ça bouge !
20 Novembre 2026
ça bouge !
N°1792

LE VERNISSAGE D'AUTOMNE, UN ÉVÉNEMENT À LA CRISTOLIENNE



ABCD
RÉSIDENCES - SERVICES POUR PERSONNES AGÉES
Abbaye - Bords de Marne - Cité Verte
Cristolienne - Domicile & Services

Revue hebdomadaire des Résidences - Services ABCD

EDITO

Bonjour à toutes et à tous,

Le vernissage d'automne a été un succès à la Résidence de la Cristolienne. Des bénéficiaires de l'accueil de jour ont profité du beau temps pour se balader.

Des résidents de Pierre Tabanou partagent un texte sur le thème « Être vieux, c'est… ». Pour la Toussaint, des bénéficiaires ont visité le cimetière du Père-Lachaise.

Mme Moussette a célébré ses 103 ans à la Résidence de l'Abbaye. Une visite de France Miniature a ravi des résidents de l'Unité PHV. Des bénéficiaires de l'accueil de jour font de la boxe et redécouvrent l'art grâce à des conférences.

Une rencontre avec une écrivaine a ravi des résidents des Bords de Marne.

La confection de sablés de Noël a été un beau moment à la Résidence de la Cité Verte.

Bonne semaine à tous,

Margaux MESLET-MINOST
Responsable communication

Ça Bouge n°1792
21/11 > 27/11/2026

SOMMAIRE

L'ACTU DES RÉSIDENCES

- VERNISSAGE D'AUTOMNE À LA RÉSIDENCE DE LA CRISTOLIENNE
- "ÊTRE VIEUX, C'EST..." PAR DES RÉSIDENTS DE PIERRE TABANOU
- RENCONTRE AVEC MME MOUSSETTE RÉSIDENTE DE L'ABBAYE
- RENCONTRE AVEC L'ÉCRIVAINE ALICIA RIVIÈRE ANBARASAN À LA RÉSIDENCE DES BORDS DE MARNE
- SUCCÈS DU PREMIER ATELIER DE CONFECTION DE SABLÉS DE NOËL À LA RÉSIDENCE DE LA CITÉ VERTE
- SORTIE À FRANCE MINIATURE POUR L'UNITÉ PHV DE L'ABBAYE
- BALADE AUTOMNALE ET ART-THÉRAPIE À L'ACCUEIL DE JOUR DE LA CRISTOLIENNE
- UNE SORTIE AU COEUR DE L'HISTOIRE POUR LA TOUSSAINT POUR L'ACCUEIL DE JOUR DE PIERRE TABANOU
- BOXE ET CONFÉRENCE ARTISTIQUE À L'ACCUEIL DE JOUR DE L'ABBAYE
- PARTAGE DE LECTURE PAR MME MONTAGNIER

ACTUALITÉS

- DES PALES D'ÉOLIENNES, « LE PLUS SOUVENT BROYÉES ET INCINÉRÉES», DEVIENNENT DES TABLES DE PING-PONG GRÂCE À NÉOLIEN
- JEUX : MOTS MÊLÉS
- PLANNING ACTIVITÉS

LE VERNISSAGE D'AUTOMNE : QUEL ÉVÉNEMENT !

C'est dans une ambiance chaleureuse et conviviale que s'est déroulé le vernissage d'automne, un rendez-vous placé sous le signe de la créativité et du partage. Pour l'occasion, les résidents sont venus nombreux, curieux de découvrir les différentes œuvres réalisées et exposées.

Les premières créations ont immédiatement attiré les regards : de magnifiques aquarelles délicatement encadrées, déclinées autour du thème de l'automne. Paysages, fleurs et natures mortes se sont dévoilés à travers une palette de couleurs chatoyantes, rappelant toute la beauté de cette saison. Quelques cucurbitacées sont également venues compléter l'exposition, apportant une petite touche d'Halloween à l'ensemble !

Mais cette exposition réservait une autre belle surprise : la découverte du cyanotype. Cette technique artistique, encore méconnue de nombreux résidents, a particulièrement éveillé leur curiosité. Questions, étonnement et admiration étaient au rendez-vous devant ces créations qui permettent de capturer et de révéler la nature dans toute sa beauté. Si le soleil, indispensable à la réalisation du procédé, a malheureusement décidé de se faire discret ce jour-là, cela n'a en rien diminué l'intérêt suscité par cette découverte.

Un grand merci à Chloé, Animatrice Vacataire à l'initiative de ce projet, et à Gildas, notre professeur de peinture, pour leur investissement, leur accompagnement et leurs précieux conseils, qui ont largement contribué à la réussite de cette exposition et à la qualité des œuvres présentées.

Et parce qu'un vernissage est aussi un moment de convivialité, une deuxième surprise attendait les participants pour clôturer cet après-midi : de délicieux petits fours sucrés et salés, distribués par l'ensemble des animateurs, sont venus régaler les papilles de chacun !

Entre découvertes artistiques, émerveillement et gourmandise, ce vernissage d'automne aura été un véritable moment de partage. Riches de cette belle expérience, les résidents sont déjà impatients de découvrir les prochaines créations et attendent avec enthousiasme le prochain rendez-vous artistique !

L'équipe de la Vie Sociale













ÊTRE VIEUX, C'EST ...

Être vieux, c’est être riche en souvenirs,
C’est regarder le passé avec un sourire.
C’est avoir vécu des joies et des chagrins,
Et garder tant d’histoires au creux de ses mains.
Être vieux, c’est marcher un peu moins vite,
Faire moins d’exercices, prendre son temps,
Voir la vie autrement, apprécier chaque instant,
Même si parfois le corps nous limite.
Être vieux, c’est avoir de l’expérience,
Des leçons apprises au fil des années,
Des rêves, des envies, encore de l’espérance,
Et tant de choses qu’on voudrait réaliser.
Mais parfois, les envies restent dans la tête,
Les projets s’éloignent, les occasions s’en vont,
Après la retraite, on fait parfois le bilan,
Avec des regrets au fond de la maison.
On se dit : « J’aurais voulu faire tant de choses,
Voyager, apprendre, découvrir d’autres horizons,
Mais le temps a passé, sans que l’on ose,
Et certains rêves sont restés des illusions. »
Pourtant, être vieux, ce n’est pas renoncer,
C’est avoir encore le droit d’espérer.
Avec une main tendue, un peu d’attention,
On peut redonner vie à bien des ambitions.
Car vieillir, ce n’est pas seulement le temps qui passe,
Ni les forces qui diminuent peu à peu,
C’est aussi une richesse que rien n’efface :
Avoir vécu, avoir aimé, et pouvoir encore être heureux.

Texte écrit par des Résidents lors de l'atelier écriture

RENCONTRE AVEC MME MOUSSETTE, 103 ANS DE SOUVENIRS ET DE CARACTRE

À l'occasion de son 103ème anniversaire, nous sommes allés à la rencontre de Mme Moussette en compagnie de Rokhaya, qui l'accompagne depuis près de dix ans. À travers ses souvenirs et ses confidences, découvrez le portrait touchant de la doyenne, entre caractère, tendresse et joie de vivre.

