

ça bouge !

25
Septembre
2026

ça bouge !

N°1784

UNE AGRÉABLE PROMENADE POUR DES
RÉSIDENTS DES BORDS DE MARNE



Revue hebdomadaire des
Résidences - Services ABCD

Bonjour à toutes et à tous,

Une promenade à la brocante de l'Abbaye a ravi des résidents des Bords de Marne.

La Résidence de la Cité Verte s'est parée de ses plus belles décorations automnales.

Une conférence a plongé des Résidents de la Cristolienne dans les profondeurs maritimes.

Des Résidents de Pierre Tabanou ont passé un très bon moment en compagnie d'animaux à quatre pattes.

Pendant les ateliers créatifs de l'Abbaye, des Résidents ont créé de magnifiques poupées.

Bonne semaine à tous,

Margaux MESLET-MINOST
Responsable communication

L'ACTU DES RÉSIDENCES

- UN AGRÉABLE PROMENADE À LA BROCANTE DE L'ABBAYE POUR DES RÉSIDENTS DES BORDS DE MARNE
- DÉCORATIONS AUTOMNALES À LA RÉSIDENCE DE LA CITÉ VERTE
- LA CRISTOLIENNE À VINGT MILLE LIEUES SOUS LES MERS !
- MÉDIATION ANIMALE À LA RÉSIDENCE PIERRE TABANOU
- ATELIER CRÉATIF À LA RÉSIDENCE DE L'ABBAYE
- RUBRIQUE ENVIRONNEMENT : BALI : ENTRE RIZIÈRES, TOURISME ET BIODIVERSITÉ

ACTUALITÉS

- DÉCOUVREZ LE « TILCAYO », CETTE NOUVELLE ESPÈCE DE FÉLIN IDENTIFIÉE POUR LA PREMIÈRE FOIS EN 100 ANS
- JEUX : BUZZ
- PLANNING ACTIVITÉS

UNE AGRÉABLE PROMENADE À LA BROCANTE DE L'ABBAYE

Des Résidents de la Résidence des Bords de Marne ont profité d'un bel après-midi pour partir à la découverte de la brocante de l'Abbaye.

Accompagnés par l'équipe, ils ont pris plaisir à se promener entre les différents stands, à observer les objets anciens, les vêtements, les livres et toutes sortes de petits trésors exposés. Pour certains, cette sortie a également été l'occasion de chiner et, peut-être, de retrouver quelques objets rappelant de beaux souvenirs.

Dans une ambiance conviviale, les discussions sont allées bon train : chacun partageait ses impressions, ses souvenirs et ses petites trouvailles. Une sortie simple, mais qui permet de changer d'air, de profiter de l'extérieur et de partager un agréable moment ensemble.

Entre curiosité, sourires et souvenirs, cette promenade à la brocante a offert aux Résidents une jolie parenthèse hors de la résidence.

Un bel après-midi placé sous le signe de la découverte, de la convivialité et de la bonne humeur !

Christal, équipe de la vie sociale

BORDS DE MARNE BONNEUIL



DÉCORATIONS AUTOMNALES AU SERVICE SPÉCIFIQUE

L'été s'attarde encore, mais le mois de septembre étant bien amorcé, il est temps de penser aux décorations d'automne qui vont embellir la Résidence avec leurs jolis tons mordorés.

Émilie, animatrice du service spécifique, n'a pas son pareil pour décorer l'unité du 3ème étage. Aidée par Mmes Rey, Picart, Bourra, Baron, Caspar, Brut, Batissier, Chigot et De Valence, qui ont eu le plaisir de choisir les différents pots qui accueilleront le feuillage de saison.

Puis, entre découpe et piquage des feuilles dans la mousse, chacune a donné forme à de belles compositions.

Les compositions d'automne iront habiller les étages de la Résidence. Merci et bravo pour ces belles réalisations !

Françoise, responsable de la vie sociale



CITÉ VERTE SUCY



LA CRISTOLIENNE À VINGT MILLE LIEUES SOUS LES MERS !

Jules Verne avait déjà montré les trésors des océans. Les Résidents de la Cristolienne ont, eux aussi, été émerveillés par la présentation des espèces sous-marines ainsi que de la flore. Emma Goux les a sensibilisés avec talent à la préservation des richesses et à l'importance de la survie des espèces qui conditionnent notre avenir.

Quelle n'a pas été notre surprise de découvrir la vie à plus de 4 000 m et de pouvoir comparer deux extrêmes : si l'on plaçait le mont Everest à côté de la fosse des Mariannes, son sommet serait à plus de 2 km sous la surface de l'eau !

Valentin, équipe de la vie sociale



BUBULLE ET SA BANDE : UNE JOYEUSE VISITE À PIERRE TABANOU

Attention, visiteurs à quatre pattes !

Cette semaine, la Résidence a accueilli Élodie pour un joli moment de médiation animale accompagnée de sa joyeuse petite équipe : Bubulle le bichon, et ses quatre cochons d'Inde, Butternut, Lavande, Papatte et Litchi !

