

ça bouge !

7
Août
2026

ça bouge !

N°1777

MUSIQUE ET ACCORDÉON À LA RÉSIDENCE PIERRE TABANOU



Bonjour à toutes et à tous,

Moment de partage à la résidence Pierre Tabanou, où des résidents ont assisté à un concert d'accordéon.

À la résidence de l'Abbaye, le 14 juillet a été célébré comme il se doit, entre barbecue, spectacle et Coupe du monde.

Les bénéficiaires de l'accueil de jour de l'Abbaye ont visité l'arboretum de Vincennes.

L'unité PHV continue son séjour voyage par un passage à Nausicaa.

Des résidents des Bords-de-Marne ont pique-niqué au parc Dupeyroux.

Profitant d'une journée ensoleillée, des résidents de la Cité Verte sont partis se promener au Parc Omnisports.

Des résidents de La Cristolienne ont participé à un atelier d'écriture sur le thème de l'acrostiche.

Bonne semaine à tous,

Robin VERRIER
Chargé de communication

Ça Bouge n°1777

08/08 > 14/08/2026

L'ACTU DES RÉSIDENCES

- CONCERT D'ACCORDÉON À LA RÉSIDENCE PIERRE TABANOU
- LA RÉSIDENCE DE L'ABBAYE CÉLÈBRE LE 14 JUILLET
- SORTIE AU PARC DUPEYROUX POUR DES RÉSIDENTS DE LA RÉSIDENCE DES BORDS DE MARNE
- BALADE AU PARC OMNISPORT POUR DES RÉSIDENTS DE LA CITÉ VERTE
- ATELIER ÉCRITURE POUR DES RÉSIDENTS DE LA CRISTOLIENNE
- VISITE DE L'AQUARIUM NAUSICAA POUR L'UNITÉ PHV
- VISITE À L'ARBORETUM DE VINCENNES POUR LES BÉNÉFICIAIRES DE L'ACCUEIL DE JOUR DE L'ABBAYE

ACTUALITÉS

- ANGEAC-CHARENTE : AVEC SES MILLIERS DE FOSSILES DE DINOSAURES, CE « SITE DE MALADE » EST DEvenu UNE RÉFÉRENCE MONDIALE
- JEUX : MOTS-FLÉCHÉS
- PLANNING ACTIVITÉS

Un après-midi au rythme de l'accordéon

Les premières notes de l'accordéon ont rapidement résonné dans la résidence, apportant avec elles une ambiance chaleureuse et conviviale. C'est avec enthousiasme que Denis, accordéoniste amateur, est venu partager sa passion de la musique avec les résidents, le temps d'un après-midi placé sous le signe de la bonne humeur.

Très vite, chacun s'est laissé entraîner par les mélodies de grands classiques de la chanson française. Les Champs-Élysées, La Foule, À Joinville-le-Pont... Autant de chansons qui ont fait renaître de nombreux souvenirs. Les voix se sont mêlées à celle de l'accordéon, les sourires se sont dessinés sur les visages et quelques mains ont même battu la mesure.

Mais cette rencontre ne s'est pas limitée à la musique. Entre deux morceaux, des résidents ont profité de l'occasion pour échanger avec le musicien. Les questions se sont enchaînées avec curiosité : « À quel âge avez-vous appris à jouer de l'accordéon ? », « Pourquoi avoir choisi cet instrument ? », « Depuis combien de temps en jouez-vous ? »... Avec simplicité et passion, l'accordéoniste a partagé son parcours, ses souvenirs et son amour de cet instrument qui continue de faire vibrer les cœurs.

Cet après-midi a été un véritable moment de partage, de convivialité et d'émotion. Pendant quelques heures, la musique a réveillé les mémoires et rappelé combien quelques notes peuvent suffire à faire naître des sourires et à créer de précieux instants de bonheur.

Un grand merci à Denis, notre accordéoniste amateur, pour sa générosité et sa bonne humeur. Nul doute que cette belle parenthèse musicale restera longtemps dans les mémoires des résidents.