À 103 ans, Mme Moussette est la doyenne de la Résidence. Une personnalité attachante, pleine de vie et dotée d'un caractère bien affirmé qui fait son charme auprès des Résidents comme des professionnels.
À l'occasion de son anniversaire, nous avons pris le temps d'échanger avec elle, accompagnés de Rokhaya, qui la connaît depuis maintenant dix ans.
Mme Moussette aime la compagnie des autres, même si elle apprécie aussi ses moments de tranquillité. « *J'aime bien avoir les gens autour de moi* », confie-t-elle avec le sourire. Un sourire justement que tout le monde remarque et qui illumine la Résidence.
Lors de notre entretien, nous avons évoqué ses souvenirs, ses goûts et les petits plaisirs qui rythment son quotidien. Elle aime les animaux, particulièrement les chats, mais reconnaît avoir de l'affection pour tous les animaux. « *Ce sont des êtres sensibles comme nous* », rappelle-t-on au cours de la discussion.
La musique occupe également une place importante dans sa vie. Les équipes se souviennent de l'avoir vue chanter lors des goûters et des animations. Dès qu'une chanson retentit, ses yeux pétillent. Les mélodies semblent réveiller de beaux souvenirs et apporter beaucoup de joie.
Pour son anniversaire, Mme Moussette a été particulièrement gâtée. Parmi ses cadeaux figuraient un magnifique bouquet de fleurs ainsi

qu'un joli plaid tout doux dont elle profite avec plaisir.
Rokaya parle d'elle avec beaucoup d'affection : «*Je l'aime beaucoup. Bien sûr, elle a son caractère, mais c'est aussi ce qui fait sa personnalité.*»
Et du caractère, Mme Moussette en a ! Elle le revendique même avec humour. À 103 ans, elle estime avoir le droit de s'exprimer librement et de dire ce qu'elle pense. Une belle leçon de vie qui montre qu'il n'y a pas d'âge pour garder sa personnalité et son indépendance.
Interrogée sur la résidence, elle se montre très positive. Les repas, les animations et l'accompagnement lui conviennent parfaitement. Elle se sent bien entourée par les équipes qui prennent soin d'elle au quotidien.
Cette rencontre nous a permis de découvrir une résidente attachante, sincère et pleine de vie. Entre ses éclats de rire, ses souvenirs, son amour de la musique et son franc-parler, Mme Moussette continue de marquer la vie de la résidence.
Encore un très joyeux anniversaire à la doyenne, et merci à elle pour ce beau moment de partage.

Le regard de Rokhaya sur Mme Moussette
Rokhaya connaît Mme Moussette depuis près de dix ans. À ses yeux, c'est une femme attachante, sincère et pleine de personnalité. Dotée d'un caractère affirmé, Mme Moussette sait ce qu'elle veut et reste fidèle à elle-même, ce qui fait tout son charme. Rokhaya apprécie particulièrement son authenticité : elle exprime ses émotions avec spontanéité, qu'il s'agisse de sa satisfaction ou de son mécontentement, tout en laissant transparaître une grande tendresse.
Son petit rituel quotidien reste son chocolat chaud du matin, un plaisir auquel elle tient tout particulièrement et qui fait partie intégrante de ses habitudes.

Le regard de Fatima sur Mme Moussette
Je trouve Mme Moussette très attachante. C'est une résidente qui dégage beaucoup de douceur et de bienveillance. Son sourire est communicatif et fait du bien à toutes les personnes qui l'entourent.

Mme Moussette possède un regard très expressif, qui reflète parfaitement ses émotions et sa personnalité. Elle apprécie les moments d'échange, les discussions et les instants de convivialité.
Mme Moussette a également son petit caractère, ce qui fait tout son charme et participe à son identité. Elle sait exprimer ses envies et ses opinions avec authenticité.
Lors des activités proposées, et particulièrement pendant les goûters gourmands, elle participe avec plaisir. Elle aime notamment chanter, ce qui apporte de la joie et de la bonne humeur. Ces moments lui permettent de s'épanouir, de partager sa bonne humeur, de créer de beaux souvenirs avec nous les professionnels et les autres Résidents.

Fatima, équipe de la Vie Sociale









RENCONTRE AVEC L'ÉCRIVAINE ALICIA RIVIÈRE ANBARASAN

Nous avons eu le plaisir d'accueillir Alicia Rivière Anbarasan, écrivaine aveugle de naissance, venue nous présenter son livre, dans lequel elle raconte son quotidien, son expérience du handicap et sa vie de maman.

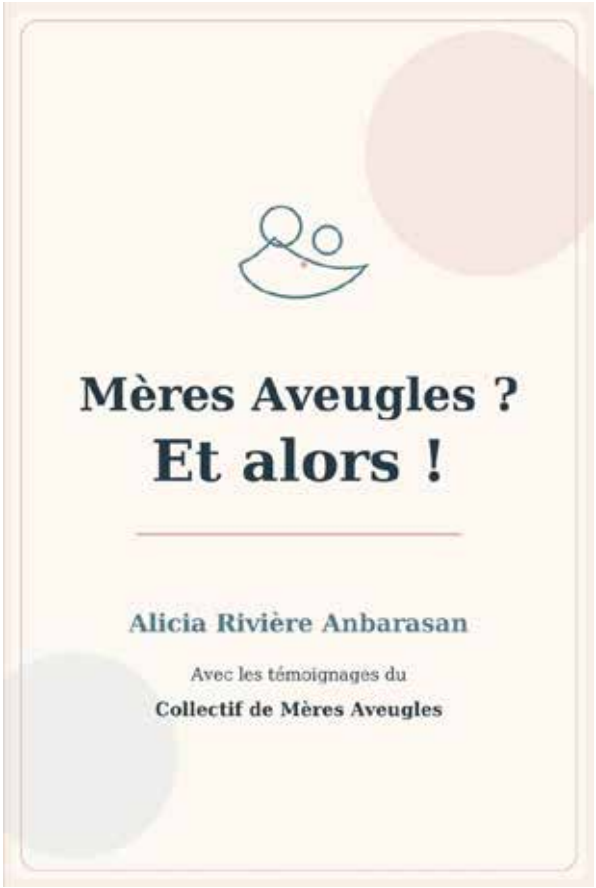
Pour débuter cette rencontre, Alicia nous a proposé la lecture d'un extrait de son ouvrage. Un passage à la fois drôle, vivant et très bien écrit, dans lequel elle partage avec beaucoup d'humour les petites mésaventures de son quotidien, les situations parfois inattendues auxquelles elle est confrontée, mais aussi les préjugés auxquels elle doit faire face.
La lecture a ensuite laissé place à un beau moment d'échange. Pendant près d'une heure, les Résidents lui ont posé toutes leurs questions, sans tabou et en toute simplicité. Alicia a répondu avec beaucoup de spontanéité, de naturel et de bonne humeur, nous permettant ainsi de mieux comprendre son quotidien et sa façon de vivre avec son handicap.
Elle nous a également fait découvrir les outils qui facilitent sa vie de tous les jours, notamment l'utilisation de son téléphone, et nous a montré comment l'intelligence artificielle (IA) peut devenir une véritable alliée dans son quotidien. Une démonstration qui a suscité beaucoup de curiosité et d'intérêt auprès des Résidents !

