de Canche.

Bonne semaine à tous,

Robin VERRIER
Chargé de communication

Ça Bouge n°1774

18/07 > 24/07/2026

L'ACTU DES RÉSIDENCES

- UN PETIT-DÉJEUNER COLORÉ À LA RÉSIDENCE DES BORDS DE MARNE.
- RENCONTRE INTERGÉNÉRATIONNELLE AVEC L'ASSOCIATION UNE LETTRE, UN SOURIRE À LA RÉSIDENCE DE LA CITÉ VERTE.
- APÉRITIF AFRO-CARIBÉEN POUR LES RÉSIDENTS DU PASA DE LA CRISTOLIENNE.
- LA RÉSIDENCE PIERRE TABANOU CÉLÈBRE LE 14 JUILLET.
- ATELIER MARCHÉ ET ÉQUILIBRE À LA RÉSIDENCE DE L'ABBAYE.
- L'UNITÉ PHV CONTINUE SON SÉJOUR VACANCES DANS LA BAIE DE SOMME.
- JARDINAGE ET ART-THÉRAPIE À L'ACCUEIL DE JOUR DE SUCY.
- SORTIE AU RESTAURANT ASIATIQUE ET À LA VOLIÈRE DU JARDIN DES PLANTES POUR L'ACCUEIL DE JOUR DE LA CRISTOLIENNE.
- ACTIVITÉ PÉTANQUE POUR LES BÉNÉFICIAIRES DE L'ACCUEIL DE JOUR DE L'ABBAYE.

ACTUALITÉS

JAPON, GRÈCE... POURQUOI LES RENCONTRES ENTRE LES OURS ET LES HUMAINS SE MULTIPLIENT.

JEUX : MOTS MÊLÉS.

PLANNING DES ACTIVITÉS.

UN PETIT-DÉJEUNER ARC-EN-CIEL POUR BIEN COMMENCER LA JOURNÉE

Le petit-déjeuner est souvent considéré comme le repas qui donne le ton à la journée. Alors, pourquoi ne pas le rendre à la fois équilibré, gourmand... et coloré ?

Le concept du petit-déjeuner arc-en-ciel consiste à composer son assiette avec des aliments de différentes couleurs. Au-delà du plaisir des yeux, cette idée permet de varier les saveurs, les textures et les apports nutritionnels, tout en faisant de ce premier repas un véritable moment de convivialité.

La veille, les résidents ont mis la main à la pâte en préparant de délicieuses madeleines aux couleurs de l'arc-en-ciel : jaunes, bleues et vertes. Une activité culinaire qui a suscité beaucoup d'enthousiasme et de bonne humeur.

Pour représenter les différentes couleurs de l'arc-en-ciel, le petit-déjeuner était composé de :

Rouge : la pastèque, fraîche et juteuse.

Orange : les abricots, doux et savoureux.

Jaune et bleu : les madeleines réalisées par les résidents.

Vert : l'avocat, onctueux et riche en saveurs.

Indigo : un yaourt aux fruits rouges, apportant une belle touche colorée.

Chaque aliment apportait sa note de couleur, transformant la table du petit-déjeuner en une véritable palette gourmande.

BORDS DE MARNE-BONNEUIL

Ce petit-déjeuner arc-en-ciel a été un moment de partage, de découverte et de plaisir. Les résidents ont apprécié autant la préparation que la dégustation de ce repas original, qui a égayé le début de leur journée. Une expérience colorée et conviviale qui a fait l'unanimité et qui donnera certainement envie d'être renouvelée.

L'équipe de vie sociale



BORDS DE MARNE-BONNEUIL



BORDS DE MARNE-BONNEUIL



BORDS DE MARNE-BONNEUIL



CITÉ VERTE - SUCY

Rencontre inter générationnelle avec l'association " Une lettre, un sourire"

Martin et Elsa, tous deux étudiants à l'école « Sciences Po » de Paris, réalisaient, dans le cadre de leur stage à l'association « Une lettre, un sourire », une intervention à la résidence de la Cité Verte.

Pour rappel, l'objectif de l'association, créée lors de la période de la COVID-19 en 2020, est de lutter contre l'isolement et de favoriser les liens, notamment au travers de courriers à l'époque de sa création.

Les jeunes étudiants ont donc proposé un quiz de culture générale afin de favoriser une rencontre avec les résidents, très heureux de partager leur savoir. Cet échange, très interactif, s'est poursuivi par une discussion sur les sports et les voyages pratiqués par Elsa, Martin et les résidents.

Ce fut un moment de révélation qui nous a permis de découvrir la passion pour le cyclisme de M. Bezol, l'intérêt de Mme Pech pour la natation, celui de Mme Heberle pour l'aïkido, ainsi que celui de M. Betheuil pour le ski, pour ne citer qu'eux.