Équipe de la vie sociale

PIERRE TABANOU - L'HAY LES ROSES



ABBAYE - ST MAUR

BARBECUE ET SPECTACLE À L'OCCASION DU 14 JUILLET

Cette année, la Fête nationale a été célébrée comme il se doit, entre guinguette et Coupe du monde !

Au menu : barbecue et ambiance festive avec le show des danseuses et des musiciens du groupe Street Side. Après la fête, place au match pour assister à la rencontre France-Espagne !

Équipe de la vie sociale



ABBAYE - ST MAUR



ABBAYE - ST MAUR



ABBAYE - ST MAUR



UNE BELLE JOURNÉE DE DÉTENTE AU PARC DUPEYROUX

Profitant d'une belle journée ensoleillée, nous avons organisé un pique-nique au parc Dupeyroux.

Installés au cœur du parc, nous avons savouré un agréable moment à l'ombre des arbres, dans un cadre verdoyant et apaisant. Chacun a pu se détendre, profiter de la douceur du temps et apprécier la nature environnante.

Cette sortie a été l'occasion de partager un moment convivial, dans la bonne humeur et la sérénité. Après cette parenthèse de détente, nous sommes rentrés à la résidence avec de beaux souvenirs de cette agréable journée en plein air.

Équipe de la vie sociale

BORDS DE MARNE-BONNEUIL



BORDS DE MARNE-BONNEUIL



CITÉ VERTE - SUCY

Balade au Parc Omnisports

Le Parc Omnisports est l'endroit idéal pour une balade. On aime flâner dans les allées qui entourent l'aire de jeux des plus petits, où règnent la vie, les rires et la bonne humeur.

On s'assoit quelques instants pour admirer la nature et observer les oies, toujours aussi accueillantes. Puis, on se retrouve au kiosque pour déguster une glace ou, pour les amateurs, un chocolat chaud.

On prend le temps de se poser, de discuter et de profiter de ce moment de détente. Cette petite sortie, tout près de notre résidence, fait vraiment du bien et apporte une agréable parenthèse de sérénité au quotidien.

Nadia, équipe de la vie sociale



CITÉ VERTE - SUCY



CITÉ VERTE - SUCY



ACROSTICHES ENTRE RETRAITE ET AMITIÉ

En atelier d'écriture à La Cristolienne, les résidents s'exercent à différents styles de rédaction ! Ce jeudi, c'était une matinée dédiée aux acrostiches. Il s'agit de poèmes dont les initiales de chaque vers, lues verticalement, composent un mot-clé.

Réjouissons-nous, elle est arrivée.
Enfin, la retraite tant attendue !
Travail, contraintes, on n'en veut plus.
Repos bien mérité, vive la liberté !
À nous le choix des activités.
Il faut que nous profitons de chaque instant.
Tant qu'on a la santé.
Et notre cœur d'enfant.

Amitié rime avec nécessité.
Même vie, mêmes expériences aussi.
Inévitablement, nous serons réunis.
Toujours des plaisanteries, mais pas de méchanceté.
Il y a bien des valeurs nécessaires à l'amitié.
Et que peut-on penser de la fidélité ?

Esteban NADREAU

LA CRISTOLIENNE-CRÉTEIL



LA CRISTOLIENNE-CRÉTEIL



LA CRISTOLIENNE-CRÉTEIL



LA CRISTOLIENNE-CRÉTEIL



ABBAYE - PHV

J5 : DÉTENTE ET ÉMERVEILLEMENT À NAUSICAÁ, LE GRAND AQUARIUM DE BOULOGNE-SUR-MER

Pour cette dernière journée, certains résidents ont profité d'un moment de détente à la piscine et au jacuzzi, tandis que d'autres ont préféré se reposer.

L'après-midi, ils ont visité Nausicaá, le grand aquarium de Boulogne-sur-Mer. Les nombreux aquariums et bassins ont émerveillé les participants, qui ont particulièrement apprécié l'observation des requins, des raies et des poissons tropicaux.

L'unité PHV



ABBAYE - PHV



ABBAYE - PHV



ABBAYE - PHV



ABBAYE - PHV



ABBAYE - ADJ

SORTIE À L'ARBORETUM

Nos bénéficiaires ont fait preuve de courage et de persévérance en marchant sur des chemins parfois irréguliers, en pleine nature !

