

ça bouge !

24
Juillet
2026

ça bouge !

N°1775

SORTIE À LA GUINGUETTE POUR LES
RÉSIDENTS DU PASA DE LA CITÉ VERTE



Bonjour à toutes et à tous,

Des résidents du PASA de la Cité Verte sont allés guincher à Sucy. Ambiance musicale assurée.

La résidence de la Cristolienne a célébré le 14 juillet sur le thème des comédies musicales. Les bénéficiaires de l'accueil de jour de la Cristolienne ont dégusté un petit déjeuner gourmand et profité de la fraîcheur de la salle pour jouer à des jeux de table.

Des résidents de Pierre Tabanou et des tout-petits se sont retrouvés pour partager un après-midi placé sous le signe de la joie, des rires et de la bonne humeur.

La vie sociale de la résidence de l'Abbaye vous présente un nouvel atelier manuel. Direction Chantilly pour les bénéficiaires de l'accueil de jour de l'Abbaye. Les résidents de l'unité PHV continuent leur séjour vacances en Baie de Somme.

Ce fut un 14 juillet gourmand à la résidence des Bords-de-Marne, où les résidents se sont régalés d'un cochon de lait grillé à la broche.

Bonne semaine à tous,

Robin VERRIER
Chargé de communication

Ça Bouge n°1775

25/07 > 31/07/2026

L'ACTU DES RÉSIDENCES

- SORTIE À LA GUINGUETTE DE SUCY POUR LES RÉSIDENTS DU PASA DE LA CITÉ VERTE

- LA CRISTOLIENNE A CÉLÉBRÉ LE 14 JUILLET EN MUSIQUE

- BOUM INTERGÉNÉRATIONNELLE À LA RÉSIDENCE PIERRE TABANOU

- NOUVEL ATELIER MANUEL POUR LES RÉSIDENTS DE L'ABBAYE

- UN 14 JUILLET GOURMAND À LA RÉSIDENCE DES BORDS-DE-MARNE

- L'UNITÉ PHV POURSUIT SON SÉJOUR DE VACANCES DANS LA SOMME

- PETIT DÉJEUNER GOURMAND ET JEUX DE TABLE AU PROGRAMME DE L'ACCUEIL DE JOUR DE LA CRISTOLIENNE

- SORTIE À CHANTILLY POUR LES BÉNÉFICIAIRES DE L'ACCUEIL DE JOUR DE L'ABBAYE

ACTUALITÉS

CHIMPANZÉS, ORQUES, CORBEAUX... AU SEIN D'UNE MÊME ESPÈCE, CERTAINS ANIMAUX DÉVELOPPENT LEUR PROPRE CULTURE

JEUX : SUDOKU

PLANNING DES ACTIVITÉS

CITÉ VERTE - SUCY

GUINGUETTE POUR LES RÉSIDENTS DU PASA !

Les résidents du PASA ont passé un agréable après-midi à la guinguette organisée au parc omnisports de Sucy-en-Brie, animée par le groupe « Au p'tit Bal perdu ».

Au programme : danse, musique, retrouvailles avec des connaissances de la Maison des Seniors, sans oublier un verre, une glace ou un granité pour se rafraîchir sous le soleil.

Installé sous le kiosque à musique, le groupe a entraîné les résidents à chanter et à danser dans une ambiance chaleureuse et conviviale. Les rires des enfants, qui s'amusaient sur les rosalies et les karts à pédales, ont ajouté une touche de gaieté à cette belle journée.

Une sortie placée sous le signe de la bonne humeur, qui a permis à chacun de profiter pleinement de ce moment de partage et de convivialité.

Laura, équipe de la vie sociale

CITÉ VERTE - SUCY



CITÉ VERTE - SUCY



LA CRISTOLIENNE-CRÉTEIL

UN 14 JUILLET SOUS LE SIGNE DES COMÉDIES MUSICALES

À l'occasion de la Fête nationale, le 14 juillet, la résidence s'est parée de bleu, de blanc et de rouge pour offrir aux résidents une soirée conviviale, festive et riche en émotions. Dès leur arrivée au restaurant, chacun a pu découvrir une décoration aux couleurs de la France et des tables soigneusement dressées, créant une ambiance chaleureuse et élégante.