Mme Bezol a évoqué les nombreux voyages effectués avec son mari... presque un tour du monde ! Mme Heberle a également témoigné des trois années passées en Californie, alors que son mari, journaliste, couvrait l'actualité liée au lancement de la fusée Apollo.

Un moment riche, durant lequel Elsa et Martin ont mesuré la variété et la richesse des parcours de vie des résidents.

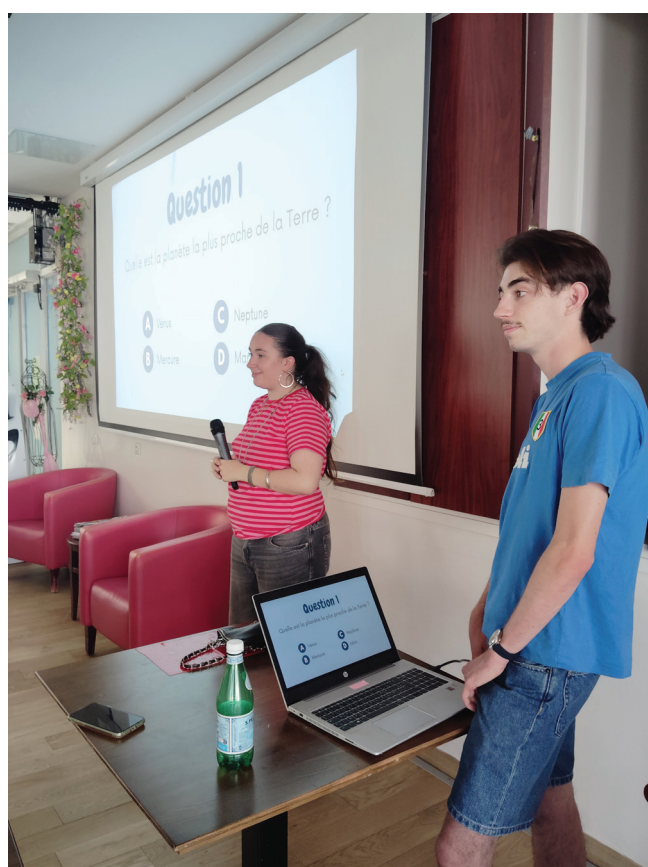
Un beau moment de transmission à renouveler.

Françoise, responsable de la Vie sociale

CITÉ VERTE - SUCY



CITÉ VERTE - SUCY



LA CRISTOLIENNE-CRÉTEIL

APÉRITIF AFRO-CARIBÉEN APÉRITIF

Nous avons eu le plaisir d'inviter les résidents du PASA ainsi que leurs proches à partager un agréable moment de convivialité dans la salle Cristolienne.

Dès le petit matin, l'infirmière Janice était en cuisine pour préparer de délicieux mets, tandis que l'aide-soignante Lydia confectionnait les desserts : un délicieux gâteau à l'ananas, d'autres gâteaux ainsi qu'un sorbet à la goyave, le tout fait maison.

De mon côté, moi, Elda, je me suis occupée de la décoration de la salle avec les résidents, ainsi que de l'accueil des invités.

La journée s'est déroulée dans une ambiance chaleureuse et conviviale. Nous avons aménagé plusieurs petits espaces de discussion et diffusé une douce musique caribéenne en fond sonore. Les couleurs, les saveurs et les délicieuses odeurs des bokits au poulet et des patties au thon ont enchanté les convives.

Tous ont beaucoup apprécié ce moment de partage qui, au fil de l'après-midi, s'est transformé en une véritable fête, rythmée par la bonne humeur, les sourires et la convivialité. Cet apéritif afro-caribéen restera un très beau souvenir pour les résidents, leurs proches et l'ensemble des professionnels présents.

L'équipe de la vie sociale

LA CRISTOLIENNE-CRÉTEIL



LA CRISTOLIENNE-CRÉTEIL



LA CRISTOLIENNE-CRÉTEIL



Quelle magnifique Fête nationale sur le thème de la guinguette !

Quel bonheur d'avoir partagé ce moment tous ensemble, dans une ambiance chaleureuse, festive et pleine de bonne humeur !

Un immense bravo à notre accordéoniste, qui a su enflammer la piste grâce à son talent, sa musique entraînante et son humour. Il nous a fait chanter, danser et rire du début à la fin !

Nous avons repris avec enthousiasme les grands classiques de la Compagnie Créole, la Lambada, Joinville-le-Pont et bien d'autres airs qui ont fait vibrer toutes les générations. L'accordéon est vraiment un instrument extraordinaire, capable de créer une atmosphère conviviale et de rassembler tout le monde autour de la musique.