Bubulle, un vrai petit clown !

Pour commencer, place à Bubulle ! Ce petit bichon plein d'énergie n'est pas venu les pattes dans les poches... enfin, façon de parler !

Les Résidents lui ont proposé différents petits exercices : chercher ses croquettes, écouter les ordres et montrer ses talents. Et visiblement, Bubulle avait bien compris qu'il était la vedette du jour !

Mais son activité préférée semblait être tout autre : s'installer sur les chaises ! Après tout, pourquoi rester debout quand on peut confortablement prendre place comme un vrai résident ? Une chose est certaine : Bubulle sait profiter de son petit confort !

Les quatre petits gourmands entrent en scène

Après le chien, place aux cochons d'Inde ! Butternut, Lavande, Papatte et Litchi ont fait leur entrée pour le plus grand plaisir des Résidents.

Au programme : découverte et distribution de petits légumes. Et là, pas besoin de leur expliquer deux fois où se trouvait le repas !

Quelques légumes bien frais et quatre petits museaux affamés : voilà une recette qui fonctionne à tous les coups !

Les résidents ont pris beaucoup de plaisir à les observer, à les approcher et à partager ce moment tout en douceur.

Six ans de passion pour la médiation animale

Élodie nous a expliqué qu'elle pratique la médiation animale depuis

PIERRE TABANOU L'HAY-LES-ROSES

maintenant six ans avec ses différents animaux. Les Résidents lui ont demandé si ce n'était pas trop difficile de trouver des noms aux animaux et comment cela se passe lorsqu'il y a un nouvel arrivant.

Une belle aventure qui permet de créer des moments de rencontre, de favoriser les échanges et surtout d'apporter beaucoup de joie.

Cette rencontre a une nouvelle fois montré que quelques petites pattes, de grandes oreilles et une bonne dose de gourmandise peuvent mettre tout le monde de bonne humeur !

Les Résidents ont beaucoup apprécié ce moment de complicité avec Élodie, Bubulle et les quatre petits cochons d'Inde.

Un bel après-midi rempli de sourires, de rires et de câlins... avec, bien sûr, quelques croquettes et légumes au passage !

Et entre nous, nous ne serions pas surpris que Bubulle ait déjà réservé sa prochaine place sur une chaise...

Isabelle, équipe de la vie sociale



PIERRE TABANOU L'HAY-LES-ROSES



ATELIER CRÉATIF

Ce mois d'août a été l'occasion d'un nouveau thème à explorer lors de l'atelier créatif du mardi. À la demande de Mme B., des Résidents ont été invités à créer leur propre marionnette. Gepetto, Bécassine... chacun a réalisé sa poupée selon ses envies, à son image ou comme personnage fictif.

Nous avons façonné l'argile de manière à créer le tronc et le visage, puis torsadé le fil de fer pour créer des bras amovibles. Ensuite, tissus, rubans, boutons et pelotes de laine, beaucoup de colle et quelques points de couture ont servi pour l'habillage et donner vie à nos bonshommes. Vêtements, chapeaux, yeux, accessoires, cheveux : de la récup' sont nées nos marionnettes ! Un coup de peinture final en guise de maquillage et le tour est joué.

Suivez en photos l'évolution tout au long des ateliers, de leur conception au résultat.

Flora, équipe de la vie sociale



ABBAYE ST-MAUR



BALI : ENTRE RIZIÈRES, BIODIVERSITÉ ET TOURISME

Imaginez une petite goutte de pluie qui tombe sur les montagnes de Bali.

Elle glisse le long d'une pente, rejoint une source puis un canal, avant d'arriver dans une parcelle de terre soigneusement aménagée. Autour d'elle, le paysage est vert : des plants de riz ondulent sous le vent, des oiseaux se déplacent entre les cultures et, dans l'eau, de petits animaux trouvent leur nourriture.

Quelques kilomètres plus loin, le décor change. Les routes sont animées, les hôtels nombreux et les visiteurs affluent pour découvrir les plages, les temples et les paysages de l'île.

À Bali, l'eau, l'agriculture, la biodiversité et le tourisme sont intimement liés.

Une île sculptée par l'eau

Bali se trouve en Indonésie, entre les îles de Java et de Lombok, dans l'océan Indien.



Figure : carte de Bali ; source : Britannica

RUBRIQUE ENVIRONNEMENT

Son relief est marqué par des montagnes volcaniques. Certaines sont encore actives, comme le mont Agung et le mont Batur.

Les sols volcaniques, associés à un climat tropical humide, offrent des conditions favorables à l'agriculture. Mais cultiver sur des terrains montagneux n'est pas simple. Alors, depuis des siècles, les habitants ont aménagé les pentes en rizières en terrasses.

Ces grandes marches vertes que l'on voit sur les photographies de Bali ne sont donc pas uniquement décoratives. Elles permettent de cultiver des terrains inclinés tout en contrôlant la circulation de l'eau.

Le paysage culturel des rizières et des temples d'eau de Bali est d'ailleurs inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO. Il couvre environ 19 500 hectares.

