

La Mélod'hier

PROGRAMME

du 9 mars → au 15 mars 2026



Déjeuner



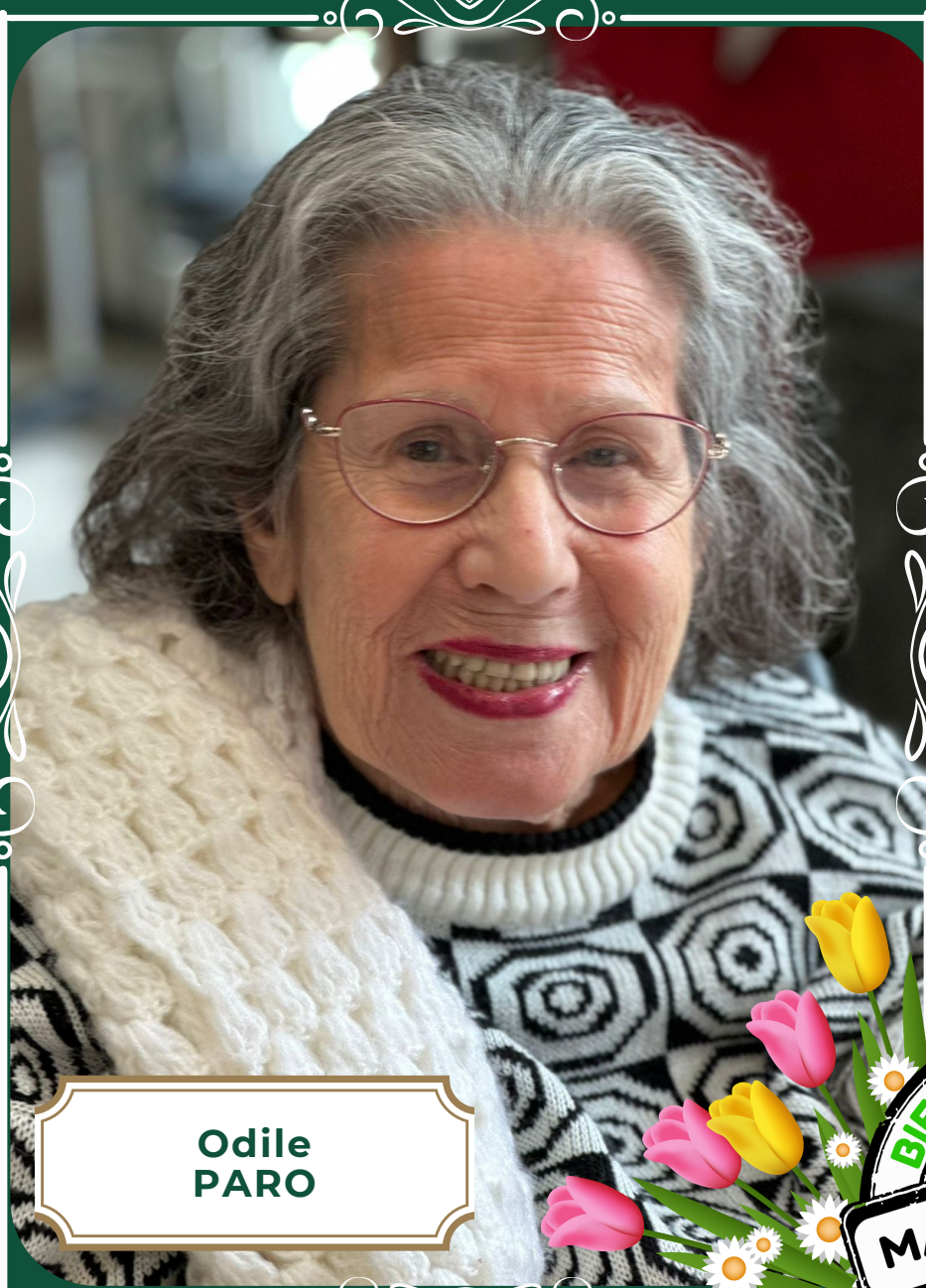
Goûter



Dîner



Théâtre



Odile
PARO



À LA UNE :

- Atelier cuisine, atelier manuel, art thérapie, pièce de théâtre ...
- Repas asiatique, paleron de boeuf, quiche poireaux, crêpes party ...

www.melodhier.com

Maison Tbien



01 64 06 71 33



direction@melodhier.com



77170 Coubert

JEUDI 12



- Poireaux vinaigrette
- Cuisse de poulet choux de bruxelles penne
- Fromages
- Mousse coco



- Carottes râpées maison avec filet de citron
- Fish and chips de patate douce
- Fromages
- Crumble aux pommes maison