Pour célébrer cette journée, un dîner-spectacle sur le thème des comédies musicales était proposé.

Les convives ont pu savourer un délicieux menu composé d'asperges accompagnées de leur vinaigrette rouge et de fleurs de bleuet, d'un filet mignon de porc avec sa sauce au bleu, servi avec des tomates cerises et des tagliatelles, d'un camembert bleu-blanc-rouge et d'un macaron tricolore en dessert.

Un repas apprécié de tous, qui a su ravir les papilles autant que les yeux.

Tout au long de la soirée, la compagnie de spectacle a entraîné les résidents dans un véritable voyage musical.

Les plus grands succès de Notre-Dame de Paris ont ouvert le bal avec Belle, La Fête des fous et Le Temps des cathédrales, plongeant chacun dans l'univers de la célèbre comédie musicale.

L'ambiance s'est ensuite poursuivie avec Grease, où les incontournables vestes en cuir et la belle histoire d'amour entre Danny Zuko et Sandy

LA CRISTOLIENNE-CRÉTEIL

Olsson ont fait revivre les années 1950.

Enfin, la soirée s'est achevée dans une explosion de bonne humeur avec Mamma Mia! Entre paillettes, chorégraphies et chansons, les résidents en ont eu plein les yeux.

Cette belle célébration du 14 juillet restera un agréable souvenir pour tous, mêlant gourmandise, musique et convivialité.

Un grand merci à l'ensemble des équipes pour leur implication, leur énergie et leur investissement, qui ont contribué à la réussite de cette magnifique soirée.

Elynn, animatrice Vie sociale



LA CRISTOLIENNE-CRÉTEIL



LA CRISTOLIENNE-CRÉTEIL



LA CRISTOLIENNE-CRÉTEIL



LA CRISTOLIENNE-CRÉTEIL



LA CRISTOLIENNE-CRÉTEIL



QUAND LA MUSIQUE RASSEMBLE LES GÉNÉRATIONS !

Quelle belle ambiance lors de notre boum intergénérationnelle avec les enfants de la crèche !

Résidents et tout-petits se sont retrouvés pour partager un après-midi placé sous le signe de la joie, des rires et de la bonne humeur.

Les résidents ont ouvert le bal en faisant découvrir aux enfants la danse sur chaise. L'animatrice a ensuite invité les enfants à entrer dans la danse avec un jeu musical : à chaque arrêt de la musique, ils devaient s'immobiliser aussitôt, avant de repartir de plus belle dès que la musique reprenait. Un jeu simple, mais qui a suscité de nombreux sourires et éclats de rire.

Au-delà de la danse, cette rencontre a été un véritable moment de partage entre les générations. Chacun a pris plaisir à vivre cet instant de complicité, riche en émotions.

Une fois encore, cette animation intergénérationnelle a démontré que la musique est un formidable vecteur de lien social. Elle permet de rapprocher les générations, de partager des émotions et de créer de précieux souvenirs entre les résidents et les enfants. Un après-midi qui restera gravé dans les mémoires.

Nous remercions également la crèche pour son accueil lors de la venue des résidents. Ils ont eu le plaisir d'écouter la bibliothécaire raconter de jolis contes, un moment calme et chaleureux qui a prolongé ces beaux instants de partage entre petits et grands.

L'équipe de la vie sociale

PIERRE TABANOU - L'HAY LES ROSES



PIERRE TABANOU - L'HAY LES ROSES



PIERRE TABANOU - L'HAY LES ROSES



PIERRE TABANOU - L'HAY LES ROSES



PIERRE TABANOU - L'HAY LES ROSES



ABBAYE - ST MAUR

L'ATELIER CRÉATIF DES PETITES MAINS DU MARDI !

Un nouveau rendez-vous créatif fait son entrée dans le programme des activités : tous les mardis à 15 h, au Grand Restaurant, les résidents se retrouvent pour un moment convivial mêlant imagination, échanges et plaisir de créer ensemble.

Pour cette première séance, chacun a pu s'essayer à la réalisation d'une boîte à mouchoirs décorée en mosaïque. Couleurs, motifs et créativité étaient au rendez-vous !