Au-delà de la découverte de son parcours, cette rencontre a été une belle leçon d'ouverture d'esprit, de tolérance et de sensibilisation au handicap. Elle nous a rappelé l'importance de dépasser les apparences et les idées reçues, tout en nous permettant de découvrir une femme passionnée, pleine d'humour et de ressources.

Un moment riche en échanges, en rires et en émotions, très apprécié des Résidents, qui garderont sans aucun doute un beau souvenir de cette rencontre !

Un grand merci à Alicia pour sa disponibilité, son authenticité et ce joli moment de partage !

Alexandre, équipe de la vie sociale





SUCCÈS DU PREMIER ATELIER DE CONFECTION DE SABLÉS DE NOËL

Des Résidents ont pris beaucoup de plaisir à mettre la main à la pâte, à pétrir, à façonner et à donner vie à de délicieux petits sablés. Chacun a mis toute son énergie et son enthousiasme dans cette activité gourmande et conviviale.

Entre bonne humeur, partage et créativité, ce joli moment a permis à chacun de profiter pleinement de la magie de Noël qui approche.
Un grand bravo à tous les participants pour leur investissement et leur bonne humeur ! Vivement le prochain atelier !

Nadia, équipe de la vie sociale





CITÉ VERTE SUCY













SORTIE À FRANCE MINIATURE

Des Résidents de la PHV ont profité d'une visite au parc France Miniature afin de découvrir et redécouvrir les reproductions des monuments français.

Dans un cadre agréable, ils ont déambulé dans le parc pour admirer les monuments emblématiques reproduits en miniature.
Parmi eux : le Mont-Saint-Michel, les châteaux de la Loire, le Fort Boyard et bien d'autres encore.

Après une pause déjeuner au restaurant du parc, la balade a repris pour le plus grand plaisir de tous.

D'après les échanges avec les Résidents, ce fut une belle journée d'évasion et de partage, appréciée par l'ensemble du groupe.

L'équipe de l'Unité PHV





ABBAYE - PHV













ABBAYE - PHV













BALADE AUTOMNALE ET ART-THÉRAPIE

Dès que les températures le permettent, nous partons faire une marche automnale.
Cela fait du bien de marcher au soleil après le déjeuner et, lorsque nous revenons, nous reprenons nos activités dans notre salle.

Le cours d'art-thérapie d'Anne-Sophie, au son d'une musique douce et zen, plaît beaucoup. Chacun et chacune laisse parler son imagination créative. Un vrai moment de détente très apprécié !

Sylvie et Nadège, équipe de l'Accueil de Jour de la Cristolienne







UNE SORTIE AU COEUR DE L'HISTOIRE POUR LA TOUSSAINT

À l'occasion de la Toussaint et pour donner suite à une demande des personnes accueillies, nous avons organisé une sortie au célèbre cimetière du Père-Lachaise, situé dans le 20ème arrondissement de Paris.

Inauguré en 1804, ce lieu emblématique doit son nom au père François de La Chaise, confesseur du roi Louis XIV. Avec ses 43 hectares, ses allées arborées et ses nombreux monuments funéraires, le Père-Lachaise est aujourd'hui un véritable musée à ciel ouvert, chargé d'histoire et de patrimoine.

Cette promenade nous a fait découvrir les sépultures de nombreuses personnalités qui ont marqué leur époque. Parmi elles, nous avons eu le plaisir de rencontrer Édith Piaf, Honoré de Balzac, Henri Salvador et même Michel Delpech dans leur dernière demeure ! Nous avons également évoqué Jim Morrison, chanteur du groupe The Doors, Oscar Wilde, célèbre écrivain irlandais, ainsi que Molière, Jean de La Fontaine et Frédéric Chopin.

Notre passage devant la tombe d'Édith Piaf nous a réservé une jolie surprise. Une personne présente sur les lieux a eu la bonne idée de diffuser quelques-unes de ses chansons. Pendant quelques instants, nous avons presque eu l'impression qu'elle chantait à nouveau pour nous ! Un moment plein d'émotion qui a fait remonter quelques souvenirs et résonner ses airs les plus connus.

Au fil de notre promenade, nous avons aussi admiré les nombreuses sculptures, chapelles et monuments qui font la richesse du cimetière. Nous avons notamment découvert le Mur des Fédérés, un lieu de

mémoire important qui rappelle les événements de la Commune de Paris en 1871. Le hasard a fait que nous nous sommes ensuite arrêtés au columbarium du cimetière : un ensemble de belles galeries voûtées où sont déposées les urnes funéraires de certains défunts.

Cette sortie, en lien avec la période de la Toussaint, a été une belle occasion de mêler histoire, culture et souvenirs. Une promenade hors du temps qui nous rappelle que derrière chaque sépulture se cache une histoire et que la mémoire de celles et ceux qui nous ont précédés continue de vivre à travers les générations.

Kenza, équipe de l'Accueil de Jour de Pierre Tabanou





BOXE ET CONFÉRENCE ARTISTIQUE

L'atelier boxe, animé par l'intervenante Leïla, est très apprécié des personnes accueillies à l'Accueil de Jour de l'Abbaye. Tout le monde participe avec une belle énergie et beaucoup d'enthousiasme.

Après avoir échauffé leurs muscles, les bénéficiaires ont travaillé leur créativité. Les deux conférencières de l'atelier MUSÉE ART'Z ont permis aux bénéficiaires de décrypter les subtilités des tableaux de peintres célèbres. Les échanges et les débats ont été riches et passionnants.