Un immense merci à toutes les personnes présentes pour leur bonne humeur, leurs sourires et leur énergie. Grâce à vous, cette journée restera gravée dans nos mémoires comme un très beau moment de partage, de musique, de danse et de convivialité.

Vive la Fête nationale, vive la guinguette, et vivement la prochaine fête !

L'équipe de la vie sociale

PIERRE TABANOU - L'HAY LES ROSES



PIERRE TABANOU - L'HAY LES ROSES



PIERRE TABANOU - L'HAY LES ROSES



ABBAYE - ST MAUR

MARCHE ET ÉQUILIBRE DU LUNDI

La joyeuse équipe de l'atelier Marche-Équilibre du lundi matin !
N'hésitez pas à nous rejoindre si vous voulez bouger dans une ambiance détendue.

Cécile IMDTAL, psychomotricienne



ABBAYE - PHV

J2 : DÉCOUVERTE DU PATRIMOINE MARITIME DE LA BAIE DE CANCHE

Direction Étaples pour une journée placée sous le signe de la découverte. Après un déjeuner autour de spécialités locales, les résidents ont profité d'une promenade sur le port de plaisance avant de visiter « Mareis », centre de découverte de la pêche en mer qui regroupe un musée et des aquariums.

Cette visite guidée a permis d'en apprendre davantage sur les métiers de la pêche et sur le mode de vie de celles et ceux qui en vivent.

L'unité PHV



ABBAYE - PHV



ABBAYE - PHV



ABBAYE - PHV



ABBAYE - PHV



CITÉ VERTE - ADJ

ART THÉRAPIE ET JARDINAGE A L'ACCUEIL DE JOUR DE LA CITÉ VERTE

Les résidents ont participé avec enthousiasme à l'atelier d'art-thérapie.

M. Foissey s'est occupé de l'arrosage des plantes sur la terrasse.

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



CITÉ VERTE - ADJ



LA CRISTOLIENNE-ADJ

RESTAURANT ASIATIQUES ET SORTIE AU JARDIN DES PLANTES POUR LES BÉNÉFICIAIRES DE L'ACCUEIL DE JOUR DE LA CRISTOLIENNE

Nous avons déjeuné dans un restaurant asiatique où chacun pouvait se servir selon ses goûts.

Les différentes saveurs ont permis de satisfaire tous les participants.

Ensuite nous nous sommes ensuite rendus à la Ménagerie du Jardin des Plantes. Cette belle balade nous a permis d'observer les animaux et de nous promener dans le parc, au milieu des fleurs.

Une visite qui fait toujours plaisir.

Nadège et Sylvie, équipe accueil de jour de la Cristolienne



LA CRISTOLIENNE-ADJ



ABBAYE - ADJ

PÉTANQUE À L'ACCUEIL DE JOUR DE L'ABBAYE

Nos bénéficiaires de l'accueil de jour prennent toujours autant de plaisir à se rapprocher du cochonnet. Les encouragements, les rires et les plaisanteries sont toujours au rendez-vous, dans une ambiance conviviale et chaleureuse.

Isabelle, équipe de l'accueil de jour de l'Abbaye



ABBAYE - ADJ



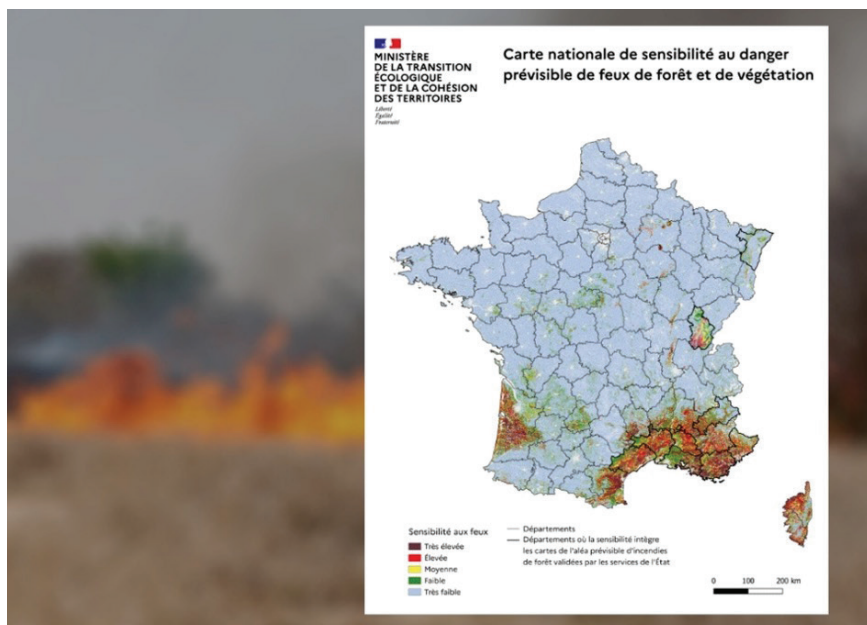
ABBAYE - ADJ



LES FEUX DE FORÊT : UN PHÉNOMÈNE NATUREL SOUS SURVEILLANCE

Chaque été, les feux de forêt font régulièrement l'actualité en France et dans le bassin méditerranéen. Lors des périodes de fortes chaleurs et de sécheresse, certaines zones naturelles deviennent plus vulnérables aux incendies.