Une goutte d'eau peut avoir plusieurs vies

À Bali, l'eau des rizières ne se gère pas uniquement parcelle par parcelle. Un système traditionnel appelé subak organise collectivement l'irrigation. Les agriculteurs travaillent ensemble pour répartir l'eau entre les différentes parcelles.



Figure : le subak balinais ; source : Talisman Asia

Le système repose sur des canaux, de petits barrages et des règles communes. L'eau peut ainsi passer d'une rizière à une autre.

Ce fonctionnement est particulièrement remarquable : il ne s'agit pas seulement de distribuer de l'eau, mais de gérer ensemble un véritable

RUBRIQUE ENVIRONNEMENT

territoire.

L'UNESCO estime qu'il existe à Bali environ 1 200 collectifs d'irrigation. Selon les endroits, un même système peut être géré par plusieurs dizaines, voire plusieurs centaines d'agriculteurs.

Le subak montre donc quelque chose d'important : l'environnement n'est pas seulement une question de nature. Il est aussi lié à la manière dont les humains choisissent de vivre et de travailler ensemble.

Le riz... mais pas seulement le riz !

Le riz est une plante particulièrement adaptée aux milieux chauds et humides.

Dans les rizières, l'eau modifie les conditions de vie de nombreuses espèces. On y trouve des insectes, des araignées, des amphibiens, des poissons, des oiseaux et de nombreux petits organismes invisibles à nos yeux.

Certains insectes participent à la pollinisation des plantes présentes autour des cultures. Des oiseaux et d'autres animaux peuvent se nourrir d'insectes. Des organismes présents dans les sols et dans l'eau contribuent à décomposer la matière organique et à recycler les éléments nutritifs. Une rizière n'est donc pas simplement une étendue d'eau dans laquelle pousse du riz.

C'est un petit écosystème.

Et il ne faut pas oublier ce qui se trouve autour : les arbres, les haies, les jardins, les forêts, les rivières et les zones humides forment un ensemble de milieux différents. Plus ces milieux sont variés, plus ils peuvent accueillir une grande diversité d'espèces.

C'est cela, la biodiversité : la diversité des plantes, des animaux, des champignons et des micro-organismes, mais aussi la diversité des milieux dans lesquels ils vivent.

Des forêts qui protègent l'eau

La biodiversité de Bali ne s'arrête pas aux rizières.

RUBRIQUE ENVIRONNEMENT

Les forêts des montagnes jouent un rôle essentiel. Elles contribuent notamment à retenir l'eau, à limiter l'érosion des sols et à alimenter les sources et les cours d'eau.

Dans le système du subak, les forêts, les sources, les canaux, les rizières, les villages et les temples sont donc liés entre eux.

On pourrait presque imaginer le parcours de notre petite goutte de pluie : elle tombe sur la forêt, rejoint le sol, alimente une source, passe dans un canal, arrive dans une rizière et participe ensuite à la vie de tout un écosystème. Protéger l'eau, c'est donc aussi protéger les milieux naturels qui permettent à cette eau de circuler.

Puis les touristes sont arrivés

Bali est aujourd'hui l'une des destinations touristiques les plus connues au monde.

Les visiteurs viennent pour ses paysages, ses plages, ses temples, sa culture, sa cuisine et ses traditions.

Le tourisme apporte des emplois et participe fortement à l'économie de l'île. Mais lorsqu'une destination devient très populaire, son succès peut également créer de nouvelles difficultés.



Figure : affluence de personnes à Bali ; source : Vietnam.vn

Il faut davantage de logements, de routes, de restaurants et d'équipements. Cela signifie aussi davantage de besoins en eau et en

RUBRIQUE ENVIRONNEMENT

énergie, ainsi que davantage de déchets et d'eaux usées à gérer.



Figure : plages et ordures ; source : 20 Minutes

Et parfois, des terres agricoles sont transformées pour accueillir de nouvelles constructions.

Quand la carte postale rencontre la réalité

C'est tout le paradoxe de Bali.

Les visiteurs viennent chercher les paysages de rizières, les petits villages et la nature tropicale. Mais l'affluence touristique et l'urbanisation peuvent contribuer à transformer précisément ces paysages.

L'UNESCO souligne aujourd'hui la fragilité du paysage des subak face au tourisme et au développement. La construction et la transformation des terres peuvent notamment fragmenter les rizières et affaiblir les systèmes traditionnels qui permettent de les gérer. L'eau constitue également un enjeu important.

Les habitants, les agriculteurs, les hôtels, les restaurants et les autres activités ont tous besoin d'eau. Lorsque les besoins augmentent, la question devient alors : comment partager une ressource qui n'est pas infinie ?

Les déchets représentent un autre défi, tout comme la protection des plages, des récifs coralliens, des forêts et des autres écosystèmes.

Une biodiversité qui rend des services... gratuitement

Lorsque l'on parle de biodiversité, on pense souvent aux animaux et

RUBRIQUE ENVIRONNEMENT

aux plantes que nous aimons observer.

Mais la biodiversité nous rend aussi de nombreux services.