L'équipe de la vie sociale



ABBAYE - ST MAUR



ABBAYE - ST MAUR



UNE BELLE SOIRÉE TRICOLORE MALGRÉ LA CHALEUR !

Il a fait chaud... très chaud même, en ce 14 juillet 2026 ! Pourtant, cela ne nous a pas empêchés de vivre une magnifique soirée de fête.

Lors du dernier Comité des fêtes, au mois de février, alors que les températures étaient bien plus fraîches, une idée a à nouveau germé : partager un cochon de lait à la broche, comme lors des grandes fêtes de village.

Et malgré cette chaleur écrasante, nous avons tenu notre promesse ! Les équipes se sont pleinement investies pour faire de ce projet une réalité.

Dès 13 heures, notre animateur est revenu spécialement de ses vacances... avant de repartir le soir même ! Une preuve de son engagement. L'après-midi, il s'est relayé avec le chef cuisinier auprès de la broche pour faire dorer et cuire le cochon de lait.

Enfin... je parle bien du cochon, même si eux aussi ont bien profité de la chaleur !

À l'intérieur, heureusement, la salle climatisée offrait un peu de fraîcheur. Les équipes avaient décoré la salle aux couleurs bleu, blanc, rouge, créant une ambiance festive et chaleureuse.

Durant le délicieux repas, nous avons eu le plaisir d'assister à un spectacle de cabaret purement français.

Puis la soirée s'est poursuivie devant le match de l'équipe de France sur grand écran. Au-delà de la Fête nationale, c'était aussi un grand rendez-vous sportif !

BORDS DE MARNE-BONNEUIL

Plus de 60 pronostics ont été lancés dans la résidence avant le coup d'envoi... et, après vérification, il n'y a finalement eu aucun gagnant ! Mais ce n'était pas bien grave.

Vers 23 h 30, chacun est remonté chez lui, le cœur un peu lourd après l'élimination de la France, mais rempli de bons souvenirs grâce à cette superbe soirée passée ensemble.

Un immense merci à toutes les personnes qui ont contribué à la réussite de cette journée :

Aux équipes de restauration, toujours présentes lorsqu'il faut relever un défi ;

A la cuisine, qui répond toujours avec enthousiasme à nos idées parfois un peu folles ;

Aux infirmiers, pour leur bonne humeur malgré les changements d'organisation ;

Aux aides-soignants, qui ont accepté de décaler leurs horaires afin que les résidents puissent profiter de la soirée jusqu'au bout ;

Aux ASH, qui ont attendu la fin du match avant de commencer leur travail ;

Aux équipes d'animation, qui ont tout mis en œuvre pour que cette fête voit le jour ;

Et à tous les résidents, aux autres services, aux familles et aux amis qui, chacun à leur manière, ont participé à cette belle réussite.

Car une fête comme celle-ci ne se construit jamais seule. Elle est le fruit de l'engagement, de la solidarité et de l'envie de faire plaisir.

Même si la France a perdu, nous avons, une fois encore, gagné une magnifique soirée, riche en partage et en convivialité.

L'équipe de la vie sociale

BORDS DE MARNE-BONNEUIL



BORDS DE MARNE-BONNEUIL



ABBAYE - PHV

J3 : VOYAGE AU CŒUR DE LA BAIE DE SOMME

Les résidents ont embarqué à bord du célèbre Chemin de fer de la Baie de Somme pour un trajet entre Le Crotoy et Saint-Valery-sur-Somme. Ce voyage a offert de magnifiques panoramas sur les marais, la faune locale et les vastes paysages de la baie de Somme. Un moment de détente apprécié par tous.

L'unité PHV de l'Abbaye



ABBAYE - PHV



ABBAYE - PHV



ABBAYE - PHV



ABBAYE - PHV



LA CRISTOLIENNE-ADJ

PETIT DÉJEUNER INTERGÉNÉRATIONNEL ET JEUX DE TABLES

Pour bien commencer la journée, nous avons organisé un délicieux « petit déjeuner gourmand ».

Au menu : viennoiseries, tartines briochées, beurre, confiture, café, chocolat et thé.

L'avantage, c'est que nous avons partagé ce bon moment avec nos bénéficiaires et la jeune génération, ce qui apporte toujours un plus aux échanges.