En France, plusieurs milliers d'hectares de végétation peuvent être brûlés chaque année. Les départements du sud, comme ceux de la région Provence-Alpes-Côte d'Azur ou de l'Occitanie, sont particulièrement concernés, même si les incendies peuvent toucher d'autres régions lors d'étés très secs.



Comprendre ces phénomènes permet de mieux mesurer l'importance des actions de prévention et de protection mises en place sur le territoire.

Pourquoi les feux se déclenchent-ils ?

Pour qu'un feu de forêt se développe, plusieurs conditions doivent

RUBRIQUE ENVIRONNEMENT

être réunies : la chaleur, le vent et la sécheresse. Ces éléments favorisent la propagation rapide des flammes.

En été, la végétation sèche — herbes, feuilles mortes, broussailles — devient très inflammable. Dans certaines conditions, un feu peut parcourir plusieurs kilomètres en peu de temps.

Les incendies peuvent avoir différentes origines. Une partie est liée à des phénomènes naturels comme la foudre, mais une grande majorité est d'origine humaine de façon involontaire (travaux, mégots, barbecues, étincelles) ou malheureusement de façon volontaire.



Forêt méditerranéenne après un incendie

Quelques repères en France et en Europe

Ces dernières années, certains épisodes ont été particulièrement marquants :

- En 2022, la France a connu l'un des étés les plus touchés par les incendies récents, avec plus de 60 000 hectares brûlés.
- Dans le sud-ouest (notamment en Gironde), de vastes massifs forestiers ont été affectés sur plusieurs semaines.
- Le bassin méditerranéen reste l'une des zones les plus exposées en Europe, avec des incendies fréquents en Espagne, en Italie ou en Grèce.

Ces chiffres rappellent que les feux de forêt sont un phénomène sur-

veillé de très près par les autorités.

Des conséquences pour la nature

Les forêts abritent de nombreuses espèces animales et végétales. Lorsqu'un incendie survient, ces milieux naturels peuvent être fortement perturbés.

Les feux peuvent entraîner :

- La destruction de grandes surfaces boisées,
- La disparition temporaire d'habitats pour la faune,
- La modification des paysages, parfois durablement visibles,
- Des difficultés pour certaines espèces à se déplacer ou se nourrir.

La nature possède toutefois des mécanismes d'adaptation. Certaines espèces végétales sont dites pyrophytes : elles résistent au feu ou ont besoin de la chaleur pour favoriser leur reproduction. D'autres, appelées plantes pyrophiles, sont capables de repousser rapidement après un incendie et de recoloniser les sols brûlés. Ces phénomènes participent à la régénération progressive des écosystèmes.

Cependant, cette capacité de reconstruction reste limitée lorsque les incendies sont trop fréquents ou trop intenses.

Le rôle essentiel des professionnels

Face aux incendies, de nombreux acteurs interviennent pour protéger les populations et les espaces naturels.

Les sapeurs-pompiers, les forestiers et les services de secours travaillent ensemble pour surveiller les zones à risque et intervenir rapidement en cas de départ de feu.

Chaque été, des dispositifs spécifiques sont renforcés dans les zones les plus exposées, avec des patrouilles, des tours de surveillance et des moyens aériens mobilisés lorsque cela est nécessaire.

Des forêts sous l'effet du changement climatique

Depuis plusieurs années, les scientifiques observent une augmentation des périodes de sécheresse et des températures élevées dans certaines régions.

Ces conditions peuvent rendre les forêts plus vulnérables aux incendies, y compris dans des zones auparavant moins concernées.

Les recherches actuelles visent à mieux comprendre ces évolutions et à adapter la gestion des forêts pour renforcer leur résilience.

Pourquoi c'est important pour nous

Les forêts font partie de notre patrimoine naturel et paysager. Elles offrent des espaces de calme, abritent une grande biodiversité et participent à l'équilibre de l'environnement.

Comprendre les feux de forêt permet de mieux saisir la fragilité de ces milieux et le travail réalisé pour les protéger chaque année.

Le saviez-vous ?

- En été, les périodes de vigilance incendie sont activées dans de nombreux départements du sud de la France.
- Certaines forêts brûlées peuvent mettre plusieurs dizaines d'années à retrouver leur aspect initial.
- Les avions bombardiers d'eau peuvent larguer plusieurs milliers de litres d'eau en quelques secondes.