Les végétaux produisent de l'oxygène et captent du carbone. Les insectes pollinisent de nombreuses plantes. Les organismes du sol participent à sa fertilité. Les forêts contribuent à réguler l'eau. Les zones humides peuvent retenir une partie de l'eau et jouer un rôle dans l'épuration naturelle.

À Bali, tous ces éléments sont reliés.

Une forêt en montagne peut protéger une source. La source alimente un canal. Le canal irrigue les rizières. Les rizières nourrissent les habitants et accueillent de nombreuses espèces. Et ces paysages attirent à leur tour les visiteurs.

Un même paysage peut donc avoir plusieurs fonctions à la fois.

Et si le tourisme aidait aussi à protéger ?

Faut-il arrêter le tourisme ? Ce serait difficile et cela priverait de nombreuses personnes de revenus importants.

Faut-il, au contraire, continuer à construire sans limites ? Cela risquerait de fragiliser les paysages, les ressources en eau et les milieux naturels qui font justement l'attractivité de l'île.

La question est donc plutôt celle de l'équilibre.

Un tourisme plus responsable peut contribuer à mieux protéger les paysages : respecter les espaces agricoles, économiser l'eau, réduire les déchets, préserver les milieux naturels et soutenir les habitants qui entretiennent les paysages traditionnels.

Car une rizière entretenue par un agriculteur n'est pas seulement un décor pour une photographie. C'est un espace qui produit de la nourriture, fait circuler l'eau, accueille de la biodiversité et raconte une histoire vieille de plusieurs siècles.

RUBRIQUE ENVIRONNEMENT

Pourquoi c'est important pour nous

Bali nous rappelle que l'environnement n'est jamais séparé des activités humaines.

Une rizière est à la fois un espace agricole, un habitat pour de nombreuses espèces, un paysage culturel et parfois un lieu visité par des touristes. Une rivière peut être indispensable à l'agriculture, aux habitants et aux activités économiques. Une forêt peut protéger une source. Et un paysage qui semble naturel est parfois le résultat du travail de générations entières.

En regardant une photographie de Bali, on voit donc bien plus qu'une jolie rizière. On peut y voir une montagne, de l'eau, un sol volcanique, une plante, des insectes, des oiseaux, des agriculteurs, des traditions et des voyageurs venus du monde entier.

La biodiversité n'est pas un décor autour de nous : elle fait partie du paysage et de notre vie.



Figure : paysages de Bali ; source : Terre d'Aventure

Le saviez-vous ?

- L'UNESCO recense environ 1 200 collectifs d'irrigation à Bali.
- Le paysage culturel des subak inscrit au patrimoine mondial couvre environ 19 500 hectares.
- En 2025, l'UNESCO soulignait encore les risques liés au développement touristique et à la fragmentation des rizières traditionnelles.

CITÉ VERTE - INFOS



ACTUALITÉS

Découvrez le « tilcayo », cette nouvelle espèce de félin identifiée pour la première fois en 100 ans

Un petit félin tacheté vivant dans les forêts boliviennes, baptisé « Tilcayo », vient d'être officiellement identifié comme une espèce à part entière

Une nouvelle espèce de félin vient d'être identifiée en Bolivie. Le *Leopardus tilcayo*, baptisé d'après le nom que lui donnent les populations locales, vit dans l'écorégion des Yungas, sur le versant oriental de la cordillère des Andes. Avec ses 46 centimètres de long et un poids inférieur à 1,3 kg, ce félin est plus petit qu'un chat domestique. La découverte remonte à 2016, lorsqu'un refuge bolivien a contacté la biologiste et exploratrice de National Geographic, Paola Nogales-Ascarrunz. Une famille avait recueilli l'animal alors qu'il était encore très jeune, pensant qu'il s'agissait d'un chat domestique. Après environ un an, ils ont compris que ce « chat » était un animal sauvage.

À l'époque, la scientifique pensait qu'il appartenait à la classe des *Leopardus tigrinus*, une espèce déjà connue. Mais plusieurs années plus tard, elle a constaté des différences physiques avec les spécimens étudiés dans les pays voisins, explique National Geographic.

L'analyse génétique change la classification

Pour déterminer précisément l'identité du félin, les chercheurs ont comparé son génome à celui de plusieurs autres individus du genre *Leopardus*, conservés dans des musées. L'analyse de 38 génomes complets a confirmé que l'animal faisait partie d'une lignée distincte. Selon l'étude publiée dans *Current Biology*, le *Leopardus tilcayo* aurait divergé des autres chats-tigres, il y a environ 1,4 million d'années. Cette découverte porte désormais à cinq le nombre d'espèces regroupées dans ce complexe de petits félins, alors qu'elles étaient auparavant considérées comme une seule espèce.

ACTUALITÉS

Des espèces vulnérables à protéger

Deux spécimens ont fait l'objet d'analyses génétiques. Il s'agit d'un mâle recueilli par une famille puis confié à un refuge, et d'une femelle secourue après une agression dans un village, avant d'être relâchée. Les scientifiques disposent encore de très peu d'informations sur cette nouvelle espèce. Son régime alimentaire, sa reproduction, ses prédateurs et surtout, ses effectifs sauvages, restent inconnus. Son habitat est d'ailleurs exposé à la déforestation et aux incendies.