Cependant, tous étaient émerveillés par les multiples conifères venus du Colorado, du Caucase, du Chili, de l'Himalaya et de bien d'autres régions...

Ils ont également été ravis de se promener sous les cèdres pleureurs et d'admirer le pin des bouddhistes !

Genoveva Cortés, Isabelle Soignet, Prescillia De Sousa, équipe accueil de jour de l'Abbaye



ABBAYE - ADJ



ABBAYE - ADJ



ABBAYE - ADJ



ABBAYE - ADJ



ABBAYE - ADJ



ABBAYE - ADJ



RÉCAPITULATIF DU MOIS

Au fil de ce mois, nous avons découvert plusieurs sujets liés à la nature, à la biodiversité et aux innovations qui participent à la préservation de notre environnement. À travers ces différents thèmes, nous avons pu observer comment les activités humaines, les écosystèmes et les nouvelles idées sont étroitement liés.

L'agriculture, au cœur de nos territoires

Nous avons commencé par nous intéresser à l'agriculture française et à son rôle dans notre quotidien.

Présente dans toutes les régions, elle façonne les paysages, rythme les saisons et contribue à l'alimentation de la population. Nous avons également découvert l'importance des productions locales et des savoir-faire transmis au fil des générations.

Les feux de forêt, un défi pour les espaces naturels

Nous avons ensuite exploré le phénomène des feux de forêt. Favorisés par la chaleur, la sécheresse et le vent, ces incendies peuvent avoir des conséquences importantes sur les paysages et la biodiversité. Nous avons également vu que certaines plantes possèdent des capacités d'adaptation surprenantes et que de nombreux professionnels œuvrent chaque année pour protéger les espaces naturels.

Des espèces qui retrouvent leur place dans la nature

Notre troisième article était consacré aux espèces sauvées de l'extinction.

Grâce à des programmes de protection et à la préservation de certains habitats, plusieurs animaux ont pu voir leurs populations augmenter à nouveau. Ces exemples montrent que les actions de conservation peuvent produire des résultats positifs lorsqu'elles

s'inscrivent dans la durée.

Quand l'innovation donne une seconde vie aux déchets

Enfin, nous avons découvert comment certaines innovations permettent de transformer des déchets en nouvelles ressources.

L'exemple des chewing-gums recyclés en jouets de plage illustre le développement de l'économie circulaire, une démarche qui vise à réutiliser les matériaux plutôt qu'à les jeter. Ces initiatives témoignent de la créativité de celles et ceux qui imaginent des solutions pour répondre aux défis environnementaux actuels.

Ce qu'il faut retenir

Au fil de ces différents sujets, une même idée se dessine : la nature et les activités humaines sont étroitement liées.

L'agriculture nourrit les populations, les forêts abritent une riche biodiversité, certaines espèces peuvent être protégées avec succès et les innovations ouvrent de nouvelles perspectives pour mieux utiliser les ressources disponibles.

Conclusion

Comprendre le monde qui nous entoure permet souvent de porter un regard différent sur notre environnement. Derrière chaque paysage, chaque espèce ou chaque innovation se cachent des histoires, des savoir-faire et des initiatives qui participent à construire l'avenir. À travers ces découvertes, nous pouvons constater que la préservation de la nature et le développement de nouvelles solutions avancent souvent main dans la main.

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

CITÉ VERTE - INFO



ACTUALITÉS

Angeac-Charente : Avec ses milliers de fossiles de dinosaures, ce « site de malade » est devenu une référence mondiale

Les mains plongées dans l'argile, dans le secteur où les tout premiers restes d'un camarasaur ont été trouvés en 2024, Jean Goedert, 35 ans, alerte le responsable scientifique du site, le paléontologue du Muséum national d'Histoire naturelle Ronan Allain. Il pense qu'il s'agit du crâne de ce dinosaure herbivore de plus de 20 tonnes et 20 mètres de long qui a vécu là au crétacé, il y a 140 millions d'années.