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)



Japon, Grèce... Pourquoi les rencontres entre les ours et les humains se multiplient

Des dommages sur les cultures, des rencontres inopinées dans des zones habitées, voire des attaques mortelles... Dans plusieurs pays, les confrontations entre les ours bruns et les habitants sont de plus en plus fréquentes et problématiques. Dans le nord de la Grèce, dans la région frontalière entre l'Albanie et la Macédoine-du-Nord, leur population a doublé en six ans. En 2025, quelque 900 ours ont été recensés par les autorités grecques.

A plusieurs milliers de kilomètres, c'est au Japon que l'ours sème la panique. Depuis le 1er avril, au moins cinq personnes ont été tuées dans la région du Tohoku, au nord, après un nombre record de 13 attaques mortelles en 2025, selon le ministère de l'Environnement. Des signalements de présence d'ours dans les parcs, les commerces ou à proximité des écoles sont relayés quotidiennement. Pour recenser les plantigrades, 800 caméras vont être installées dans les montagnes de nord.

Mais comment expliquer ce phénomène ? En Grèce, les ours se sont multipliés notamment grâce à l'interdiction de la chasse et aux politiques de protection de l'espèce. Au Japon, des scientifiques évoquent aussi une augmentation de la population. Mais cela n'est pas le seul facteur qui explique cette hausse des « conflits » entre humain et ursidés.

Un territoire réduit

« Certains en déduisent immédiatement une augmentation de la population d'ours ; d'autres pensent que les activités humaines en sont responsables. La situation est souvent plus complexe », avance le Groupe de spécialistes des ours (Bear Specialist Group, BSG), affiliée à

Source : 20 minutes

ACTUALITÉS

l'Union internationale pour la conservation de la nature (UICN), sur son site internet.

Plusieurs facteurs contribuent à transformer le comportement du mammifère, notamment la répartition des populations humaines. L'urbanisation, l'évolution des pratiques agricoles, l'exploitation de la nature... Autant d'activités qui empiètent sur le territoire de l'ours ou sur la qualité de son habitat, diminuant ses ressources alimentaires naturelles. Les animaux sont contraints de vivre de plus en plus près des humains. A contrario, la désertification de certaines zones rurales contribue à l'agrandissement du territoire de l'ours, moins dissuadé par la présence humaine.

Une dépendance à la nourriture

De cette dégradation de leur habitat découlent de nombreuses problématiques, dont la nourriture. L'ours a besoin d'ingurgiter une quantité importante de calories, surtout en sortie d'hibernation. Faute de ressources naturelles suffisantes, il va se tourner vers la nourriture humaine. Jusqu'à une certaine dépendance pour certains. En Grèce, plusieurs générations d'ours ont pris l'habitude de trouver plus facilement une nourriture abondante à proximité des zones habitées, souligne par exemple Alexandros Karamanlidis, directeur de Arcturos, un sanctuaire de protection pour ces animaux, cité par l'AFP.

Une attitude qui présente un risque pour les humains, mais surtout pour les ours. « À mesure que la qualité des habitats se détériore, la disponibilité alimentaire diminue et devient plus irrégulière, incitant les ours à rechercher des aliments d'origine humaine ; ce qui entraîne des conflits et, par conséquent, une mortalité accrue des ours », note le BSG dans son rapport sur les menaces pesant sur les ours, publié fin juin.

Source : 20 minutes

ACTUALITÉS

Des « superprédateurs » ?

Mi-juin, à l'initiative de la Roumanie et de la Slovaquie, cinq pays européens ont lancé une offensive pour réduire la protection des ours bruns en Europe, présentés comme des « superprédateurs ». Bucarest estime sa population d'ours à environ 11.500 individus et affirme que les attaques de l'animal ont causé la mort de 14 personnes et fait plus de 150 blessés graves au cours des cinq dernières années. En Slovaquie, environ 2.500 ours cohabitent avec la population. En cinq ans, quatre personnes sont mortes et 64 ont été blessées. L'initiative intéresse d'autres pays comme la Finlande, où 2.600 individus ont été recensés selon les autorités.

Ces pays veulent suivre l'exemple du loup, passé d'espèce « strictement protégée » à « protégée » en 2025, ce qui facilite les possibilités d'abattage. Pour une meilleure cohabitation, le BSG défend des programmes et des méthodes pour « atténuer » l'impact des rencontres entre l'homme et l'ours en éduquant les populations, en évitant de laisser de la nourriture à l'extérieur ou en la stockant dans des bacs spécialisés, en installant des clôtures pour protéger les cultures ou encore grâce aux chiens de chasse pour protéger le bétail.