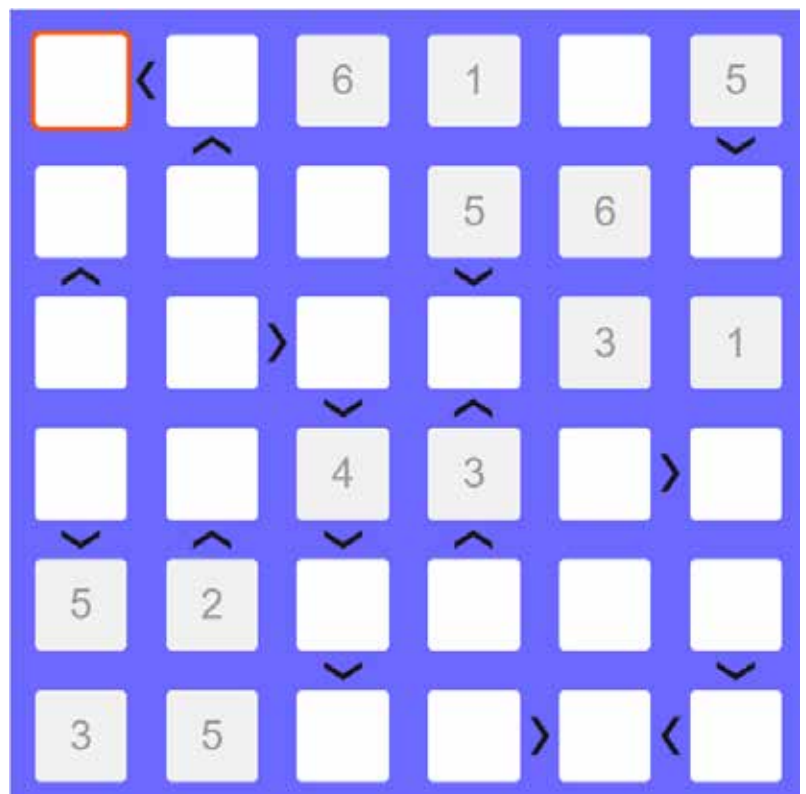
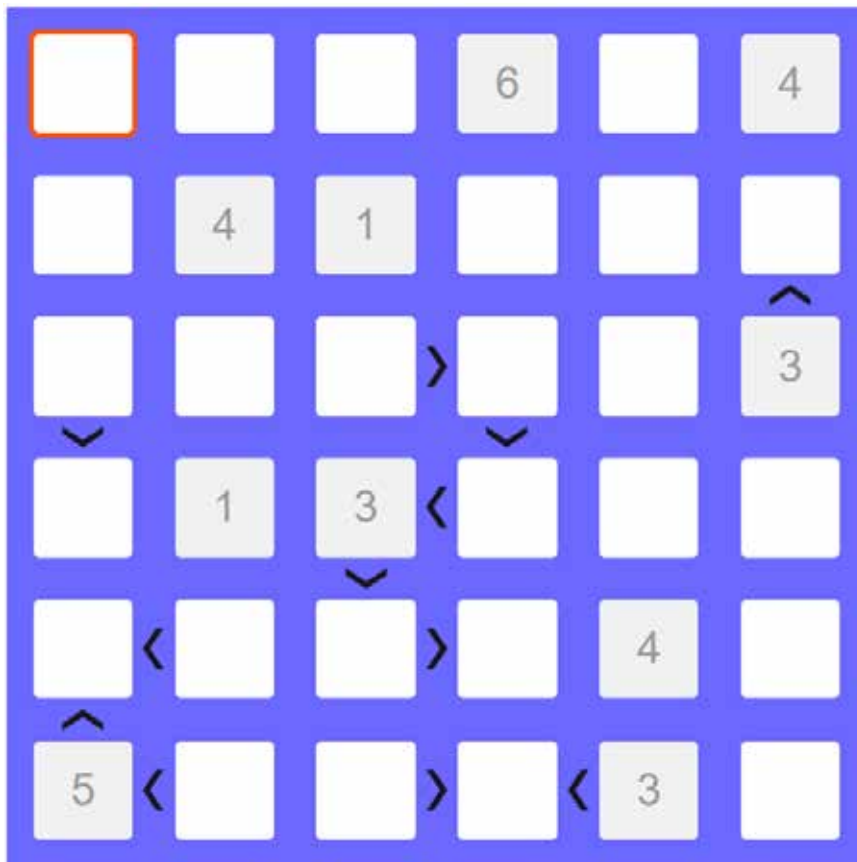
ABC News précise que la nouvelle classification pourrait avoir des conséquences directes sur la conservation. En distinguant plusieurs espèces parmi les « chats-tigres », certaines d'entre elles sont considérées comme vulnérables par l'Union internationale pour la conservation de la nature.



