

La Mélod'hier

DEMANDEZ LE PROGRAMME !

Du 1er → au 7 septembre 2025



À LA UNE :

- Projection film, on bouge avec Nicolas, atelier mémoire, lecture ...
- Tomates-feta, brochettes de volaille grillée, saumon, glace, melon ...

www.melodhier.com

Maison Tbien

☎ 01 64 06 71 33

✉ direction@melodhier.com

📍 77170 Coubert

JEUDI 4



- Avocat crevettes mayonnaise
- Steak haché (5%), riz basmati
- Tomates a la provençale

Déjeuner

- Glace



- 11h - Gym avec kiné
- 15h - Nicolas ; atelier sport
- 16h30 - Temps calme en musique avec AS

Théâtre



Jazz

- 11h - Atelier mémoire avec Cassandra
- 14h - Activité musicale avec AS
- 15h - Atelier lecture avec AS



charméraie

- 14h - Temps calme en musique avec AS
- 15h - Spectacle salon théâtre



Côûter

Tarte au fruit

- Soupe de Brocolis
- croque monsieur et salade
- Compote

Dîner

VENDREDI 5



- Museaux de porc en vinaigrette
- Saumon aux herbes, PDT au four, salade
- Salade de fruits frais

Déjeuner



Théâtre

- 14h - Atelier soin et bien-être avec AS
- 15h - Bingo musical avec Jean-Marc



Jazz

- 4h -Temps calme avec AS
- 15h - Soin des mains et manucure avec AS en musique



charméraie

- 14h - Jeux de société avec AS
- 15h30 - Ecoutons la musique et retrouvons les interprètes



Côûter

Gâteau au chocolat maison

- Soupe du soir
- Feuilletté surprise
- Yaourt aux fruits

Dîner

SAMEDI 6



- Tomate feta
- Filet mignon rôti, poêlée de carottes
- Eclair au chocolat

Déjeuner



Théâtre

- 14h30 - Concours de belote
- 14h30 - Jeux de société avec AS
- 16h - Quizz département avec AS



Jazz

- 14h - Temps calme avec AS
- 15h - Soins des mains et manucure avec AS



charméraie

- 14h - Manucure avec AS
- 15h - Atelier art thérapie avec AS



Côûter

Corbeille de fruits

- Soupe de Carottes
- Salade de pâtes, tomates et poivrons
- Faisille

Dîner

LUNDI 1er



Déjeuner

- Crudités d'été
- Poisson et semoule haricots verts
- Duo pomme poire



Théâtre

- 14h30 - Jeux de société avec AS
- 15h30 - Le mot le plus long avec AS
- 15h30 - Sonothérapie avec Nathalie



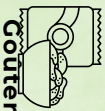
Jazz

- 14h30 - Atelier relaxation avec AS
- 14h45 - Sonothérapie avec Nathalie



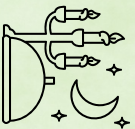
charmerai.e

- 14h - Sonothérapie avec Nathalie
- 15h - Ecoutons la musique avec AS



Coûter

Cookies Maison



Dîner

- Soupe d'Artichaut
- Jambon, purée
- Yaourt

MARDI 2



Déjeuner

- Concombre sauce yaourt, citron et menthe
- Crevettes grillées à la plancha avec ses légumes
- Pastèque et melon en folie



Théâtre

- 11h - Gym avec kiné
- 14h30 - Projection film "Un petit truc en plus" avec AS
- 16h30 - Quizz avec Jean-Marc



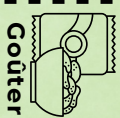
Jazz

- 11h - Atelier mémoire avec Cassandra
- 14h - Temps calme soins des mains avec AS
- 15h - Atelier musical avec AS



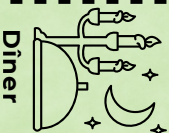
charmerai.e

- 14h - Ecoutons la musique
- 16h - Jeux de société "mémoire" avec AS



Coûter

Salade fruits



Dîner

- Bouillon vermicelles
- Salade Grecque
- Mousse au Chocolat

MERCREDI 3



Déjeuner

- Salade de pois chiches
- Brochettes de volaille grillé, salade
- Bavarois aux fruits rouges
- Chantilly Maison



Théâtre

- 11h - Atelier équilibre avec Johanna
- 14h - Atelier moteur avec Johanna
- 15h30 - Petit bac avec AS



Jazz

- 14h30 - Atelier soin et bien-être avec AS
- 15h - Projection film



charmerai.e

- 11h - Atelier mémoire avec Cassandra
- 14h - Temps calme en musique
- 14h30 - Manucure avec AS
- 14h30 - Petit bac avec AS
- 15h - Atelier lecture avec AS



Coûter

Salade de pastèque



Dîner

- Potage de chou-fleur
- Gratin de pomme de terre et lardon, salade
- Flan nappé

DIMANCHE 7



Déjeuner

- Rillettes
- Chipolata, purée de patate douce et brocolis
- Banane gourmande



Théâtre

- 14h - Temps calme en musique avec AS
- 14h30 - Petit bac avec AS
- 15h30 - Quiz sur écran géant avec AS



Jazz

- 14h - Activité musicale avec AS
- 15h - Atelier lecture avec AS



chambrerie

- 14h - Temps calme avec AS
- 14h30 - Quiz musical avec AS



Coucher

Minis pains aux raisins



Dîner

- Bouillon vermicelles
- Feuilleté au fromage sur salade
- Mousse et fruits

PARLEZ-NOUS

DE VOUS

Quel est votre film préféré ?

L'affirmation positive

de la semaine

« Ayez confiance en vous et tout sera possible. »

JEUX : SUDOKU

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