Source : 20 minutes

MOTS-MÊLÉS

T	S	I	O	E	G	E	I	L	R	C	CAIMAN	SEVICES
I	M	A	R	E	D	L	O	S	E	H	CANADAIR	SOLDER
A	E	S	V	E	T	E	M	O	U	E	CHEVALET	TENDANCE
F	C	E	N	C	R	E	N	A	H	V	DECENTE	TRANSIT
S	N	C	A	N	A	D	A	I	R	A	DEFOULE	
I	A	I	C	A	N	E	M	E	P	L	ENCRE	
T	U	V	A	D	S	F	I	S	L	E	ERSATZ	
A	N	E	I	N	I	O	L	O	L	T	ETIRE	
S	R	S	M	E	T	U	O	P	U	I	EXPOSE	
E	R	S	A	T	Z	L	R	X	P	R	HUER	
A	E	T	N	E	C	E	D	E	N	E	LIEGEOIS	
											MARE	
											MILORD	
											MOUE	
											NUANCE	
											PINEDE	
											PULL	
											SATISFAIT	

PLANNING ABBAYE

Samedi 18 juillet

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

15h30 Ciné-Club « Home Sweet Home - La fête à Jules » - 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 - RDC

14h00 Temps libre, temps individuel

Dimanche 19 juillet

14h30 Lecture de la revue « ça bouge » - Petit restaurant

15h30 Grand Jeu « Badminton » - Grand Restaurant

3ème Bellay

11h00 Diffusion de la messe

15h00 Préparation du Goûter du dimanche

4ème Bellay

10h30 Retransmission de la messe

11h30 Vie quotidienne

16h00 Goûter du dimanche

16h30 Espace Sensoriel - 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

Lundi 20 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

11h30 Sortie restaurant Portugais - Accueil

15h00 Vidéo « Égypte : le mystère du tombeau du vizir » - Théâtre

17h00 Bingo - Espace bar

3ème Bellay

11h00 En route pour le pressing

PLANNING ABBAYE

15H00 Club Vidéo - Théâtre

17h00 Jeu Interactif « mots croisés »

4ème Bellay

10h30 Chant

11h30 Vie quotidienne

15h30 Petit BAC

17h00 Lecture / Temps de parole

Unité PHV

10h00 Bonjour chez vous

14h00 Temps libre, temps individuel

14h30 Musée de la Résistance National+ goûter chez le glacier à Saint Maur

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

Mardi 21 juillet

11h00 Atelier Happy Jardinnet - Terrasse

15h00 Atelier créatif des petites mains - Grand restaurant

15h30 L'heure musicale - Théâtre

17h00 Jeu de questions - Espace bar

17h00 Club mémoire - Café littéraire.

3ème Bellay

11h00 En route pour le pressing

14h30 Atelier « Bien-être »

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 Bonjour chez vous

10h45 Revue de presse - Petit salon de la Rotonde

14h30 Point Guichet

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

Mercredi 22 juillet

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

10h30 Promenade sur inscription - Atrium

15h00 Jeux de table et boxe - Esp bar

15h00 Club Bridge - Petit restaurant

16h45 Loto - Espace bar

PLANNING ABBAYE

17h00 Club mémoire - Café littéraire

3ème Bellay

12h00 Repas à thème : Burgers

17h00 jeu interactif

4ème Bellay

10h30 Manucure

10h30 atelier de Musicothérapie

11h30 Vie quotidienne

14h30 Préparation de salade de fruits

16h00 Mise en voix

17h00 Jeux de questions

Unité PHV

10h30 Jeu au tableau ou jeu de société - Rotonde

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

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

Jeudi 23 juillet

11h00 Groupe de parole - Café littéraire

14h00 Sortie Bateaux Mouches - Accueil

14h30 Tir à l'arc - Salle Castel

16h00 Après-midi gourmand en compagnie de Ronald Brissac - Grand restaurant

16h00 Temps de prière - Oratoire

3ème Bellay

11h00 En route pour le pressing

15h00 Après-midi gourmand en compagnie de Ronald Brissac.

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

11h30 « Jeu en plein air suivi du Pique-nique » - Parc de l'Abbaye

10h30 Atelier travaux manuels - Rotonde du 3ème Castel

14h00 temps libre, temps individuel

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

Vendredi 24 juillet

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

10h15 Atelier Informatique - Salon du Parc

10h30 Atelier peinture - Café littéraire

14h00 Atelier peinture - Café littéraire

PLANNING ABBAYE

15h00 Groupe belote - Petit Restaurant

15h30 Atelier peinture - Café littéraire

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

15h00 Préparation de gourmandises

16h00 Bar des Amis

17h00 Lecture de la revue ça bouge »

Unité PHV

10h30 Atelier Pâtisserie - 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 18 Juillet