Source : 20minutes/Wikipédia

JEUX

BUZZ



PLANNING ABBAYE

Samedi 26 septembre

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

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

16h00 : Grand jeu de questions - 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 »

10h00 à 11h45 : Les résidents vous accueillent à La Boutique

16h00 : Intervention des clowns - Logements et rotonde du 3ème castel

14h00 : Temps libre, temps individuel

Dimanche 27 septembre

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

Lundi 28 septembre

10h00 : Jeu de marche et équilibre groupe 1 avec Cécile IDMTAL, - Salle Bien-être

11h00 : Jeu de marche et équilibre groupe 2 avec Cécile IDMTAL - Salle Bien-être

14h00 : Sortie à Notre-Dame de Paris - Accueil

15h00 : Conférence « Opéra Garnier » par Marie LeGouellec - Théâtre

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

17h00 : Bingo - Espace bar

3ème Bellay

PLANNING ABBAYE

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 :

10h00 : Bonjour chez vous
10h30 : Écoute musicale - Rotonde du 3ème Castel
14h00 : Temps libre, temps individuel
14h00 : Départ Bowling
20h00 : Temps de détente autour d'une tisane - Rotonde

Mardi 29 septembre

10h00 : Cours de sport APA séniors - Salle Castel
11h00 : Cours de sport « ParaChute » - Salle Castel
11h30 : Cours de sport « ParaChute » - Salle Castel
11h00 : Atelier Happy Jardinet - Terrasse 3ème Bellay
15h00 : Atelier créatif des petites mains - Grand restaurant
15h30 : L'heure musicale « Georges Bizet : Carmen - Festival de Salzbourg 2026 »
1ère partie - Théâtre
17h00 : Jeu de questions, Esp bar
17h00 : Club mémoire avec Monique Bouchot - Café littéraire

3ème Bellay

11h00 : En route pour le pressing
14h30 : Atelier « Bien-être » avec Iphana
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
14h30 : Point Guichet
15h00 : Revue de presse - Petit salon de la Rotonde 3ème étage
17h00 : Sophrologie - Salle bien-être
20h00 : Temps de détente autour d'une tisane - Rotonde

PLANNING ABBAYE

Mercredi 30 septembre

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

10h30 : Promenade sur inscription - Atrium

15h00 : Jeux de table - Espace bar

15h00 : Club Bridge - Petit restaurant

16h45 : Loto - Espace bar

17h00 : Club mémoire avec Monique Bouchot - Café littéraire

3ème Bellay

11h00 : En route pour le pressing

15h00 : « Mise en voix » avec Cathy

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 avec Cathy

17h00 : Jeux de question

Unité PHV :

10h30 : Jeu au tableau ou jeu de société - Rotonde

Jeudi 1er octobre

14h30 : CHALLENGE Tir à l'arc La Cristolienne vs l'Abbaye - Salle Castel

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

16h00 : Temps de prière - Oratoire

Vendredi 2 octobre

10h15 : Atelier Informatique - Salon du Parc

10h30 : Atelier peinture avec Anne - Café littéraire

11h00 : Qi Gong - Salle bien-être

14h00 : Atelier peinture avec Anne - Café littéraire

14h30 : Exercices corporels - Salle bien-être

15h00 : Groupe belote - Petit Restaurant

15h30 : Atelier peinture avec Anne - Café littéraire

16h45 : Revue de presse - Espace Bar

17h00 : Club mémoire avec Monique Bouchot - Café littéraire

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 26 Septembre

11h00 : Réveil cérébral - Salle du Parc

14h30 : Diffusion Cinéma, séance spéciale, concert ou documentaire à la carte - Salle du Parc

17h00 : Jeux de questions ou Quizz musical - Cafétéria

Dimanche 27 Septembre

11h00 : Revue de presse - Salle du Parc

15h00 : Club évasion - Cafétéria

17h00 : Grand loto musical - Cafétéria

Animation 3ème étage

11h00 : Jeux cognitifs

15h00 : Activités à la carte

17h00 : Accompagnement aux jeux - Cafétéria

Lundi 28 Septembre

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 Lilly - Cafétéria

Animation 3ème étage

15h30 : Heures savoureuses/ accordéon avec le multi accueil

Activités club

10h45 : Atelier créatif - 3e Salle du club

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

16h30 : Ambiance musicale accordéon et heures savoureuse - Cafétéria

Mardi 29 Septembre

11h00 : Écoute musical - Salle du Parc

14h45 : Tir à l'arc - Salle du Parc

15h00 : Club culture - Cafétéria

17h00 : Chorale - Restaurant

17h15 : Bingo- Cafétéria

Animation 3ème étage

10h30 : Atelier peinture - Salon du 3e étage

10h45 : Atelier beauté

15h00 : Activité à la carte

17h00 : Accompagnement aux jeux - Cafétéria

Activités club

10h45 : Atelier pâtisserie

15h00 : Correspondance de l'être

PLANNING BDM

16h00 : Collation entre amis

17h00 : Accompagnement aux jeux - Cafétéria

Mercredi 30 Septembre

10h30 : Bonjour chez vous

11h00 : Gestion Soleil au Cœur - Bureau fougère

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

15h00 : Activité a la carte

15h45 : Chansonâges

17h00 : Accompagnement aux jeux - Cafétéria

Activités club

14h45 : Chansonâges

10h30 : Espace détente

12h00 : Repas entre amis

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 26 Septembre

10h30 : Chiens visiteurs pour le 1er et 2ème étage - Espace bar	Daphné
15h30 : Écoute musicale avec instrument - Salle d'activités	Daphné
17h00 : Jeux de société - Espace bar	Daphné
3ème étage : 11h00 : Vie quotidienne	Resto
15h30 : Atelier chant	Pasa