Des restes de turiasaure au même endroit

« Nous sommes tombés sur cet os ce matin, nous raconte Jean Goedert, lui-même chercheur en paléontologie, en cette journée caniculaire de juillet. Il nous a fallu le temps de bien le détacher pour comprendre qu'il s'agit d'un os complet, qui n'est pas cassé. » Le détail est important, car au même endroit a été découvert les restes fossilisés d'un autre sauropode, un turiasaure. « La question se pose, à chaque fois que l'on trouve un os dans cette zone, de savoir auquel des deux il appartient », explique en souriant Ronan Allain.

« L'étape suivante sera de l'extraire, ajoute Jean Goedert. Pour cela, tout un travail de préparation est nécessaire : on va nettoyer l'argile, sécher le fossile et le consolider jusqu'à ce qu'il soit manipulable, car lorsqu'on lui retire sa gangue d'argile, on le rend plus fragile. » Bien souvent, une enveloppe de plâtre est réalisée autour des fossiles avant de les dégager.

« Angeac vient combler un vide scientifique »

La découverte des premiers restes de ce camarasaur, il y a deux ans, était « complètement inattendue », s'étonne encore Ronan Allain. « Le camarasaur est un animal qui a vécu au jurassique [de - 201 à - 145 millions d'années], mais que l'on ne connaissait pas au crétacé [de - 145 à - 66 millions d'années], relève le paléontologue. Cette découverte fait évoluer notre compréhension globale sur les dinosaures ».

« Angeac est le seul site au monde, sur cette période charnière du

Source : 20 minutes

ACTUALITÉS

début du crétacé, sur laquelle il subiste de grandes interrogations de la part de la communauté scientifique, complète Laurent Crépin, conservateur au musée d'Angoulême. S'il est admis qu'il y a eu un changement de faune entre la fin du jurassique et le début du crétacé, ce que l'on a trouvé jusqu'à présent à Angeac montre que beaucoup d'espèces sont similaires à celles de la fin du jurassique. La crise biologique survenue lors de cette période n'a donc peut-être pas été si importante que cela, du moins mérit-elle peut-être d'être atténuée... Angeac est le premier site au monde à combler un vide scientifique sur cette fenêtre. »

« Près de 60 os par mètre cube »

Depuis 2010 qu'il est exploité, Angeac-Charente s'est révélé comme l'un des sites de fouilles paléontologiques les plus prolifiques au monde, en tout cas pour cette période du début du crétacé, avec plus de... 16.000 fossiles mis au jour. « On a près de 60 os par mètre cube d'argile fouillé, qui vont de la petite dent d'un millimètre à des fémurs de plus de deux mètres de long, s'extasie Ronan Allain. Et il y a une très grande diversité avec plus de 40 animaux différents, plus de 600 empreintes de pas, des végétaux... On a rarement tous ces types de fossiles au même endroit. C'est un site de malade. »

« Outre nos grands dinosaures herbivores, nous en avons d'autres qui vont de la taille d'un poulet à celle d'un éléphant, que ce soit des stégosaures, ou des types de dinosaures à bec de canard, ajoute Laurent Crépin. Toute la diversité des dinosaures connus à cette époque-là est présente à Angeac. Nous avons aussi toute une gamme d'animaux plus petits : oiseaux, batraciens, reptiles, crocodiles, tortues, poissons... »

Les tout premiers fossiles ont été trouvés en 2008 par les propriétaires qui exploitent ici une carrière de sable. « Cette année-là, ils ont creusé un peu plus bas que d'habitude et sont tombés dans les argiles d'où ils ont remonté deux vertèbres, qui se sont avérées être des vertèbres de turiasaure », explique Laurent Crépin.

