

La Mélod'hier

DEMANDEZ LE PROGRAMME !

Du 15 → au 21 septembre 2025



À LA UNE :

- Médiation animale, messe, spectacle Raffi, art thérapie, lecture ...
- Endives au jambon, gigot d'agneau, colin, smoothie d'été, glace ...

www.melodhier.com

Maison Tbien

☎ 01 64 06 71 33

✉ direction@melodhier.com

📍 77170 Coubert

JEUDI 18



- salade de tomate au basilic
- Cigot d'agneau, Eby avec légumes
- Glace

Déjeuner



- 11h - Gym avec kiné
- 15h - Spectacle Rafti
- 16h30 - Temps calme en musique avec AS

Théâtre



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

Jazz



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

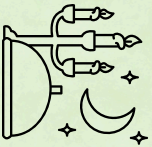
chaméraie



Côûter

Salade de fruits

- Velouté brocolis
- Jambon, purée de légumes
- Rochers coco



Dîner



- Avocat frais, crevettes mayo
- Colin et penne à la tomate
- Flan

Déjeuner



- 14h - Atelier soin et bien-être avec AS
- 15h - Messe

Théâtre



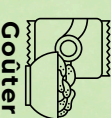
- 4h -Temps calme avec AS
- 15h - Soin des mains et manucure avec AS en musique

Jazz



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

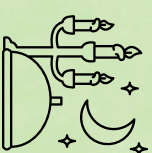
chaméraie



Côûter

Gâteaux secs

- Potage Du barry
- Epinard à la crème et lardon
- Fruits



Dîner

VENDREDI 19

SAMEDI 20



- Tomate mozza
- Parmentier
- Salade de fruits frais

Déjeuner



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

Théâtre



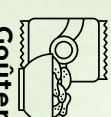
- 14h - Temps calme avec AS
- 15h - Soins des mains et manucure avec AS

Jazz



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

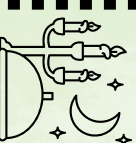
chaméraie



Côûter

Smoothie d'été

- Soupe aux trois légumes
- Endives au jambon et beaucoup de sauce
- Faisille



Dîner

LUNDI 15



Déjeuner

- Salade, tomate, concombre, poivrons marinés à l'huile d'olive
- Pavé de cabillaud rôti au chorizo, Ratatouille
- Crème renversée



Théâtre

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



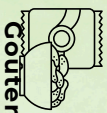
Jazz

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



charmerai.e

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

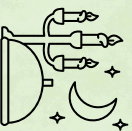


Goûter

Brownie



- Soupe aux trois légumes
- Cordon bleu, purée
- Compote



Dîner

MARDI 16



Déjeuner

- Courgettes feta olives
- Canard aux baies roses, haricots verts et Pommes dauphine
- Melon



Théâtre

- 11h - Gym avec kiné
- 15h30 - Médiation animale
- 16h30 - Quizz avec Jean-Marc



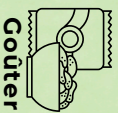
Jazz

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



charmerai.e

- 14h30 - Médiation animale
- 16h - Jeux de société "mémoire" avec AS



Goûter

Corbeille de Fruits



- Potage Lentilles
- tartiflette, salade
- Clementine



Dîner

MERCREDI 17



Déjeuner

- Concombre à la crème
- Croustille de poisson et petits pois a la Française
- Salade de nectarine/ananas



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



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

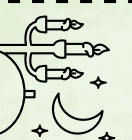


Goûter

Quatre Quart



- Bouillon vermicelle
- Salade du chef garnie
- Yaourt / fruits



Dîner

DIMANCHE 21



Déjeuner

- Houmous
- Rôti de porc, duo carotte
- Riz au lait



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

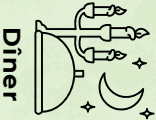


- 14h - Temps calme avec AS
- 14h30 - Quiz musical avec AS



Côûter

Tarte du chef



- Soupe Saint-Germain
- Pates carbo
- Glace

PARLEZ-NOUS
DE VOUS

Quel plat vous rappelle votre enfance ?



Mantra / pensée positive

à réciter sous une forme affirmative à la première personne au présent. Cela permet de conditionner aussi ses pensées et son cerveau pour que l'affirmation positive se réalise.

“Le matin je me lève, je respire.
Quel bonheur !” - Florian ROGER

JEUX : mots mêlés

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

AGENT	DILUTION	MOELLON
ARDOISE	ENDUIT	MORTIER
BADIGEON	ETAGE	ORTIE
BAMBOU	GABARIT	PIERRE
BASALTE	GAUCHE	PLAFOND
BETON	GRANIT	PLATRE
BRIQUE	GRAVIER	POUTRE
BUCHE	HERISSON	SABLE
CALCAIRE	JOINT	SOLIVE
CHEVRON	LEZARDE	TAILLEUR
CIMENT	LINGE	TALOCHE
COLOMBAGE	LINTEAU	TOQUE
CORDEAU	MACON	TORCHIS
CREPIR	MARBRE	TRUELLE
DALLAGE	MICRON	TUILE