Dimanche 27 Septembre

10h30 : Messe sur France 2 - Logements	
15h30 à 17h30 : Jeux de société avec l'association Ummanité - Espace bar	
Françoise	
3ème étage : 11h00 : Messe et apéritif	Resto
15h30 : Écoute musicale avec instrument	Daphné

Lundi 28 Septembre

10h30 : Atelier peinture avec Gildas - Salle d'activités	
15h30 : Atelier peinture avec Gildas - Salle d'activités	
17h00 : Atelier de sophrologie - Accueil de jour	Laura
3ème étage : 10h30 : Vie quotidienne	Emilie
15h30 : Atelier réminiscence	Emilie

Mardi 29 Septembre

10h30 : Boutique et Point Guichet	Sylviane, Françoise, Geneviève
14h30 : Tir à l'arc - Salle d'activités	Marion
15h30 : Atelier équilibre - Salle d'activités	Marion
17h00 : Comité des sorties d'Hiver - Espace Bar	Laura et Françoise
3ème étage : 11h00 : promenade et Boutique	Emilie
15h30 : Salon de thé	Emilie

Mercredi 30 Septembre

11h30 : Sortie restaurant (sous réserve)	
10h30 : Sortie en ville	Animatrice
15h30 : Thé chantant avec J.P Talmont	Laura
17h00 : Jeu d'adresse - Espace bar	Laura
3ème étage : 11h00 : Vie quotidienne	Emilie
15h30 Thé chantant avec J.P Talmont - RDC	Emilie

PLANNING CITÉ VERTE

Jeudi 1er octobre

11h00 : Gym/yoga avec Nathalie - Salle d'activités	PHV
15h30 : Atelier «Ballons» avec Marie-Pierre - Salle d'activités	Nadia
17h00 : Décoration de l'espace bar - Espace bar	Nadia
3ème étage : 10h30 : Atelier « Ballons » avec Marie-Pierre - RDC Pasa et Françoise	Pasa et Françoise
15h30 : Atelier contes	Pasa

Vendredi 2 Octobre

11h00 : MESSE avec l'Aumônerie - Salle d'activités	Nadia et Françoise
15h30 : Chorale avec Pascal Leclerc - Salle d'activités	Nadia
17h00 : Décorations de l'espace bar - Espace bar	Françoise
3ème étage : 11h00 : MESSE - RDC	Françoise
15h30 : Atelier sensoriel	Karine
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 26 Septembre

11h00 : Revue de Presse - Salon du Patio

15h00 : Ping Pong - Salon du Patio

17h00 : Le Quiz - Restaurant

Dimanche 27 Septembre

11h00 : Séance Vélo - Salon du Patio

14h30 : Video Club « Arrête-moi si tu peux » - Salle PASA

17h00 : Juste Prix - Restaurant

Activités du 1er étage

11h00 : Émission Religieuse - Salle TV

17h00 : En route pour le Juste Prix - Restaurant RDC

Lundi 28 Septembre

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 : Gym Douce

Activité du 1er étage

10h45 : Médiation Animale - Salle TV

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

14h00 : Lecture de Contes avec Cynthia - Salon de Thé

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

Mardi 29 Septembre

10h30 : Atelier Peinture - Salon du Patio

15h00 : Chorale - Salon du Patio

17h00 : Jeux de Chiffres - Restaurant

Activités du PASA

10h30 : Musicothérapie

14h30 : Atelier Peinture avec Gildas

Activités du 1er étage

14h30 : Atelier Peinture avec Gildas - Salle PASA

17h15 : Petit Bac - Rotonde

Mercredi 30 Septembre

11h00 : Boxe & Réflexes - Salon du Patio

14h30 : Activité Physique - Salon du Patio

15h30 : Para-Chutes G1 - Salon du Patio

16h00 : Para-Chutes G2 - Salon du Patio

PLANNING CRISTOLIENNE

17h00 : Jeux de Lettres - Restaurant

Activités du PASA

10h30 : Activité Bien-Être

14h30 : Remue Ménage

Activités du 1er étage

10h30 : Boxe - Salle TV

Jeudi 1er Octobre

11h00 : Atelier Écriture - Bibliothèque

15h00 : Sophrologie - Salon du Patio

17h00 : Loto - Restaurant

Vendredi 2 Octobre

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

11h00 : MESSE Père Irene - Salle PASA

16h00 : Moment Gourmand - Restaurant

16h30 : Ambiance Musicale avec Romane - Restaurant

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 26 Septembre

11h15 : Préparation de la soupe du soir - Rez-de-chaussée	Ida
15h00 : Mot croisés - Rez-de-chaussée	Ida
14h30 : Ouverture Salon de beauté - A2	Margot
17h00 - 18h00 : Jeux Apéro - Rez-de-chaussée	Abou