Source : 20 minutes

ACTUALITÉS

En 2010, un fémur de 2,40 mètres était extrait. Les scientifiques ont alors été appelés à la rescousse. « Depuis, une campagne de fouilles se tient chaque année, ce qui nous a permis d'explorer quelque 1.200 m² de surface. »

L'ornithomimosaure, la « mascotte » du site

C'est la couche d'argile dans lesquels ils se trouvent qui a permis une conservation remarquable des fossiles. Grâce à leur étude, les scientifiques ont même pu reconstituer l'environnement du lieu il y a 140 millions d'années, qui ressemblait alors à un marais entouré de conifères. « Il y avait des saisons très sèches avec des incendies, puis des saisons humides où le niveau des marécages devenait très haut, détaille Laurent Crépin. Entre les deux, il y avait des moments où certains animaux, notamment les sauropodes, passaient, et certains se faisaient piéger, s'embourbaient. »

Parmi tous ces animaux, les scientifiques ont découvert de nombreux restes d'ornithomimosaure, ou « dinosaure-autruche », devenue la mascotte d'Angéac-Charente. « C'est l'espèce la plus commune parmi tous les dinosaures trouvés à Angéac, avec plus de 4.000 restes et 75 individus comptabilisés », détaille Laurent Crépin.

« Encore là pour une vingtaine d'années »

La question sur toutes les lèvres désormais est de savoir quand s'arrêtera cette aventure ? « Quand on a démarré les fouilles, j'ai dit que nous en aurions pour quinze à vingt ans, ce qui a amusé tout le monde à l'époque, se remémore Ronan Allain. Cela fait dix-sept ans qu'on est là, et je pense qu'on en a encore pour une vingtaine d'années. » C'est le temps qu'il reste au paléontologue pour mettre la main sur un animal qu'il n'a pas encore découvert : un dinosaure carnivore. « Nous avons trouvé plusieurs dents de carnivores, que ces animaux perdaient continuellement tout au long de leur vie, mais pas encore de restes osseux. »

Source : 20 minutes

ACTUALITÉS

La fenêtre est toutefois réduite : pour des raisons de logistique, la campagne de fouilles ne dure chaque année que trois semaines en juillet. Un laps de temps contraint pour permettre au musée d'Angoulême d'absorber tout le « matériel » extrait du site de fouilles. « Environ un millier de fossiles sont sortis chaque année, il nous faut donc le temps de les traiter durant l'année scolaire par notre réseau de bénévoles », souligne la directrice du musée, Emilie Salaberry.

Autour du préparateur de fossiles Dominique Augier, un dentiste, un médecin, ou encore un professeur à la retraite viennent chaque semaine aider à « trier, dégager les fossiles de leur gangue de plâtre, les nettoyer ou faire les moulages », détaille la directrice. Il faut ensuite « remonter les puzzles ». Une étape cruciale avant que les scientifiques ne fassent parler ces restes vieux de 140 millions d'années.

Source : 20 minutes

MOTS-FLÉCHÉS

MANTEAU LARGE IL S'ATTIRE LES FOUDRES		CAJOLÉES TIR NOURRI		ERRANT PLUS SYMPA QUE VOUS		FERME CRÊPE FOURRÉE ASIATIQUE		TRAVAILLER POUR LE DÉCOR ENTRAVE		DEPUIS FLEURS ODORANTES	
RELATIVES AUX MARAIS CHALLENGE											
				AUX TEINTES DORÉES							VILLE DE L'INDE
CACHÉ	FUTURE BÊTE DE SOMME DISPA- RAÎTRE (S')					SINGULIERS DANS UN PASSÉ RÉCENT					
				LANGUE PARLÉE EN ASIE POINT LE PLUS ÉLEVÉ				OUI, À MOSCOU ESPIONNE			
VENUES À LA VIE CONTRA- VENTION					PAS RÉGULIER MONTRE SA JOIE						
		HÉROS DE STENDHAL PROGRESSE DANS L'EAU						UTILISÉ PLANTE CHÉRIE DU DRUIDE			
PRONOM INDÉFINI SYMBOLE OLYMPIQUE			ILLUSION GARS							DÉSHY- DRATÉ	
						DESSEINS ANNÉE- LUMIÈRE EN ABRÉGÉ					VILLE NORMANDE
MER GRECQUE CAPABLE DE SE DRESSER					FORCÉE À GARDER LE LIT						
								BOUCLIER			

PLANNING ABBAYE

Samedi 8 août

11h00 Marché de l'Abbaye - Point info

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

16h00 Grand jeu de quiz musical - 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