Lorsque les températures sont trop élevées à l'extérieur, nous restons dans notre salle climatisée et faisons des jeux de table. Cela permet d'échanger les uns avec les autres.

Encore de beaux moments vécus cette semaine !

Sylvie et Nadège, Équipe de l'accueil de jour de la Cristolienne

LA CRISTOLIENNE-ADJ



LA CRISTOLIENNE-ADJ



ABBAYE - ADJ

SORTIE À CHANTILLY

Un pique-nique et la visite du château de Chantilly ont comblé de joie les personnes, bien courageuses pour marcher et surtout très curieuses de découvrir ce joyau.

Isabelle, Équipe accueil de jour de l'Abbaye



ABBAYE - ADJ



ABBAYE - ADJ



ABBAYE - ADJ



LES ESPÈCES SAUVÉES DE L'EXTINCTION : QUAND LA NATURE REPREND VIE

Au fil du temps, de nombreuses espèces animales et végétales ont vu leurs populations diminuer fortement, parfois jusqu'à être menacées de disparition. On parle alors d'espèces "en danger" ou "en voie d'extinction".

Pourtant, certaines histoires montrent qu'il est possible d'inverser cette tendance. Grâce à des actions de protection, de conservation et de sensibilisation, plusieurs espèces ont vu leurs populations se stabiliser, voire augmenter à nouveau.

Ces réussites sont aujourd'hui considérées comme des exemples encourageants pour la préservation de la biodiversité.

Comprendre la notion d'extinction

Une espèce disparaît lorsque le dernier individu n'existe plus. Cela peut être dû à la destruction de son habitat, à la chasse, à la pollution ou encore aux changements climatiques.

Dans la nature, certaines extinctions sont naturelles et très lentes, mais l'activité humaine a accéléré ce phénomène au cours des derniers siècles.

Protéger les espèces en danger est donc devenu un enjeu majeur pour les scientifiques et les organismes de protection de la nature. Certaines espèces sont devenues des symboles de ces efforts de conservation :

- Le bison d'Europe a failli disparaître au début du XXe siècle. Grâce à des programmes d'élevage et de réintroduction, il est aujourd'hui de nouveau présent dans plusieurs forêts protégées.
- Le lynx boréal, présent en Europe, avait presque disparu de certaines régions. Des actions de protection de son habitat ont permis à certaines populations de se maintenir et de se développer lente-

RUBRIQUE ENVIRONNEMENT

ment.

- Le panda géant est également un exemple connu. Autrefois très menacé, il bénéficie aujourd'hui de vastes zones protégées en Chine, ce qui a permis d'améliorer sa situation.



Espèces protégées dans leur habitat naturel

Comment agit-on pour protéger la biodiversité ?

Les actions de protection peuvent prendre différentes formes :

- La création de parcs naturels et de réserves protégées,
- La surveillance des populations animales,
- La reproduction en captivité pour certaines espèces,
- La réintroduction progressive dans leur milieu naturel,
- La protection des habitats (forêts, zones humides, montagnes).

Ces actions demandent du temps, de la patience et une coopération entre de nombreux pays et organisations.

La nature et sa capacité d'adaptation

Même lorsqu'un milieu est fragilisé, la nature peut parfois se régénérer si elle est protégée suffisamment tôt.

Les espèces végétales et animales peuvent retrouver des équilibres, à condition que leur environnement reste préservé et que les pressions humaines diminuent.

Ces évolutions montrent que la biodiversité n'est pas figée et qu'elle peut évoluer positivement lorsque des mesures adaptées sont mises en place.

RUBRIQUE ENVIRONNEMENT

Pourquoi c'est important pour nous

La biodiversité joue un rôle essentiel dans le fonctionnement des écosystèmes : elle participe à l'équilibre des milieux naturels, à la qualité de l'air et de l'eau, ainsi qu'au maintien des paysages. Les exemples d'espèces sauvées rappellent que les actions humaines peuvent avoir un impact positif sur la nature lorsqu'elles sont menées sur le long terme.

Le saviez-vous ?

- Le bison d'Europe a été réintroduit après avoir presque totalement disparu à l'état sauvage.
- Certaines espèces de tortues marines sont protégées sur de nombreux littoraux dans le monde.
- Le panda géant est aujourd'hui considéré comme moins menacé qu'il ne l'était il y a quelques décennies grâce aux efforts de conservation.