11h00 Réveil cérébral - Salle du parc

14h30 Diffusion Cinéma, « Un flic » - Salle du parc

17h00 Jeux de questions - Cafétéria

Dimanche 19 Juillet

11h00 Revue de presse - Salle du parc

15h00 Club évasion - Cafétéria

17h00 Grand loto - Cafétéria

Animation 3ème étage

11h00 Jeux cognitifs

15h00 Activités a la carte

17h00 Accompagnement aux jeux - Cafétéria

Lundi 20 Juillet

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 Jean Patrick Talmond - Cafétéria

Animation 3ème étage

10h15 Entraînement de Boxe

11h00 Jeux cognitif

15h30 Heures savoureuses/ accordéon avec le multi accueil

Activités club

10h45 Atelier pâtisserie

15h00 Atelier pâtisserie - 3e Salle du club

16h30 Ambiance musicale accordéon et heures savoureuse - Cafétéria

Mardi 21 Juillet

11h00 Écoute musical - Salle du parc

14h45 Tir à l'arc - Salle du parc

15h00 Jeux en terrasse - Terrasse

17h15 Bingo - Cafétéria

Animation 3ème étage

08h00 Petit déjeuner des îles

Activités club

08h00 Petit déjeuner des îles

Mercredi 22 Juillet

10h30 Bonjour chez vous

11h00 Tai-chi - Salle du parc

PLANNING BDM

14h00 Balade entre nous

15h00 Jeux de table - Cafétéria

17h00 Jeux de questions - Cafétéria

Animation 3ème étage

11h00 jeux cognitifs

15h00 activité a la carte

17h00 Accompagnement aux jeux - Cafétéria

Activités club

10h30 Espace détente

12h00 Repas entre amis

15h00 Jouer avec les mots

17h00 Accompagnement aux jeux - Cafétéria

Jeudi 23 Juillet

10h30 Bonjour chez vous

11h00 Revue de presse - Salle du parc

11h30 L'épicerie fine

15h00 A la manière de Gerome - Cafétéria

17h00 Loto à la cafétéria

Animation 3ème étage

15h00 Activité à la carte

17h00 Accompagnement aux jeux - Cafétérias

Activités club

15h00 Atelier lecture

17h00 Accompagnement aux jeux - Cafétéria

Vendredi 24 Juillet

11h00 Documentaire «Oman sauvage Léopards et tortues marines» - Salle du parc

15h00 Pétanque - Jardin

17h00 La grande roue - Cafétéria

Activités club

12h00 Repas du club

14h30 Séance Snoezelen

17h00 Accompagnement aux jeux - Cafétéria

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

L'équipe de la vie sociale

PLANNING CITÉ VERTE

Samedi 18 Juillet

10h30 : Vie de quartier - Étages

15h30 : Ciné-Club « Manon des sources » - Salle d'activités

17h00 : Jeux de société - Bibliothèque

3ème étage :

11h00 : Moment de la vie quotidienne

15h30 : Chansons avec Sylvain au 3ème

Dimanche 19 Juillet

15h30 : LOTO des vacances - Terrasse

17h00 : Jeux de société - Étages et Espace bar

3ème étage :

11h00 : Messe et apéritif

15h30 : LOTO - RDC

Lundi 20 Juillet

10h30 : Vie de quartier aux étages

15h30 : Atelier de préparation « 20 ans de la Cité Verte » - Espace bar ou terrasse

17h00 : Cahier de vacances - Espace bar ou terrasse

3ème étage :

11h00 : Réveil corporel

15h30 : Écoute musicale

Mardi 21 Juillet

10h30 : Boutique et Point Guichet

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

15h30 : Atelier gym douce - Salle d'activités

17h00 : Atelier réminiscence - Terrasse ou Bibliothèque

3ème étage :

11h00 : Boutique / Promenade - RDC

15h30 : Atelier bien-être ou chant

Mercredi 22 Juillet

10h30 ou 14h00 : Sortie au parc Omnisport

15h30 : Thé chantant - RDC

17h00 : Jeux de société - Espace bar et terrasse

3ème étage :

10h30 : Sortie

15h30 : Thé chantant - RDC

PLANNING CITÉ VERTE

Jeudi 23 Juillet

10h30 : Gym/yoga - Salle d'activités

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

17h00 : Jeux de société

3ème étage :

10h30 : Jardinage

15h15 : Atelier chant

Vendredi 24 Juillet

10h30 : Vie de quartier aux étages

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

17h00 : Jeux de société - 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 18 Juillet