8h30 Bonjour chez vous

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 9 août

15h30 Grand loto - 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

14h30 Réunion des résidents

20h00 Raconte-moi une histoire autour d'une tisane - Rotonde

Lundi 10 août

10h00 Jeu de marche et équilibre groupe 1 - Salle Bien-être

11h00 Jeu de marche et équilibre groupe 2 - Salle Bien-être

11h30 Barbecue sur inscription - Terrasse

14h00 Sortie faites vos courses - Accueil

15h00 Vidéo « Notre Dame » - Théâtre

PLANNING ABBAYE

17h00 Bingo - Esp bar

3ème Bellay

11h00 En route pour le pressing

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

8h30 Bonjour chez vous

10h45 Écoute musicale - Rotonde du 3ème Castel

14h00 Sortie Bowling

14h00 Temps libre, temps individuel

20h00 Raconte-moi une histoire autour d'une tisane - Rotonde

Mardi 11 août

15h00 Atelier créatif des petites mains, Grd rest

15h30 L'heure musicale « Opéra : Antigone par Pascal Dusapin », Théâtre

17h00 Jeu de questions, Esp bar

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

8h30 Bonjour chez vous

10h45 Atelier Mémoire - Rotonde du 3ème Castel

14h30 Point Guichet

14h00 Temps libre, temps individuel

20h00 Raconte-moi une histoire autour d'une tisane - Rotonde

Mercredi 12 août

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

10h30 Promenade sur inscription - Atrium

PLANNING ABBAYE

15h00 Club Bridge - Petit Restaurant
15h00 Pétanque, en intérieur ou extérieur
16h45 Loto - Espace bar

3ème Bellay

11h00 En route pour le pressing,
13h30 sortie Bateaux mouche
15h00 « Mise en voix »
17h00 Petit loto

4ème Bellay

10h30 Manucure
10h30 atelier de Musicothérapie
11h30 Vie quotidienne
14h30 Préparation de salade de fruits
16h00 Mise en voix
17h00 Jeux de questions

Unité PHV

8h30 Bonjour chez vous
10h30 Jeu au tableau ou jeu de société - Rotonde
10h à 11h45 : Les résidents vous accueillent à la boutique.
20h00 Raconte-moi une histoire autour d'une tisane - Rotonde

Jeudi 13 août

16h00 Après-midi gourmand en compagnie de Imbirika, 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

10h00 Bonjour chez vous
10h30 Atelier travaux manuels - Rotonde du 3ème Castel
14h00 temps libre, temps individuel
14h30 Balade au bord de la marne
20h00 Raconte-moi une histoire autour d'une tisane - Rotonde

Vendredi 14 août

10h15 Atelier Informatique - Salon du Parc
14h30 Brin de causerie - Salon du Parc

PLANNING ABBAYE

15h00 Groupe belote - Petit Restaurant

16h45 Revue de presse - Espace Bar

3ème Bellay

11h00 En route pour le pressing

15h00 Jeu interactif

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 Quizz musical - Rotonde du 3ème Castel

14h00 temps libre, temps individuel

20h00 Raconte-moi une histoire 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 8 Août