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)



ABBAYE - INFO



PRESSING DE L'ABBAYE

Vous avez du linge à marquer à l'aide d'étiquettes thermocollantes ?

Déposez le dans le banc prévu à cet effet à l'entrée du pressing. Le linge doit être déposé dans un sac en indiquant le nom du Résident concerné.



Pour des raisons de places de stockage, merci de ne pas le déposer dans une valise ou un trop gros volume de linge.

DISPONIBLE EN SEMAINE ET LE WEEK-END

La clef du cadenas est à récupérer à l'Accueil de la Résidence.

Dès la fin de l'utilisation, la clef doit être restituée à l'Accueil.

Horaires de l'Accueil :

Lundi - Vendredi 9h00-13h00 et 14h00-17h30

Samedi 10h00-13h et 13h30-15h30

Dimanche 11h00-13h et 13h30-15h30

ACTUALITÉS

Chimpanzés, orques, corbeaux... Au sein d'une même espèce, certains animaux développent leur propre culture

Loin d'être uniformes, les groupes sociaux d'une même espèce animale peuvent développer des comportements indépendants de la génétique et de leur environnement qu'on ne retrouvera que chez eux.

C'est par exemple le cas chez les chimpanzés en Ouganda, les orques au large de l'Argentine ou les corbeaux de Nouvelle-Calédonie, qui ont tous développé des techniques de chasse différentes de leurs congénères.

La notion de culture animale, aujourd'hui acceptée par les spécialistes, remonte à plusieurs décennies et est aujourd'hui acceptée par la communauté scientifique.

Les premières descriptions de culture chez les animaux remontent aux années 1950, chez des macaques au nord du Japon. Dans les années 1960, ce sont ensuite les travaux de Jane Goodall, célèbre éthologue, qui ont révélé que les animaux utilisaient des outils, qui ont ouvert la voie aux travaux sur le sujet. En 1999, un papier scientifique pionnier est publié : des chercheurs y « ont répertorié une gamme d'utilisation d'outils ou de comportements sans outils, donc de culture immatérielle, qui variaient en fonction des sites d'études au sein d'une même espèce », explique Sabrina Krief, professeure au Muséum national d'histoire naturelle, directrice du Sebitoli Chimpanzee Project.

L'usage des outils chez les chimpanzés

Ces comportements spécifiques à un groupe d'individus sont surtout observés chez les animaux « qui ont une intelligence supérieure », pointe Damien Jayat, auteur de *Les animaux ont-ils une culture ?* (éditions Edp Sciences, 2010). Il s'agit notamment de primates, de cétacés ou de certains oiseaux. C'est d'ailleurs le comportement des chimpanzés

Source : 20 minutes

que Sabrina Krief étudie depuis 2008 dans le parc national de Kibale, en Ouganda.

Des groupes de chimpanzés peuvent développer leur propre façon de fouiller le sol ou chasser le miel.

Dans un article publié en mai, son équipe et elle racontent avoir découvert que les chimpanzés du nord du parc, à Sebitoli, « utilisaient des baguettes pour fouiller le sol, chercher du miel et extraire des produits d'abeilles », ce que ne font pas d'autres communautés de chimpanzés du parc. La zone étudiée étant relativement petite, les différentes communautés du parc « ont quasiment les mêmes gènes et évoluent dans le même environnement », précise la chercheuse. Il y a donc « peu de chances pour qu'il y ait une variation environnementale assez forte pour expliquer ces différences ».

Ce ne sont pas les seules différences culturelles que les primatologues ont relevées chez les chimpanzés : pour la séduction, par exemple, « certaines communautés tapent du talon, d'autres cognent contre un tronc avec leurs doigts, certains miment l'accouplement sexuel »... Autant de variants culturels qui remplissent une même fonction et recherchent le même résultat.

