

La Mélod'hier

DEMANDEZ LE PROGRAMME !

Du 8 → au 14 septembre 2025



À LA UNE :

- Bingo musical, art thérapie, atelier mémoire, gym avec kiné ...
- Sauté de porc aux olives, moules frites, tomates farcies, fruits ...

www.melodhier.com

Maison Tbien

☎ 01 64 06 71 33

✉ direction@melodhier.com

📍 77170 Coubert

JEUDI 11



- Sautisson à l'ail
- Sauté d'agneau au thym, duo de carottes
- Glace



- Salade du Chef
- Moules marinière & frites
- Salade de fruits frais



- carotte rappé
- Poulet basquaise & gnocchis
- Eclair vanille



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



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



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



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



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



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



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



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

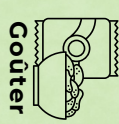


- 14h - Manucure avec AS
- 15h - Atelier art thérapie avec AS



Gâteau Maison

- Soupe d'Asperges
- Brandade de poissons et salade
- Yaourt aux fruits / fruits



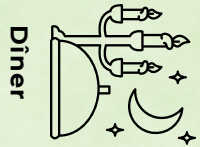
Corbeille de Fruits

- Soupe du soir
- Feuilleté surprise
- Yaourt aux fruits

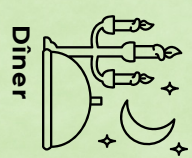


Palmiers

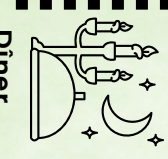
- Soupe de Lentilles
- Quiche Lorraine
- Crème dessert / fruits



Dîner



Dîner



Dîner

VENDREDI 12

SAMEDI 13

LUNDI 8



Déjeuner

- Avocat crevettes et pamplemousse
- Sauté de porc aux olives, semoule et Haricot vert
- Coupe abricots et ses pépites



Théâtre

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



Jazz

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



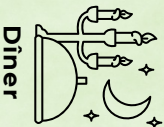
Charméraje

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



Goûter

Tarte pomme



Dîner

- Potage de légumes
- Cordon bleu purée
- Fromage blanc



Déjeuner

- Caviar d'aubergine
- Emincé de dinde sauce Barbecue, brocolis vapeur & pâtes
- Entremet vanille coco



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



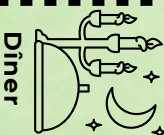
Charméraje

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



Goûter

Brownie



Dîner

- Soupe de poireaux
- Omelette aux lardons et aux petits pois
- Yaourt à la grecque



Déjeuner

- Salade de tomate au persil
- Cabillaud, chou-fleur rôti au curcuma et riz thaï
- Panna cotta fruits rouges



Théâtre

- 11h - Atelier équilibre avec Johanna
- 14h - Atelier moteur avec Johann
- 14h - Et si nous chantions avec Laurence
- 15h30 - Petit bac avec AS



Jazz

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



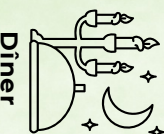
Charméraje

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



Goûter

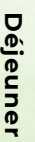
Salade fruits



Dîner

- Soupe du potager
- Boulettes de soja sauce tomate & basilic et légumes couscous
- Mousse au chocolat / fruits

JEUX : SUDOKU



- ## Déjeuner

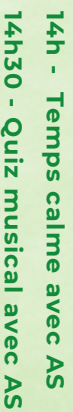


14h30 - Petit bac avec AS

Théâtre

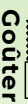


15h - Atelier lecture avec AS



14h - Temps calme avec AS

14h30 - Quiz musical avec AS



Goûter



- ## Dîner

PARLEZ-NOUS DE VOUS

[illegible]

***Je lâche prise sur
les choses sur lesquelles
je n'ai aucun contrôle.***

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