11h00 Réveil musculaire - Salle du parc

14h30 Diffusion documentaire à la carte - Salle du parc

17h00 Jeux de questions - Cafétéria

Dimanche 9 Août

11h00 Revue de presse - Salle du parc

15h00 Jeux de table - Cafétéria

17h00 Grand loto - Cafétéria

Animation 3ème étage

11h00 Jeux cognitifs

15h00 Activités a la carte

17h00 Accompagnement aux jeux - Cafétéria

Lundi 10 Août

11h00 Entraînement de Boxe - Salle du parc

15h00 Jeux de connaissance - Cafétéria

16h00 Heures Savoureuses - Cafétéria

16h30 Ambiance musicale accordéon ou Jean Patrick - Cafétéria

Animation 3ème étage

10h15 Entraînement de Boxe

11h00 Jeux cognitif

15h30 Heures savoureuses/ accordéon avec le multi accueil

Mardi 11 Août

11h00 Écoute musical - Salle du parc

15h00 Loto musicale en folie - Cafétéria

17h15 Bingo à la - Cafétéria

Animation 3ème étage

10h30 Atelier peinture - Salon du 3e étage

10h45 Atelier beauté

15h00 Activité à la carte

17h00 Accompagnement aux jeux - Cafétéria

Mercredi 12 Août

10h30 Bonjour chez vous

11h00 Tai-chi - Salle du parc

14h00 Balade entre nous

15h00 Jeux de table - Cafétéria

17h00 Jeux de questions - Cafétéria

Animation 3ème étage

11h00 jeux cognitifs

PLANNING BDM

15h00 activité a la carte

17h00 Accompagnement aux jeux - Cafétéria

Jeudi 13 Août

10h30 Bonjour chez vous

11h00 Gym douce - Salle du parc

11h30 L'épicerie fine

15h00 L'art et la manière : Voyage au cœur des forêts du monde - Cafétéria

17h00 Loto - Cafétéria

Animation 3ème étage

15h00 Activité à la carte

17h00 Accompagnement aux jeux- Cafétéria

Vendredi 14 Août

11h00 Documentaire - Salle du parc

15h00 Jeux de table - Cafétéria

17h00 La grande roue - 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 8 Août

10h30 : Vie de quartier - Étages

15h30 : Quizz sur les régions / préparation des 20 ans de la CV - Espace bar

17h00 : Panneau photos - Espace bar

3ème étage :

10h30 : Promenades au jardin

15h30 : Panneau photos

Dimanche 9 Août

10h30 : Messe TV

15h30 : Après-midi gourmand « Crêpes au caramel » - Salle de restaurant

3ème étage :

10h30 : Messe et apéritif - Restaurant

15h30 : Après-midi gourmand « Crêpes au caramel » - RDC

Lundi 10 Août

10h30 : Vie de quartier - Étages

15h30 : Spectacle de chansons avec Véronique Talon - Restaurant

17h00 : Atelier préparation des 20 ans - Espace bar/Terrasse

3ème étage

10h30 : Vie quotidienne

15h30 : Spectacle de chansons avec Véronique Talon - RDC

Mardi 11 Août

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

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

17h00 : Jeu d'adresse - Espace bar

3ème étage :

11h00 : Revue de presse

15h30 : « Le château de Chaumont sur Loire » - RDC

Mercredi 12 Août

10h30 : Sortie en ville

15h30 : Spectacle de Cirque en Duo « Même pas perdus » - Restaurant

17h00 : Jeux de société

3ème étage :

11h00 : Vie quotidienne

15h30 : Spectacle de Cirque - RDC

Jeudi 13 Août

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

15h30 : Conférence Eco-gestes « Le tri sélectif » - Salle - d'activités

PLANNING CITÉ VERTE

17h00 : Jeux de table - Espace bar

3ème étage :

10h30 : Vie quotidienne

15h30 : Lecture

Vendredi 14 Août

10h30 : Prière Mariale avec Denise et Carmen - Salle d'activités

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

3ème étage :

11h00 : Prière Mariale - RDC

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 8 Août

11h00 Revue de Presse - Salon du Patio

15h00 Bowling - 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 9 Août

11h00 Séance Vélo - Salon du Patio

15h00 Video Club - Salle PASA « Les Bronzés 3 »