11h00 Revue de Presse - Salon du Patio

13h00 Tour de France « 14ème étape : Mulhouse » - Salon du Patio

17h00 Le Quiz - Restaurant

Dimanche 19 Juillet

11h00 Écoute Musicale - Salle PASA

13h00 Tour de France « 15ème étape : Champagnole » - Salon du Patio

17h00 Jeu Mystère - Restaurant

21h00 Diffusion Finale de La Coupe du Monde - Restaurant

Activités du 1er étage

11h00 Émission Religieuse - Salle TV

14h30 Écoute Musicale - Rotonde

17h15 Petit Bac - Rotonde

Lundi 20 Juillet

11h00 Gym Douce G2 - 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

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

Mardi 21 Juillet

11h00 Atelier Manuel - Salon du Patio

15h00 Jeux de Société - Restaurant

17h00 Jeux de Chiffres - Restaurant

Activités du PASA

10h30 Musicothérapie

14h30 Atelier Peinture

Mercredi 22 Juillet

11h00 Boxe & Réflexes - Salon du Patio

15h00 Bière Pong - Salon du Patio

17h00 Jeux de - Lettres Restaurant

Activités du PASA

10h30 Activité Bien-Être

14h30 Remue Méninge

PLANNING CRISTOLIENNE

Activités du 1er étage

10h30 Boxe - Salle TV

11h00 Jeux de Lettres avec Zaza - Salle TV

Jeudi 23 Juillet

11h00 Atelier Écriture - Bibliothèque

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

15h15 Zumba Adaptée - Rotonde

17h00 En route pour le Loto - Restaurant RDC

Vendredi 24 Juillet

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

11h00 Doc « La Cité Interdite » - Salle PASA

16h00 Moment Gourmand - Restaurant

16h30 Ambiance Musicale avec Jérémie et sa Guitare - 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 TABANOÛ

Samedi 18 Juillet

11h00 Les reines du couteau - Place Vendôme

14h00 Salon de beauté - Place Vendôme

15h00 Dicton/proverbes - Place Vendôme

Dimanche 19 Juillet

11h00 Émission religieuse - Place Vendôme

15h00 Loto - Place Vendôme

Lundi 20 Juillet

11h00 Pause café - Avenue des délices

11h00 Ca se discute - Place Vendôme

11h00 Voyage sonore - Avenue de la liberté

15h00 Chantons ensembles - Place Vendôme

15h00 Écoute musicale - Avenue des délices

16h00 Heures savoureuses - Place Vendôme

Mardi 21 Juillet

11h00 Gym douce - Place Vendôme

11h00 Borne mélo - Avenue des délices

15h00 Atelier manuel - Place Vendôme

Mercredi 22 Juillet

11h00 Atelier écriture - Place Vendôme

15h00 Mots croisés - Place Vendôme

Jeudi 23 Juillet

11h00 Gym douce - Avenue des délices

15h30 Boxe - Place Vendôme

Vendredi 24 Juillet

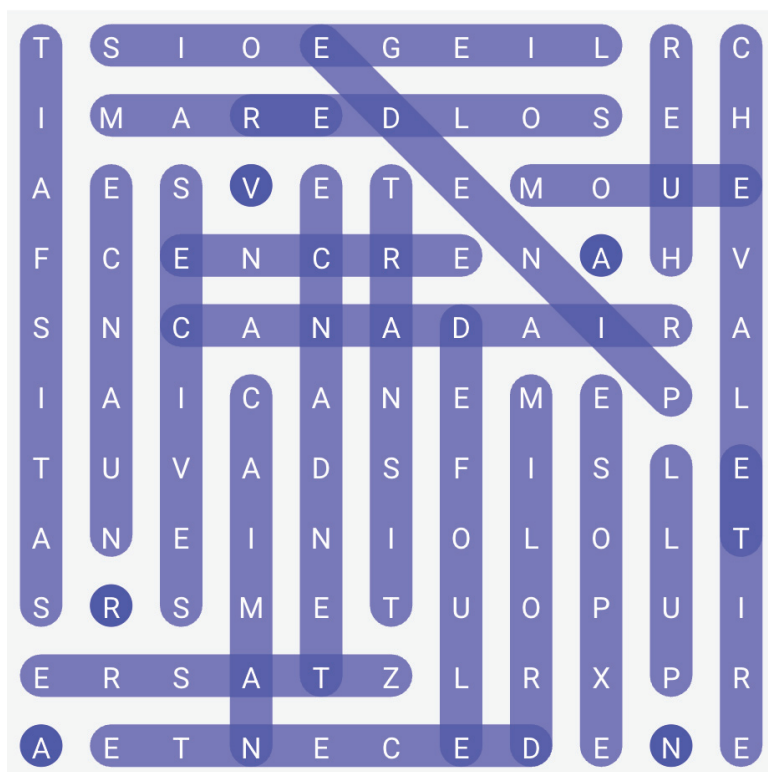
11h00 Atelier mémoire - Place Vendôme

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

L'équipe de la vie sociale

LE MOT DE LA FIN ET SOLUTIONS

SOLUTIONS DES JEUX



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