Laurence, Ursula et Peggy, équipe de l'Accueil de Jour de l'Abbaye



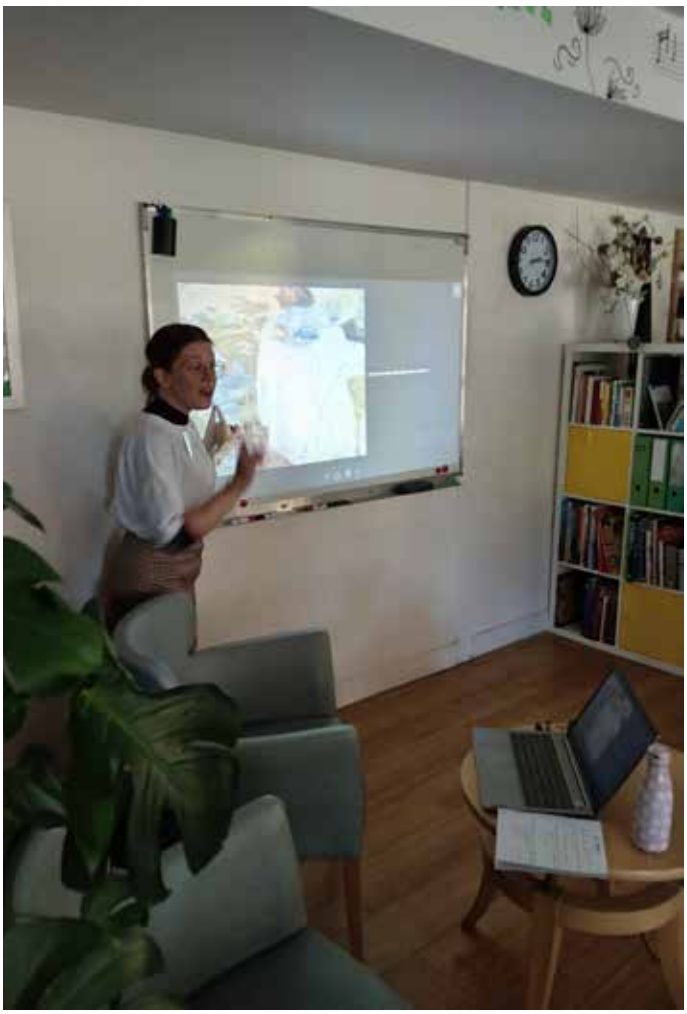






ABBAYE - ADJ









« LA SOLITUDE DES PROFESSEURS EST INFINIE » DE YANNICK HAENEL, PAR MME MONTAGNIER

C'est un bonheur pour moi d'avoir retrouvé Yannick Haenel dont j'avais fait connaissance avec son livre « Cercle » qui m'avait choquée et éblouie. Je le retrouve avec «La solitude des professeurs est infinie», roman paru chez Gallimard en 2026. J'en suis en cours de lecture mais j'ai choisi d'en parler tant l'actualité des lycéens est proche.

Son nouveau livre est à la fois choquant et exaltant. D'un côté, le travail harassant et passionnant d'un prof de littérature qui débute son enseignement dans un collège de banlieue et se heurte à la machine, la machinerie, de l'Education Nationale qui traite les profs comme des machines à remplir des cases et se moque bien de leurs capacités à transmettre, là, justement, la littérature, qui ira dans le cœur et l'intelligence des élèves, fussent-ils, à leur tour, passionnés par ce qu'ils découvrent. Donc le clic-clac de l'organisation d'un côté et la passion d'un prof de littérature passionné et passionnant.

Cependant, ce prof est inadapté ? inconscient de qu'est la pratique d'une classe de littérature en 6ème d'un collège. Il est habité par la passion des Lettres, de leurs sens, de leur pouvoir de modifier les forces dominantes d'un élève de 11-12 ans.

La façon de penser la vie, sa vie, de ce prof ne va pas dans le sens d'une banalisation, d'autant que d'autres passions le conduisent à s'écarter de la raison, à être en phase avec d'autres plaisirs.

Après un été bousculé où il devient gardien d'un terrain de tennis et autres aventures, il retrouve le collège où il enseigne, aussi peu accueillant qu'auparavant. On l'a relégué dans un préfabriqué humide et non chauffé. Là il devra subir la bêtise d'un inspecteur. Il y a un bel exposé sur le sens de l'enseignement de la littérature.

PARTAGE DE LECTURE

Si vous lisez ce live, vous serez empli de joie et de souffrance, d'accords et de désespoirs, de bonheurs et de colères, de tentatives de dialogue, réussies ou non.

La suite des collèges où il enseignera lui fera admettre cette réflexion : « il y a une vérité qui vient des mésaventures ; à leur manière, elles aiguisent l'humour et ridiculisent le confort. » La seule vérité, c'est l'enthousiasme.

Marie-Thérèse MONTAGNIER (membre de l'association Citoyennage et Résidente à l'Abbaye)

Vous souhaitez discuter plus en détails de ce livre avec Mme Montagnier ? N'hésitez pas à revenir vers nous.





POURQUOI LES FEUILLES CHANGENT DE COULEUR À L'AUTOMNE ?

Des arbres aux couleurs dorées, des feuilles rouge vif qui tapissent les chemins, des paysages teintés d'orange et de brun… Chaque année, l'automne transforme la nature en un véritable tableau. Mais pourquoi les feuilles changent-elles de couleur ? Pourquoi certaines deviennent-elles jaunes, d'autres rouges, tandis que certaines restent vertes plus longtemps ?
Ce spectacle, que nous avons tous pu admirer au fil des saisons, n'est pas seulement esthétique. Il cache un phénomène scientifique fascinant : les arbres se préparent à affronter l'hiver. Derrière ces belles couleurs se déroule une véritable stratégie de survie.
Aujourd'hui, essayons de comprendre ce qui se passe dans les feuilles lorsque les jours raccourcissent et que les températures baissent.

Pourquoi les feuilles sont-elles vertes au printemps et en été ?
Pour comprendre les couleurs de l'automne, il faut d'abord s'intéresser à ce qui donne leur couleur verte aux feuilles.



Cette couleur est due à une substance appelée chlorophylle. Elle se trouve dans de minuscules structures présentes dans les cellules des feuilles, que l'on appelle les chloroplastes.
La chlorophylle joue un rôle essentiel : elle permet aux plantes de réaliser la photosynthèse. Grâce à la lumière du soleil, les feuilles

utilisent l'eau puisée dans le sol et le dioxyde de carbone (CO_2) présent dans l'air pour fabriquer des sucres. Ces sucres constituent une source d'énergie indispensable à la croissance de l'arbre.
Au passage, ce processus libère de l'oxygène dans l'atmosphère, que nous respirons chaque jour ! La chlorophylle absorbe principalement les lumières rouge et bleue, mais renvoie davantage la lumière verte. C'est pourquoi nos yeux perçoivent les feuilles comme étant vertes. Tant que les conditions sont favorables, l'arbre fabrique continuellement de la chlorophylle pour entretenir ses feuilles.

Pourquoi les feuilles changent-elles de couleur à l'automne ?
À l'approche de l'automne, deux changements importants se produisent : les journées raccourcissent et les températures commencent à baisser. Les arbres perçoivent notamment la diminution de la durée du jour. Ils comprennent alors que l'hiver approche et qu'il est temps de se préparer à cette période plus difficile.
La production de chlorophylle diminue progressivement, puis la chlorophylle déjà présente se dégrade. Le vert disparaît peu à peu et laisse apparaître d'autres pigments qui étaient déjà présents dans les feuilles. C'est ainsi que les jaunes et les orangés deviennent visibles !
Mais ce n'est pas tout : certaines feuilles fabriquent également de nouveaux pigments, responsables de leurs magnifiques couleurs rouges et violettes. L'automne révèle donc une palette de couleurs qui était en partie cachée sous le vert de l'été.

D'où viennent les différentes couleurs de l'automne ?
Toutes les couleurs automnales ont une explication scientifique. Elles sont liées à différents pigments présents dans les feuilles.




- Le jaune et l'orange : les couleurs cachées

Parmi les pigments responsables de ces couleurs, on trouve les caroténoïdes. Ce sont les mêmes substances qui donnent leur couleur orange aux carottes ou jaune aux citrons. Ils sont présents dans les feuilles tout au long de l'année, mais restent généralement masqués par la chlorophylle, beaucoup plus abondante. Lorsque le vert disparaît à l'automne, les caroténoïdes deviennent visibles et donnent aux feuilles leurs belles teintes jaunes et orangées.



- Le rouge et le violet : des couleurs fabriquées à l'automne

Les couleurs rouges et violacées sont principalement dues à d'autres pigments : les anthocyanes. Contrairement aux caroténoïdes, ces pigments sont souvent fabriqués par la feuille à l'automne, notamment lorsque les journées sont ensoleillées et les nuits fraîches. Ils sont responsables des magnifiques rouges que l'on peut observer chez certains érables, les vignes vierges ou encore certains chênes. Les scientifiques pensent que ces pigments pourraient notamment aider à protéger les feuilles des effets d'une lumière trop intense pendant cette période de transition.