17h00 Grand Bingo - Restaurant

Activités du 1er étage

11h00 Émission Religieuse - Salle TV

Lundi 10 Août

11h00 Gym Douce G1 - Salon du Patio

15h00 GP Citoyennage - Salon du Patio

17h00 La Grande Roue - Restaurant

Activités du PASA

10h30 Musicothérapie

14h30 Atelier Peinture

Activité du 1er étage

11h00 Un Jour, une Lettre - Salle TV

Mardi 11 Août

11h00 Atelier Manuel - Salon du Patio

15h00 Jeux de Société - Restaurant

17h00 Bingo - Restaurant

Activités du PASA

10h30 Musicothérapie

14h30 Atelier Peinture

Activités du 1er étage

11h00 Installation des décors

16h30 Goûter à la Découverte de Fruits Exotiques avec Zaza - Rotonde

Mercredi 12 Août

11h00 Boxe & Réflexes - Salon du Patio

15h00 Comptes de l'Asso - Bibliothèque

15h00 Pétanque - Terrasse du PASA

17h00 Jeux de Lettres - Restaurant

PLANNING CRISTOLIENNE

Activités du PASA

10h30 Activité Bien-Être

14h30 Remue Méninge

Activités du 1er étage

10h30 Boxe - Salle TV

10h30 Jeux Interactifs avec la Tovertafel

14h30 Gym Douce

11h00 Jeux de Lettres avec Zaza - Salle TV

Jeudi 13 Août

Expo Vente de la Cristo de 13h30 à 16h00 - Boutique

11h00 Atelier Ecriture - Salon du Patio

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

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

15h00 Photo Mémoire - Rotonde

17h15 Jeu de Questions - Rotonde

Vendredi 14 Août

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

11h00 Doc « Puissance des Marées » - Salle PASA

16h00 Moment Gourmand - Restaurant

16h30 Ambiance Musicale avec Jean-Patrick - Restaurant

Activités du 1er étage

11h00 En route pour le Docu - Salle PASA

16h00 Après-Midi Gourmand et Musical - Restaurant RDC

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

L'équipe de la vie sociale

PLANNING TABANOÛ

Samedi 8 Août

11h00 Les délices sucrées - Place Vendôme

15h00 Borne mélo - Place Vendôme

Dimanche 9 Août

11h00 Émission religieuse - Place Vendôme

10h30 Sortie marché - Marché

15h00 Loto - Place Vendôme

Lundi 10 Août

11h00 ça se discute - Place Vendôme

15h00 Guitariste - Place Vendôme

16h00 Heures savoureuses - Place Vendôme

Mardi 11 Août

11h00 Gym douce - Place Vendôme

15h00 Atelier manuel - Place Vendôme

Mercredi 12 Août

11h00 Atelier écriture - Place Vendôme

11h00 Visite de courtoisie - Place Vendôme

11h00 Bien être - logement

15h00 Bien être - Salon de beauté

15h00 Mots croisés - Place Vendôme

Jeudi 13 Août

11h00 Gym douce - Avenue des délices

11h00 Chiffres et lettres - Place Vendôme

15h30 Boxe - Place Vendôme

16h00 Visite Flora - Logement

Vendredi 14 Août

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

MANTEAU LARGE IL S'ATTIRE LES FOUDRES	C CAJOLEES TIR NOURRI	C ERRANT PLUS SYMPA QUE VOUS	R FERME CRÊPE FOURREE ASIATIQUE	I TRAVAILLER POUR LE DÉCOR ENTRAVE	O DEPUIS FLEURS ODORANTES	D						
P	A	R	A	T	O	N	N	E	R	R	E	
RELATIVES AUX MARAIS	P	A	L	U	D	E	E	N	N	E	S	
CHALLENGE	D	E	F	I	AUX TEINTES DORÉES	A	M	B	R	E	S	VILLE DE L'INDE
CACHÉ	FUTURE BÊTE DE SOMME DISPA- RAÎTRE (S)	A	N	O	N	SINGULIERS DANS UN PASSÉ RÉCENT	R	A	R	E	S	
C	E	L	E	LANGUE PARLÉE EN ASIE POINT LE PLUS ÉLEVÉ	T	H	A	I	OUI, À MOSCOU ESPIONNE	D	A	
VENUES À LA VIE CONTRA- VENTION	N	E	E	S	PAS RÉGULIER MONTRE SA JOIE	I	N	E	G	A	L	
P	V	HÉROS DE STENDHAL PROGRESSE DANS L'EAU	S	O	R	E	L	UTILISÉ PLANTE CHÉRIE DU DRUIDE	U	S	E	
PRONOM INDEFINI SYMBOLE OLYMPIQUE	O	N	ILLUSION GARS	M	I	R	A	G	E	DESHY- DRATE	M	
F	L	A	M	M	E	DESSEINS ANNÉE- LUMIÈRE EN ABRÉGÉ	B	U	T	S	VILLE NORMAND	
MER GRECQUE CAPABLE DE SE DRESSER	E	G	E	E	FORCÉE À GARDER LE LIT	A	L	I	T	E	E	
E	R	E	C	T	I	L	E	BOUCLIER	E	C	U	

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