

La Mélod'hier



PROGRAMME

du 8 décembre → au 14 décembre 2025



Déjeuner



Goûter



Dîner



charmeraie



Jazz



Théâtre



Laurence et
Renée LE DALL



À LA UNE :

- h
- Lasagnes à la bolognaise, endives au jambon, cookies, raisins ...

www.melodhier.com

Maison Tbien



01 64 06 71 33



direction@melodhier.com



77170 Coubert

JEUDI 11

- Salade pois chiches



- Aiguillettes de poulet à la moutarde ancienne et gratin de chou-fleur

- Fromages

- Riz au lait caramel



- Salade de lentilles

- Cabillaud navet pdt

- Fromages

- Poire à la cannelle

Déjeuner



14h - Temps calme avec AS

15h - Spectacle orchestre twenty two

Théâtre



11h - Maintien en forme avec Claire

14h30 - Atelier cuisine avec Claire

15h - Atelier musique avec Laurence et AS

Théâtre



11h - Maintien en forme avec Claire

14h30 - Petit bac avec AS

16h - Le mot le plus long avec AS

Théâtre



14h - Atelier relaxation avec AS

15h - Spectacle orchestre twenty two

Jazz



11h - Atelier mémoire avec Cassandra

14h - Temps calme soins des mains avec AS

AS

15h - Atelier musical avec AS



14h - Temps calme avec AS

14h - Atelier relaxation avec AS

15h30 - Soin des mains et manucure en musique avec AS

musique avec AS

16h - Atelier lecture avec AS



14h - Temps calme avec AS

15h - Spectacle orchestre twenty two

charmerai.e



11h - Ecoutons la musique

14h30 - Jeux de société avec AS

charmerai.e



11h - Ecoutons la musique

15h - Soin des mains avec AS

15h - Atelier manuel avec AS

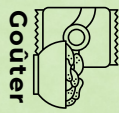
charmerai.e



Brownie maison



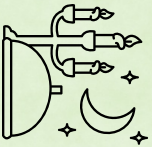
Côûter



Côûter

Rochers coco

Cookies

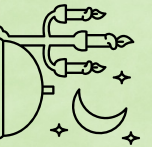


• Soupe de saison

• Quiche aux légumes

• Raisins

Dîner

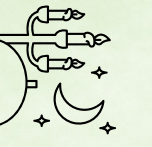


• Velouté

• Gratin de blettes aux lardons

• Mousse

Dîner



• Potage de courgette boursin

• Omellette au fromage

• Yaourt

Dîner

VENDREDI 12

SAMEDI 13

LUNDI 8



Déjeuner

- Crudités variées de saison, noix
- Lasagnes à la bolognaise
- Fromages
- Compote de pommes- pruneaux



Théâtre

- 11h - Maintien en forme avec Claire
- 14h - Le temps d'un café avec AS
- 14h30 - Chantons avec Laurence
- 14h30 - Atelier lecture avec Claire
- 15h30 - Sonothérapie avec Nathalie



Jazz

- 11h - Ecoutons la musique
- 15h - Atelier lecture avec AS
- 15h30 - Activité musicale avec AS



charmerai.e

- 11h - Ecoutons la musique
- 14h - Sonothérapie avec Nathalie
- 14h45 - Atelier manuel avec AS
- 16h - Atelier lecture avec AS

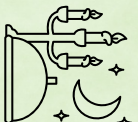


Côûter

Marbré



- Potage
- Endive au jambon
- yaourt aux fruits



Dîner

MARDI 9



Déjeuner

- Carottes râpées
- Poulet à la crème et pommes dauphine et purée de courgette
- Fromages
- Mousse à la noix de coco



Théâtre

- 11h - Gym avec kiné
- 14h - Le temps d'un café avec AS
- 14h30 - Projection film avec Christian
- Roger : compte-rendu spectacle



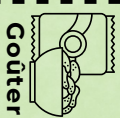
Jazz

- 11h - Atelier mémoire avec Cassandra
- 14h - Temps calme en musique avec AS
- 15h - Atelier manuel avec AS



charmerai.e

- 11h - Atelier lecture avec Claire
- 14h - Le temps d'un café avec AS
- 16h - Atelier musique avec AS



Côûter

Flan



- Potage
- Œufs épinards
- Compote



Dîner

MERCREDI 10



Déjeuner

- Salade de gésiers
- Steak haché et tagliatelles duo de carotte
- Fromages
- Fruits de saison



Théâtre

- 11h - Maintien en forme avec Claire
- 14h30 - Centre aéré de Coubert
- 15h30 - Atelier moteur avec Johanna
- 15h - Crêpes pary



Jazz

- 14h - Temps calme en musique avec AS
- 15h - Crêpes pary au salon théâtre



charmerai.e

- 11h - Atelier mémoire avec Cassandra
- 14h - Temps calme en musique avec AS
- 15h - Crêpes pary au salon théâtre



Côûter

Madeleine



- Soupe de poisson
- Feuilleté + salade
- Yaourt



Dîner

DIMANCHE 14



Déjeuner

- Crudités
- Sauté de bœuf aux olives, quinoa courgette
- Fromages
- Eclair choco



Théâtre

- 14h - Loto des départements
- 16h - Petit bac avec AS



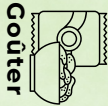
Jazz

- 14h - Temps calme en musique avec AS
- 15h - Atelier manuel avec AS



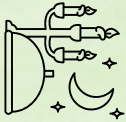
chœur

- 14h - Ecoutons la musique avec AS
- 15h - Jeux de société avec AS



Goûter

Rochers choco / abricot



Dîner

- Velouté de potimarron à la crème de coco
- Brandade de morue, salade
- Crème dessert

PARLEZ-NOUS
DE VOUS

Quel est votre souhait le plus cher aujourd'hui, et pour quelles raisons ?

JEUX
mots fléchés

SIGNE DISTINCTIF ABDOUER	COMPAS- SION AUX ECHecs	ENFERMAIS INSTRU- MENT DE PÊCHE	MANQUE GNAIGNAN	BON POUR ÊTRE PERDU
CORRIGERA UNE PHRASE SÉDUISANTS	LES MEILLEURS INUTILES	FATIGUÉ MOMENT	IMPÔT	ENTRE 0:00 ET 12:00
PAS LA BAS				
LIA METTRA EN TERRE			POST SCRIPTUM	
POUR TENIR SAISIT			LA TENNE PRONONCI	
RIVERAIN DU PÔ		AU SKI BOULONNÉ		POUR INDIQUER UN DOMAINE
ALLURE SE LÂCHE POUR S'ALLÉGER			RÈGLE	
		AVEC LES AUTRES		

Citation de la semaine

"Le souvenir, c'est la présence invisible." - Victor HUGO