Des techniques de chasse très culturelles

Chez les cétacés, les orques illustrent particulièrement bien ce concept : elles n'utilisent pas toutes les mêmes techniques de chasse. « Au large de l'Argentine, il existe un groupe où les femelles chassent les lions de mer en s'échouant exprès sur le sable pour les attraper avant de se remettre à l'eau avec des mouvements du corps », décrit Damien Jayat. Une technique « hyperdangereuse parce qu'elles peuvent mourir si elles restent échouées » qu'elles apprennent et

Source : 20 minutes

transmettent à leurs petits, et « qu'on n'observe que chez ce groupe d'animaux et pas chez les autres orques ».

Sur le même principe, le corbeau calédonien, endémique dans l'archipel, découpe des tiges dans des grandes feuilles avec lesquelles ils peuvent aller chasser les insectes. Mais « ils ne vont pas découper les tiges avec la même forme en fonction des populations », rapporte Damien Jayat, preuve, là encore, d'un comportement culturel chez ces animaux.

L'idée d'une culture animale a fait son chemin

Ce constat d'une culture animale a pu surprendre, « surtout au vu de la tradition, notamment chrétienne et catholique, dans laquelle l'homme est forcément très différent des animaux », relève Damien Jayat. La culture a donc été longtemps considérée comme le propre de l'homme, l'élément qui le différenciait. Chez les spécialistes du comportement animal, il n'y avait, en revanche, « pas de raison que cette notion de culture soit réservée à l'homme », et ce terme « est accepté dans la communauté ».

« On a souvent eu l'impression qu'en mettant une espèce dans un environnement, elle allait se comporter un peu partout pareil », confirme Sabrina Krief. Mais on s'est finalement rendu compte « qu'un même environnement ne produit pas les mêmes effets et que les animaux ne sont pas des machines qui ne répondent qu'à des hormones ou à des stimulations sensorielles », poursuit la professeure. Les individus d'une même espèce peuvent ainsi apprendre des choses différentes, ne pas comprendre les mêmes choses et ne pas avoir envie de faire les mêmes choses. On a définitivement bien plus en commun avec les animaux qu'on ne le pense.

Source : 20 minutes

SUDOKU

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

PLANNING ABBAYE

Samedi 25 juillet

11h00 Marché de l'Abbaye - Point info

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

16h00 Grand Jeu « Brainstorm » - 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 26 juillet

15h30 Grand Jeu « Karaoké » - Grand Restaurant

3ème Bellay

11h00 Diffusion de la messe

15h00 Préparation du Goûter du dimanche

4ème Bellay

10h30 Retransmission de la messe

11h30 Vie quotidienne

16h00 Goûter du dimanche

16h30 Espace Sensoriel - 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 27 juillet

15h00 Vidéo « La cour des miracles » - Théâtre

17h00 Chorale de l'Abbaye - Salle bien-être

17h00 Bingo - Espace bar

3ème Bellay

11h00 En route pour le pressing

15H00 Club Vidéo - Théâtre

17h00 Jeu Interactif « mots croisés »

PLANNING ABBAYE

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

14h00 Sortie Bowling ou Cinéma

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

Mardi 28 juillet

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 » avec Iphana

15H30 Heure musicale - Théâtre

17H00 Jeu interactif

4ème Bellay

10H30 Danse

11h30 Vie quotidienne

15h00 Atelier pâtisserie

16h30 Poésies et Fables

17h00 Lecture / Temps de parole

Unité PHV

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 29 juillet

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

10h30 Promenade sur inscription - Atrium

14h00 Sortie au Jardin du Luxembourg - Accueil

15h00 Club Bridge - Petit restaurant

15h00 Pétanque - En intérieur ou extérieur

16h45 Loto - Espace bar

17h00 Club mémoire - Café littéraire.

PLANNING ABBAYE

3ème Bellay

11h00 En route pour le pressing

15h00 « Mise en voix »