- Le brun : la fin du cycle

Lorsque les feuilles vieillissent et que leurs pigments se dégradent,

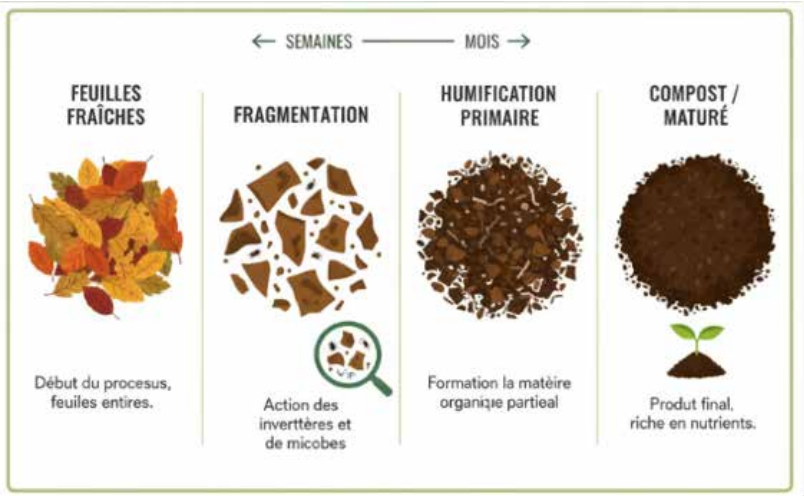
d'autres substances prennent le dessus. Des composés issus de la dégradation des cellules, notamment les tanins, contribuent aux teintes brunes. La feuille se dessèche progressivement avant de tomber au sol.

Pourquoi tous les arbres ne prennent-ils pas les mêmes couleurs ?
Vous l'avez certainement remarqué lors d'une promenade : certains arbres deviennent jaune vif, d'autres rouge écarlate, tandis que certains prennent des teintes brunes. Cela s'explique par plusieurs facteurs.
Tout d'abord, chaque espèce d'arbre possède une composition différente en pigments. Les bouleaux et les peupliers prennent souvent de belles couleurs jaunes, tandis que certains érables offrent des rouges particulièrement éclatants.
Ensuite, les conditions météorologiques jouent un rôle important. Les journées ensoleillées, les nuits fraîches et les températures automnales favorisent souvent l'apparition de belles couleurs rouges. À l'inverse, un automne très doux ou particulièrement nuageux peut rendre les couleurs moins intenses.
La quantité d'eau disponible influence également ce phénomène. Une sécheresse importante peut provoquer une chute prématurée des feuilles et limiter la beauté des couleurs automnales.
Chaque automne est donc différent, et c'est aussi ce qui rend ce spectacle si particulier !

Pourquoi les feuilles finissent-elles par tomber ?
La chute des feuilles porte un nom scientifique : la défoliation.
Contrairement à ce que l'on pourrait penser, les arbres ne perdent pas leurs feuilles simplement parce qu'elles meurent de froid. C'est un mécanisme naturel et organisé.
Avant de se séparer de leurs feuilles, les arbres récupèrent une partie des éléments nutritifs qu'elles contiennent, notamment l'azote et le phosphore. Ces ressources sont ensuite stockées dans les branches, le tronc et les racines pour être réutilisées au printemps suivant. Une petite zone de séparation se forme alors à la base de chaque feuille,

au niveau de son pétiole, c'est-à-dire la petite tige qui la relie à la branche. Cette zone finit par se détacher : la feuille tombe, laissant l'arbre presque nu.
Cette stratégie permet notamment aux arbres de limiter les pertes d'eau pendant l'hiver, lorsque le sol peut être gelé et que les racines ont plus de difficultés à absorber l'eau.

Les feuilles mortes sont-elles vraiment mortes pour la nature ?
Une fois tombées au sol, les feuilles ne sont pas inutiles, bien au contraire ! Elles jouent un rôle essentiel dans l'équilibre des forêts.
Elles forment progressivement une couche appelée la litière forestière. Cette couverture naturelle protège le sol contre le froid, limite son dessèchement et offre un abri à de nombreux petits animaux. Vers de terre, cloportes, insectes, champignons et bactéries participent à leur décomposition (image ci-dessous). Petit à petit, ils transforment les feuilles mortes en matière organique, qui enrichit le sol et nourrit les plantes.
Ce processus permet de remettre en circulation les éléments nutritifs dont les arbres auront besoin au printemps.



Source : Jardin potager

Les feuilles qui tombent à l'automne préparent donc déjà la croissance de la nature pour la saison suivante !

Un cycle qui recommence chaque année

L'automne n'est pas une saison de fin, mais plutôt une période de transition. En perdant leurs feuilles, les arbres entrent dans une phase de repos qui leur permet de traverser les mois les plus froids. Lorsque les beaux jours reviendront, les bourgeons s'ouvriront, de nouvelles feuilles apparaîtront et la photosynthèse reprendra pleinement son activité. Les arbres nous offrent ainsi un magnifique exemple de l'adaptation de la nature aux changements de saisons.

La prochaine fois que vous admirerez un tapis de feuilles dorées ou un érable rougeoyant, vous saurez que derrière ces couleurs se cache une mécanique naturelle aussi belle qu'ingénieuse !

Le saviez-vous ?

- Les journées ensoleillées et les nuits fraîches favorisent souvent les couleurs rouges les plus éclatantes.
- Avant de tomber, les feuilles récupèrent une partie de leurs éléments nutritifs pour que l'arbre puisse les réutiliser au printemps.
- Les feuilles mortes nourrissent les sols et servent d'abri à de nombreux petits animaux.
- Tous les arbres ne perdent pas leurs feuilles : les conifères, comme les pins et les sapins, conservent généralement leurs aiguilles plusieurs années.

La Résidence de la Cité Verte fête ses 20 ans

Voilà 20 ans que la Résidence de la Cité Verte s'est installée dans ses nouveaux murs, à Sucy. Pour célébrer cet anniversaire comme il se doit, résidents, familles, professionnels, bénévoles et partenaires se sont tous réunis pour souffler les bougies.

Si l'histoire de la maison de retraite remonte à la fin des années 1960, une nouvelle page s'est écrite en 2002 avec la démolition des locaux d'origine et la construction de la résidence actuelle, livrée en 2006. Ce projet, conçu sous l'égide de Pascal Champvert, alors directeur du groupe ABCD auquel appartient la Cité Verte, a bénéficié du soutien de la Ville. 20 ans plus tard, le pari architectural semble avoir particulièrement bien résisté au temps. Ouverte sur l'extérieur, dotée de généreux espaces de rencontres et de chambres spacieuses, la résidence offre un cadre de vie agréable. Car au-delà des bâtiments, c'est bien l'ambiance qui fait la singularité de la Cité Verte. Chaque jour, les équipes veillent à faire de la résidence un véritable lieu de vie, où chacun peut retrouver des repères, des habitudes et un environnement familier.