Dimanche 27 Septembre

11h00 : Retranscription mission religieuse - Rez-de-chaussée	Isabelle
15h00 : Loto - Rez-de-chaussée	Isabelle
17h00 - 18h00 : Jeux Apéro - Rez-de-chaussée	Abou

Lundi 28 Septembre

11h00 : Pause café - Petit salon A2	Ida
11h00 : ça se discute - Petit salon A1	Gertrude
15h00 : Chorale - Restaurant	Thierry
16h00 : Lundi Gourmand - Restaurant	Equipe

Mardi 29 Septembre

11h00 : Gym douce - Rez-de-chaussée	Isabelle
11h00 : Borne Mélo - Petit salon A1	Gertrude
15h00 : Atelier Manuel - Rez-de-chaussée	Isabelle
16h00 - 17h30 : Sortie Carrefour - Rez-de-chaussée	Abou

Mercredi 30 Septembre

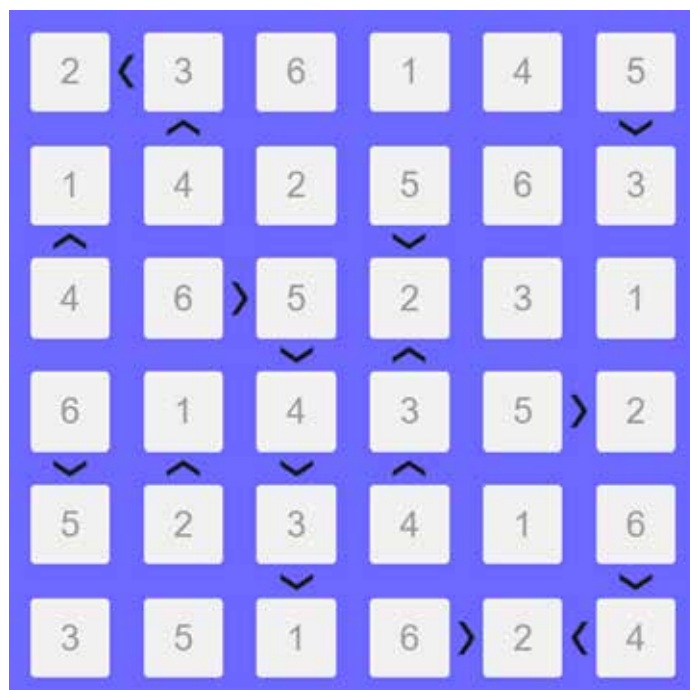
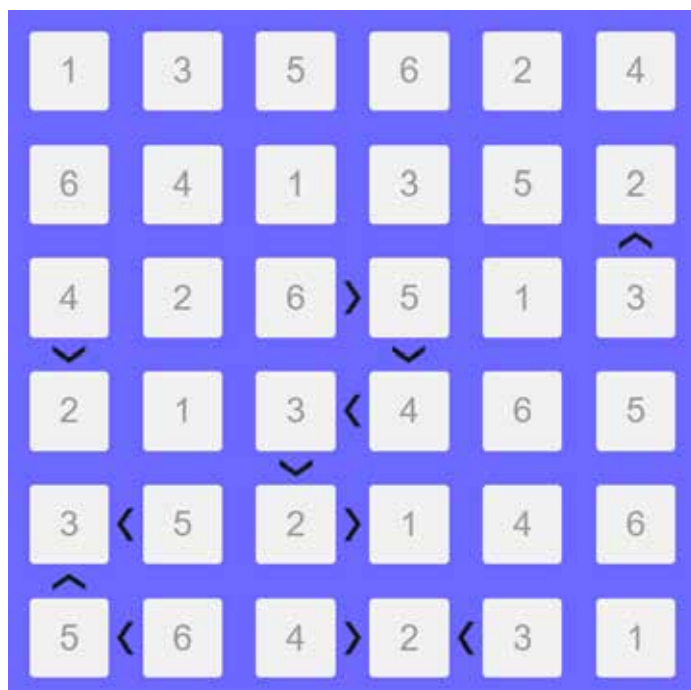
11h00 : Atelier Ecriture - Rez-de-chaussée	Isabelle
15h00 : Mots croisés - Rez-de-chaussée	Isabelle
15h00 - 17h00 : Ouverture de la boutique - Passerelle 2ème	
17h00 - 18h00 : Jeux Apéro - Rez-de-chaussée	Abou/Aïssata

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

Margaux MESLET-MINOST

Édition

Les équipes de la vie sociale

Et pour ce numéro : Les équipes de la vie sociale Abbaye, Bords-de-Marne, Cité Verte, Cristolienne et Pierre Tabanou