17h00 Petit loto

4ème Bellay

10h30 Manucure

10h30 atelier de Musicothérapie avec Jeanne

11h30 Vie quotidienne

14h30 Préparation de salade de fruits

16h00 Mise en voix

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 30 juillet

14h30 Tir à l'arc - Salle Castel

16h00 Après-midi gourmand en compagnie de Pierre Guerin - Grand restaurant

3ème Bellay

11h00 En route pour le pressing

15h00 Après-midi gourmand

17h00 Jeux de mots et de questions

4ème Bellay

11h30 Vie quotidienne

15h00 Après-midi gourmand - 3ème Bellay

16h00 Goûter Gourmand

17h00 Lecture / Temps de parole

Unité PHV

10h30 Atelier travaux manuels - Rotonde du 3ème Castel

14h00 temps libre, temps individuel

14h00 Départ courses Table d'hôtes + pique-nique résidents

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

Vendredi 31 juillet

10h15 Atelier Informatique - Salon du Parc

11h30 Barbecue sur inscription - Terrasse

14h30 Exercices corporels - Salle bien-être

15h00 Groupe belote - Petit Restaurant

16h45 Revue de presse - Espace Bar

17h00 Club mémoire - Café littéraire

PLANNING ABBAYE

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 Préparation Table d'hôte - 3ème étage

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 25 Juillet

11h00 Réveil musculaire à la - Salle du parc
14h30 Diffusion Documentaire - Salle du parc
17h00 Jeux de questions - Cafétéria

Dimanche 26 Juillet

11h00 Revue de presse - Salle du parc
15h00 Jeux en bois à - Cafétéria
17h00 Grand loto - Cafétéria
Animation 3ème étage
11h00 Jeux cognitifs
15h00 Activités a la carte
17h00 Accompagnement aux jeux - Cafétéria

Lundi 27 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 Jean Patrick Talmond - Cafétéria
Animation 3ème étage
10h15 Entraînement de Boxe
11h00 Jeux cognitif
15h30 Heures savoureuses/ accordéon avec le multi accueil
Activités club
11h30 Pique-nique

Mardi 28 Juillet

11h00 Écoute musical - Salle du parc
14h45 Tir à l'arc - Salle du parc
15h00 Club culture - Cafétéria
17h15 Bingo - Cafétéria
Animation 3ème étage
10h45 Atelier beauté
15h00 Activité à la carte
17h00 Accompagnement aux jeux - Cafétéria

Mercredi 29 Juillet

10h30 Bonjour chez vous
14h00 Balade entre nous
15h00 Jeux de table - Cafétéria
17h00 Jeux de questions - Cafétéria

PLANNING BDM

Animation 3ème étage

11h00 jeux cognitifs

15h00 activité à la carte

17h00 Accompagnement aux jeux - Cafétéria

Jeudi 30 Juillet

10h30 Bonjour chez vous

11h00 Revue de presse à - Salle du parc

11h30 L'épicerie fine

15h00 L'art et la manière : Le château de Chenonceau - Cafétéria

17h00 Loto - Cafétéria

Animation 3ème étage

15h00 Activité à la carte

17h00 Accompagnement aux jeux - Cafétéria

Activités club

15h00 Atelier lecture

17h00 Accompagnement aux jeux - Cafétéria

Vendredi 31 Juillet

11h00 Documentaire «L'Équateur, au sommet de la biodiversité» - Salle du parc

15h15 Pétanque - Cafétéria

17h00 La grande roue - Cafétéria

Activités club

10h45 Séance Snoezelen

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 25 Juillet

10h30 : Vie de quartier - Étages

15h30 : Quizz « Spécial vacances » Salle de restaurant

17h00 : Jeux de société - Étages et espace bar

3ème étage

11h00 : Moment de la vie quotidienne

15h30 : Quizz « spécial vacances » - RDC

Dimanche 26 Juillet

10h30 : Messe sur France 2 Tv

15h30 : Après-midi gourmand « Glaces »

16h10 : Arrivée du Tour de France aux champs Elysées - Salle d'activités

3ème étage :

11h00 : Messe et apéritif

15h30 : Arrivée du tour de France et « Glaces » - RDC

Lundi 27 Juillet

10h30 : Vie de quartier - Étages

15h30 : Visio-conférence « TRAVEL ME » - Salle d'activités

17h00 : Jeux de société - Terrasse et espace bar

3ème étage :

11h00 : Gym douce

15h30 : Ciné-club « Beautés de la France »

Mardi 28 Juillet

10h30 : Boutique et Point Guichet

15h30 : Atelier gym douce - Salle d'activités

17h00 : Jeux de société - Espace bar ou Terrasse

3ème étage :