Cette célébration des 20 ans a ainsi été l'occasion de saluer celles et ceux qui font vivre la résidence au quotidien. « *Un grand merci à toute l'équipe réunie autour de Magali Dos Santos et de Pierre Gilbert, qui a succédé à Pascal Champvert, pour son engagement et son énergie* » a tenu à souligner le Maire, David Perre. Après 20 ans dans ses murs actuels, la résidence regarde désormais vers l'avenir avec enthousiasme. De nouveaux projets se préparent, toujours avec la même ambition : faire de la Cité Verte un lieu de vie accueillant, dynamique et ouvert.





Septembre - Octobre 2026 - n°289

Article paru dans le magazine « Sucy info »

Isère : Des pales d'éoliennes, « le plus souvent broyées et incinérées», deviennent des tables de ping-pong grâce à Néolien

Une entreprise de l'Isère, Néolien, transforme des pales d'éoliennes en fin de vie en mobilier, comme en tables de ping-pong ou en abris vélos. Une alternative à l'incinération de ces déchets

Elles ont brassé le vent dans le Tarn, elles servent désormais à renvoyer des balles de ping-pong. Des pales d'éoliennes ont été transformées en table de tennis de table extérieure et ont été inaugurées en octobre dernier dans le village d'accueil des mineurs non accompagnés de Mantes-la-Jolie, dans les Yvelines. C'est une première en France, d'après l'entreprise conceptrice Néolien.

Tout est parti d'un constat, raconte Julien Kressmann, cofondateur de la société située en Isère. « Les pales d'éoliennes, fabriquées pour être en rotation, prennent des cycles de fatigues et s'altèrent avec le temps. Au bout d'une vingtaine d'années de fonctionnement, de service, il faut les changer. » Mais que deviennent ces « déchets » ? Comme le rappelait un article de l'AFP Factuel en 2021, les pales sont la partie de l'éolienne la plus difficile à recycler mais les enterrer purement et simplement dans une décharge est impossible en France et dans le reste de l'Europe.

« Comme leur enfouissement est interdit, elles sont le plus souvent broyées puis incinérées », explique Julien Kressmann. Or le parc français, lancé au début des années 2000, arrive à l'âge du démantèlement. Selon lui, environ 1.000 pales par an seront à démanteler pour être remplacées en France à l'horizon 2030, « voire davantage ». Il reprend : « Pour anticiper cette situation, on s'est demandé quels usages on pourrait avoir de ces pales. » Son idée était de « faire [sa] part pour les générations futures », et « éviter la logique extractiviste de matières premières », résume-t-il. « On a alors imaginé des mobiliers urbains, dont les tables de ping-pong parce que ça répondait à une attente sur le marché de la réutilisation », ajoute-t-il. Son équipe se consacre pleinement à ce projet depuis environ trois ans.

Les propriétés intéressantes des pales d'éoliennes

Néolien récupère les pales au pied des mâts, les découpe sur place

puis les transporte dans ses ateliers à Saint-Marcellin, où un bureau d'études conçoit le futur objet. Pour les deux tables, seules les zones planes de deux pales, qui peuvent mesurer 30 à 50 m, ont servi de plateaux. « On ne fond pas la matière, précise Julien Kressmann. On la découpe, on la recolle, on la reforme. » Après un mois et demi à l'atelier, les pales peuvent repartir pour une nouvelle (longue) vie.

Car si, en « dynamique », elles perdent leurs propriétés, elles les gardent en « statique », notamment dans la « robustesse » de ses « matières composites », un mélange de résine thermodurcissable et de fibres de verre et/ou carbone. « Une fois transformées, elles ne vont pas bouger pendant des dizaines et des dizaines d'années », assure Julien Kressman qui avance une durée de réemploi de 20 à 40 ans « au moins ».

Des abris vélos, des bancs, des tables de pique-nique…

Les deux tables de ping-pong dans les Yvelines sont le premier projet de Néolien pour une collectivité territoriale. Le prochain devrait être livré d'ici la fin d'année, en Nouvelle-Aquitaine, avec « six grands abris vélos, aux pièces de 12 m ». D'autres produits, comme des tables, des transats, des bancs, ont déjà été réalisés pour des organisations privées. Dans ses clients, l'entreprise compte également les « exploitants éoliens » qui « cherchent à trouver des solutions de valorisation de leurs pales », indique Julien Kressmann.

Une plaque gravée sur chaque réalisation rappelle le parc d'origine, les années de service et l'énergie produite par l'éolienne.

Une plaque gravée sur chaque réalisation rappelle le parc d'origine, les années de service et l'énergie produite par l'éolienne. - Néolien

En termes de prix, pour une table de pique-nique par exemple, « c'est le même que celui pour une table en béton, un produit équivalent dans la résistance dans le temps », assure-t-il, l'estimant à environ 1.000 euros.

Avec une vingtaine de personnes, dont une quinzaine en production, Néolien compte se positionner dans la « professionnalisation » et « l'industrialisation » du domaine. La société ambitionne d'être « l'un des leaders de la réutilisation de pales », en France, dès 2027, assure son cofondateur.

Source : 20minutes

MOTS MÊLÉS

L E A T E L E M T N E C

O B B O T R A N O T R E

N I C U I E E I S N C F

G R R R S L S I D D O O

A T O T O I V E P N E I

P A R I V I N I C U O S

M I V E R R T E V O O M

A D R R E O U R S R I S

C P A E N R E B E S E D

ARRIVISTE
ATELE
BERNE
BUSINESS
CAMPAGNOL
CENT
CROITRE
DENREE
DIATRIBE
DIOCESE
FONCEUR
MAESTRIA
MAORI
MONDIAL
MONOI
NERVOSITE
NOTRE
OCRE
OEUVRE
PITON
PREVISION
ROUND
SOUCI
SOUPIERE
TOURTIERE
TRIO
VIOLENT
VIVRE

PLANNING ABBAYE

Samedi 21 novembre
10h à 11h45 : Les résidents vous accueillent à La Boutique - Allée Commerçante
15h00 : Lecture de la revue « ça bouge » - Petit restaurant
15h30 : Cinéclub : « Police Python 357 » avec Yves Montand et Simone Signoret
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
16h00 : Spectacle des clowns - Logements et Rotonde du 3ème castel

Dimanche 22 novembre
10h30 : Réunion d'association - Café littéraire
15h30 : Badminton & bowling - 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 23 novembre
10h00 : Jeu de marche et équilibre groupe 1, Laura PAVLOWSKI - Salle Bien-être
11h00 : Jeu de marche et équilibre groupe 2, Laura PAVLOWSKI - Salle Bien-être
15h00 : Vidéo « La femme du boulanger » de Pagnol - 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 »
4ème Bellay
10h30 : Chant
11h30 : Vie quotidienne
15h30 : Petit BAC
17h00 : Lecture / Temps de parole
Unité PHV :
10h00 : Bonjour chez vous
11h00 : Direction à L'aquarium de porte Dorée
14h00 : Temps libre, temps individuel
20h00 : Temps de détente autour d'une tisane - Rotonde