11h00 : Boutique et Point Guichet

15h30 : Jeu d'adresse

Mercredi 29 Juillet

13h30 : Sortie à l'aquarium du Val d'Europe ou aux Bateaux-Mouches parisiens

10h30 : Vie de quartier - Étages

15h30 : Thé dansant avec J. P. Talmond - Restaurant

17h00 : Jeux de société - Espace bar ou terrasse

3ème étage :

11h00 : Vie quotidienne

15h30 : Thé dansant avec J. P. Talmond - RDC

PLANNING CITÉ VERTE

Jeudi 30 juillet

10h30 : Gym/yoga

15h30 : Sophrologie - Salle d'activités

17h00 : Jeux de sociétés - Terrasse et espace bar

3ème étage :

11h00 : Atelier culinaire

15h30 : Dégustation de jus de fruits

Vendredi 31 Juillet

10h30 : Vie de quartier - Étages

15h30 : Karaoké - Salle d'activités

17h00 : Rédaction d'article - Espace Bar

3ème étage :

11h00 : Jardinage

17h00 : Karaoké » - RDC

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

L'équipe de la vie sociale

PLANNING CRISTOLIENNE

Samedi 25 Juillet

11h30 Tour de France « 20ème étape : Le Bourg d'Oisans » - Salon du Patio

12h00 Barbecue - Tour de France - Salon du Patio

13h00 Tour de France « 20ème étape : Alpe d'Huez » - Salon du Patio

17h00 Le Quiz - Restaurant

Activités du 1er étage

11h00 Balades en fonction de la météo

15h00 Atelier Manuel avec Jennifer Salle Artistique

Dimanche 26 Juillet

11h00 Séance Vélo - Salon du Patio

15h00 Tour de France « 21ème étape : Thoiry à Paris » - Salon du Patio

17h00 Grand Loto - Restaurant

Activités du 1er étage

11h00 Émission Religieuse - Salle TV

14h30 Jeux de Table - Rotonde

15h00 Karaoké Party avec Zaza - Rotonde

Lundi 27 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 Un Jour, une Lettre - Salle TV

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

Mardi 28 Juillet

11h00 Atelier Manuel - Salon du Patio

15h00 Jeux de Société Restaurant

16h30 Voyage Culturel Restaurant « Sanctuaires de Lourdes »

Activités du PASA

10h30 Musicothérapie

14h30 Atelier Peinture

Activités du 1er étage

11h00 Gym Douce - Salle TV

16h30 La Musique de Cathy - Rotonde

PLANNING CRISTOLIENNE

Mercredi 29 Juillet

11h00 Boxe & Réflexes - Salon du Patio

15h00 Pétanque - Terrasse du PASA

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

Jeudi 30 Juillet

11h00 Atelier Écriture - Bibliothèque

15h00 Ping Pong - Salon du Patio

17h00 Loto - Restaurant

Activités du PASA

10h30 Atelier Cuisine et Discussions

14h30 Atelier Tricot et Loisirs Créatifs

Activités du 1er étage

11h15 Jeux d'Adresse avec Cynthia - Salon de Thé

15h00 Jeux de Lettres - Rotonde

17h15 Jeu de Questions - Rotonde

Vendredi 31 Juillet

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

11h00 Doc « Addictions Animales » - Salle PASA

16h00 Moment Gourmand - Restaurant

16h30 Ambiance Musicale avec Pierre 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 TABANOU

Samedi 25 Juillet

11h00 Délices sucrées - Place Vendôme

15h00 Accordéon - Place Vendôme

Dimanche 26 Juillet

11h00 Émission religieuse - Place Vendôme

10h30 Sortie marché - Place Vendôme

15h00 Loto - Place Vendôme

Lundi 27 Juillet

11h00 - Pause café - Avenue des délices

15h00 - Chantons ensembles - Place Vendôme

16h00 - Heures savoureuses - Place Vendôme

Mardi 28 Juillet

11h00 Gym douce - Place Vendôme

15h00 Atelier manuel - Place Vendôme

Mercredi 29 Juillet

11h00 Atelier écriture - Place Vendôme

15h00 Mots croisés - Place Vendôme

Jeudi 30 Juillet

11h00 Chiffre et des lettres - Place Vendôme

15h30 Boxe - Place Vendôme

Vendredi 31 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

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

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