Mardi 24 novembre
10h00 : Cours de sport APA séniors - Salle Castel
11h00 : Cours de sport « ParaChute » - Salle Castel
11h30 : Cours de sport « ParaChute » - Salle Castel
15h00 : Atelier créatif des petites mains - Grand restaurant
15h30 : L'heure musicale « Riccardo Chailly & Lukas Sternath, Festival de Lucerne 2026 » - Théâtre
17h00 : Jeu de questions - Espace bar
17h00 : Club mémoire, Monique Bouchot - Café littéraire
3ème Bellay
12h00 : Repas Dégustation « Un mitonné de Ratatouille » Préparé par Iphana, Alice et Marie
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
13h45 : Départ Mac val
14h30 : Point Guichet
15h00 : Revue de presse - Petit salon de la Rotonde
20h00 : Temps de détente autour d'une tisane - Rotonde

PLANNING ABBAYE

Mercredi 25 novembre
10h à 11h45 : Les résidents vous accueillent à La Boutique - Allée Commerçante
10h30 : Promenade sur inscription - Atrium
14h30 : Brin de causette, Emeline - Salon du Parc
15h00 : Jeux de table - Espace bar
15h00 : Boxe - Grand restaurant
15h00 : Club Bridge - Petit restaurant
16h45 : Loto - Espace bar
17h00 : Club mémoire, 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 questions
Unité PHV :
10h30 : Jeu au tableau ou jeu de société - Rotonde
10h à 11h45 : Les résidents vous accueillent à la boutique
14h30 : Musicothérapie Séance individuel
20h00 : Temps de détente autour d'une tisane - Rotonde

Jeudi 26 novembre
14h30 : Tir à l'arc - Salle Castel
16h00 : Après-midi gourmand en compagnie de Marc SAX - Grand restaurant
16h00 : Temps de prière - Oratoire
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 :
08h00 : Petit déjeuner continental - Rotonde
14h00 : Temps libre, temps individuel

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

Vendredi 27 novembre
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, Monique Bouchot - Café littéraire
3ème Bellay
11h00 : En route pour le pressing
14h30 : Carré Musical
15h45 : Gym douce
17h00 : Lecture de la revue ça bouge »
4ème Bellay
10h30 : Écoute musicale
11h30 : Vie quotidienne
15h00 : Préparation de gourmandises
16h00 : Bar des Amis
17h00 : Lecture de la revue ça bouge »
Unité PHV :
14h00 : Temps libre, temps individuel
16h30 : Atelier tricot - Rotonde du 3ème castel
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 21 Novembre
11h00 : Réveil musculaire - Salle du Parc
14h30 : Diffusion Cinéma « La grande vadrouille » - Salle du Parc
17h00 : Quizz - Cafétéria

Dimanche 22 Novembre
11h00 : Jeux apéro - Cafétéria
15h00 : Ambiance animation - Cafétéria
15h00 : Club évasion - Cafétéria
17h00 : Grand loto musical - Cafétéria

Lundi 23 Novembre
10h30 : Avec le multi accueil - 1er étage
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 la cafétéria
Activités club
10h45 : Atelier créatif - 3e Salle du club
15h00 : Jouer avec les mots - 3e Salle du club
16h30 : Ambiance musicale accordéon et heures savoureuse - Cafétéria

Mardi 24 Novembre
10h30 : Avec le multi accueil - 2ème étage
11h00 : Écoute musicale - Salle du Parc
14h45 : Tir à l'arc - Salle du Parc
15h00 : Club culture - Cafétéria
17h00 : Chorale - Restaurant
17h15 : Jeux de question - Cafétéria
Activités club
10h45 : Atelier pâtisserie
15h00 : Correspondance de l'être
16h00 : Collation entre amis
17h00 : Accompagnement aux jeux - Cafétéria

Mercredi 25 Novembre
10h30 : Sortie au Marché de Sucy
11h00 : Tai-chi - Salle du parc
15h00 : MJC est ses activités - Cafétéria
17h00 : Jeux musicaux - Cafétéria
Animation 3ème étage

PLANNING BDM

15h45 : Chansonâges - Restaurant
Activités club
10h30 : Espace détente
12h00 : Repas entre amis
14h45 : Chansonâges - Restaurant
15h00 : Jouer avec les mots
17h00 : Accompagnement aux jeux - Cafétéria

Jeudi 26 Novembre
10h30 : Avec le multi accueil - 3e étage
10h30 : Activités physique adapté grp 1 - Salle du Parc
11h00 : Activités physique adapté grp 2 - Salle du Parc
11h30 : L'épicerie fine
15h00 : Ambiance animation - Cafétéria
17h00 : Loto - Cafétéria
Activités club
15h00 : Atelier lecture
16h45 : Préparation aux jeux de 17h
17h00 : Accompagnement aux jeux - Cafétéria

Vendredi 27 Novembre
11h00 : Documentaire « les animaux sauveurs des forêts » - Salle du Parc
15h00 : Ambiance animation - Cafétéria
17h00 : La grande roue - Cafétéria
Activités club
12h00 : Repas du club
14h30 : Séance Snoezelen
17h00 : Accompagnement aux jeux - Cafétéria

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

PLANNING CITÉ VERTE

Samedi 21 novembre

10h30 : Chiens visiteurs pour les résidents du 1er et 2ème étage - Bar
15h30 : Atelier sophrologie - Salle d'activités — Laura
17h00 : Jeux de société - Espace bar
3ème étage : 11h00 : Vie quotidienne — Resto
15h30 : Écoute musicale

Dimanche 22 novembre

10h30 : Messe à la télévision sur France 2
15h30 : Ciné-Club « Potiche » avec Catherine Deneuve - Espace bar Laura
17h00 : Jeux de société - Espace bar
3ème étage : 10h30 : Messe sur France 2
15h30 : Documentaire animalier

Lundi 23 novembre

10h30 : Vie de quartier - Étages
15h30 : Chorale « Les Messagers » avec Guy Jullemier - Restaurant Laura et Emilie
17h00 : Jeu de lettres - Espace bar — Stagiaire
3ème étage : 10h30 : Atelier sensoriel — Emilie
15h30 : Chorale « Les Messagers » - RDC — Emilie

Mardi 24 novembre

10h30 : Boutique et point guichet — Françoise, Sylviane et Geneviève
14h30 : Tir à l'arc avec Marion - Salle d'activités
15h30 : Atelier gym douce avec Marion - Salle d'activités
17h00 : Mots croisés - Biblio — Laura
3ème étage : 11h00 : Boutique et Promenade — Emilie
15h30 : Décorations de Noël — Emilie

Mercredi 25 novembre

10h30 : Sortie en ville — Animatrice
14h30 : Projet « théâtre » intergénérationnel - Salle d'activités — Nadia et Françoise
15h30 : Thé chantant avec Jean-Patrick Talmont — Nadia
17h00 : Jeux de société - Espace bar — Stagiaire
3ème étage : 11h00 : Vie quotidienne — Emilie
15h30 Thé chantant avec Véronique - RDC — Emilie

PLANNING CITÉ VERTE

Jeudi 26 novembre

11h00 : Gym/yoga avec Nathalie - Salle d'activités	Phv
14h30 : Sport adapté avec Camille - Salle d'activités	
15h15 : Atelier créatif - Bibliothèque	Nadia
17h00 : Jeu de questions - Espace bar	Stagiaire
3ème étage : 11h30 : Vie quotidienne	Resto
15h15 : Contes	Pasa

Vendredi 27 novembre

10h30 : Vie de quartier - Étages	
15h30 : Chorale avec Pascal Leclerc - Salle d'activités	Françoise
17h00 : Jeux de société - Espace bar	Stagiaire
3ème étage : 11h00 : Vie quotidienne	
15h30 : Atelier sensoriel	
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 21 Novembre
11h00 Revue de Presse - Salon du Patio
15h00 Pièce de Théâtre « Je serai toujours là pour te tuer » - Restaurant
16h00 Échanges & Collation - Restaurant
Activités du 1er étage
11h00 Balades en fonction de la météo

Dimanche 22 Novembre
11h00 Écoute Musicale - Salle PASA
14h40 Video Club « Michou Auber » - Salle PASA
17h00 Karaoké Party - Restaurant
Activités du 1er étage
11h00 Émission Religieuse - Salle TV

Lundi 23 Novembre
11h00 Gym Douce G1 - Salon du Patio
15h00 Café Philo - Restaurant
17h00 La Grande Roue - Restaurant
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 24 Novembre
10h30 Atelier Peinture - Salon du Patio
15h00 Chorale - Salon du Patio
16h45 Voyage Culturel « Cathédrale de Strasbourg » - Restaurant
Activités du PASA
10h30 Musicothérapie
14h30 Atelier Peinture avec Gildas
Activités du 1er étage
11h00 Jeux de Société - Salle TV
14h30 Atelier Peinture avec Gildas - Salle PASA

Mercredi 25 Novembre
11h00 Boxe & Réflexes - Salon du Patio
11h45 Lecture du Conseil des Résidents - Restaurant
13h00 Synthèse et réponses avec le directeur - Restaurant
14h30 Activité Physique - Salon du Patio
15h30 Para-Chutes G1 - Salon du Patio
16h00 Para-Chutes G2 - Salon du Patio

17h00 Jeux de Lettres - Restaurant
Activités du 1er étage
10h30 Boxe - Salle TV
11h00 Jeux de Lettres avec Zaza - Salle TV
15h00 Documentaire - Salle TV
17h15 Photo Mémoire - Rotonde

Jeudi 26 Novembre
11h00 Atelier Écriture - Bibliothèque
14h00 Présentation Partenariat et Projets avec APOGEI94 - Restaurant
15h00 Yoga - Salon du Patio
17h00 Loto - Restaurant
Activités du PASA
10h30 Atelier Cuisine et Discussions
Activités du 1er étage
11h00 Contes et Chansons - Salle TV
15h15 Zumba Adaptée avec Fatim - Rotonde
17h15 Jeu de Questions - Rotonde

Vendredi 27 Novembre
14h00-16h00 : La Boutique de la Cristolienne - RDC
11h00 Documentaire « Animaux Envahisseurs » - Salle PASA
15h00 Atelier du Père Noël - Restaurant
16h00 Collation de Noël - Restaurant
17h00 Karaoké de Noël - Restaurant
Activités du 1er étage
11h00 Documentaire du Jour - Rotonde

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 21 Novembre
11h00 : Les reines du couteaux - Place vendôme Ida
15h00 : Œnologie - Place vendôme Ida

Dimanche 22 Novembre
11h00 : Émission religieuse - Place vendôme Ida
15h00 : Loto - Place vendôme Ida

Lundi 23 Novembre
11h00 : Pause café - Avenue des délices Ida
15h00 : Chorale - Restaurant aux milles saveurs Ida
16h00 : Heures savoureuses - Restaurant aux milles saveurs Ida

Mardi 24 Novembre
11h00 : Gym douce - Place vendôme Gertrude
11h00 : Visite de courtoisie - Logement Ida
15h00 : Atelier manuel - Place vendôme Gertrude

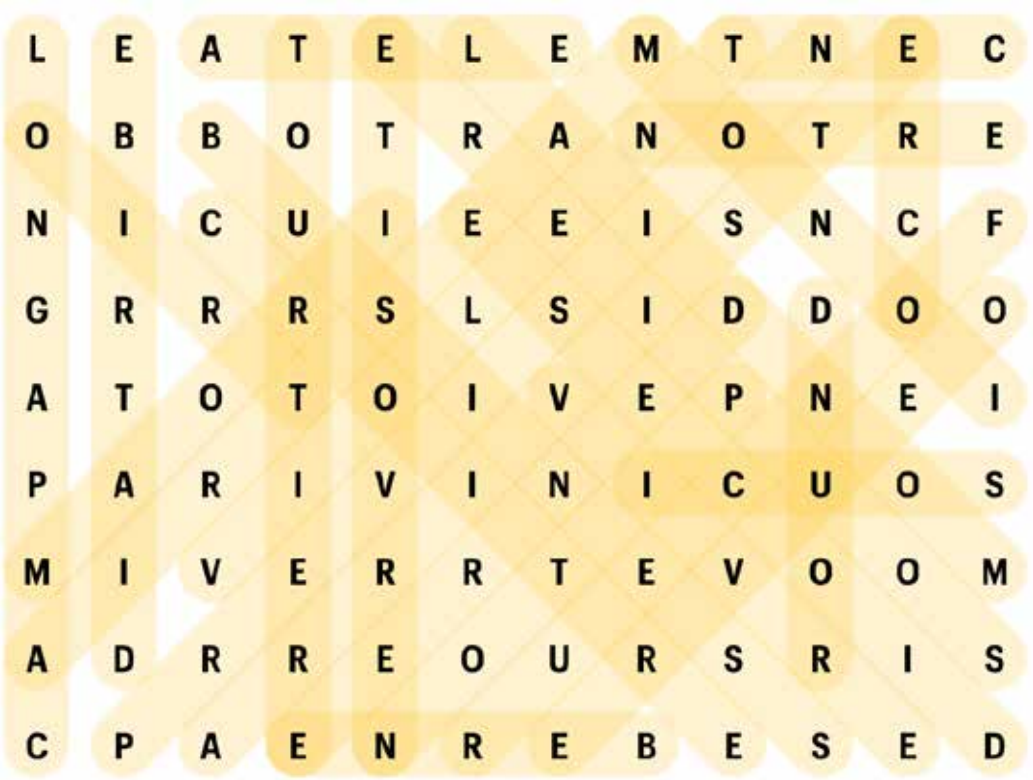
Mercredi 25 Novembre
11h00 : Atelier écriture - Place vendôme Gertrude
15h00 : Mots croisés - Place vendôme Gertrude

Jeudi 26 Novembre
11h00 : Chiffres et des lettres - Place vendôme Ida
15h30 : Boxe - Place vendôme Intervenant

Vendredi 27 Novembre
11h00 : Atelier mémoire - Place vendôme Gertrude
15h00 : Conférence virtuel - Restaurant aux milles saveurs Ida

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

SOLUTIONS DES JEUX



L	E	A	T	E	L	E	M	T	N	E	C
O	B	B	O	T	R	A	N	O	T	R	E
N	I	C	U	I	E	E	I	S	N	C	F
G	R	R	R	S	L	S	I	D	D	O	O
A	T	O	T	O	I	V	E	P	N	E	I
P	A	R	I	V	I	N	I	C	U	O	S
M	I	V	E	R	R	T	E	V	O	O	M
A	D	R	R	E	O	U	R	S	R	I	S
C	P	A	E	N	R	E	B	E	S	E	D

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