- Salade Piémontaise
- Rôti de porc à la diable, haricot vert eby
- Fromages
- Riz au lait



Théâtre

- 14h - Le temps d'un café avec AS
- 15h - Spectacle danses chinoises



Théâtre

- 11h - Maintien en forme avec Claire
- 14h - Le temps d'un café avec AS
- 14h30 - Atelier cuisine avec Laurence et AS
- 15h30 - Ouverture de la boutique au -1 avec Claire
- 17h - Le Bar-Vardage avec Claire



Théâtre

- 11h - Maintien en forme avec Claire
- 15h - Théâtre les enragés par troupe Guignes



Jazz

- 14h - Le temps d'un café avec AS
- 15h - Spectacle danses chinoises



Jazz

- 11h - Atelier mémoire avec Cassandra
- 14h - Le temps d'un café avec AS
- 15h - Ecoute musicale avec AS



Jazz

- 11h - Écoutons la musique
- 14h - Le temps d'un café avec AS
- 15h - Ecoute musicale avec AS



11h - Atelier mémoire avec Cassandra

- 14h - Le temps d'un café avec AS
- 15h - Spectacle danses chinoises



- 11h - Écoutons la musique
- 14h - Soins des mains et des pieds avec AS
- 15h - Art thérapie avec AS

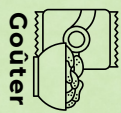


- 11h - Écoutons la musique avec AS
- 14h - Le temps d'un café avec AS
- 15h - Ecoute musical avec AS



Côûter

Brownie



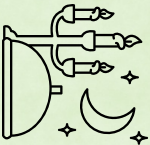
Côûter

Atelier Résidents



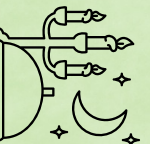
Côûter

Madeleine pépites choco



Dîner

- Soupe du champs
- Feuilleté surprise salade
- Compote pomme



Dîner

- Potage maison
- Pates carbonnara
- Yaourt aux fruits



Dîner

- Soupe
- Crêpes jambon fromage salade
- Faisselle sucrée

LUNDI 9



Déjeuner

- Nems saladé
- Riz cantonnais, émincé de porc à la chinoise
- Fromages
- Détour en Asie



Théâtre

- 11h - Maintien en forme avec Claire
- 14h30 - Activité manuelle avec AS
- 14h30 - Atelier lecture avec Claire
- 15h45 - Sonothérapie avec Nathalie



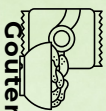
Jazz

- 11h - Ecoutons la musique
- 14h45 - Sonothérapie avec Nathalie
- 15h - Jeux de société avec AS



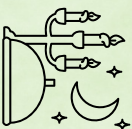
chatmeraié

- 11h - Ecoutons la musique
- 14h - Sonothérapie avec Nathalie
- 15h - Jeux de société avec AS



Côûter

Marbré



Dîner

- Soupe à l'oignon maison
- Quiche aux Poireaux du jardin
- Mousse



Déjeuner

- Concombre à la crème
- Steak au poivre frites
- Fromages
- Crème brûlée



Théâtre

- 11h - Gym avec kiné
- 14h - Le temps d'un café avec Laetitia
- 14h30 - Jeu de société avec AS
- 15h30 - Quize avec AS



Jazz

- 11h - Atelier mémoire avec Cassandra
- 14h - Le temps d'un café avec AS
- 15h - Découvrons les instruments de musique avec AS



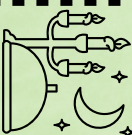
chatmeraié

- 11h - Ecoutons la musique
- 14h - Le temps d'un café avec AS
- 14h30 - Atelier cuisine avec Claire et AS



Côûter

Quatre quart



Dîner

- Soupe de légumes maison
- Endives au jambon
- Fromage blanc



Déjeuner

- Pâté de campagne
- Moussaka aubergine, riz
- Fromages
- Compote de pomme confites maison



Théâtre

- 11h - Maintien en forme avec Claire
- 14h30 : Atelier moteur avec Johanna
- 15h - Crêpes party



Jazz

- 11h - Ecoutons la musique
- 14h - Soins des mains et pieds avec AS
- 15h - Projection des animaux sur écran



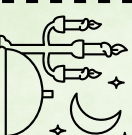
chatmeraié

- 11h - Ecoutons la musique
- *14h - Le temps d'un café avec AS
- 14h30 - Atelier manuel Pâques avec Claire
- 15h30 : Atelier moteur avec Johanna



Côûter

Crêpes party



Dîner

- Soupe maison
- Omelette aux pommes de terre et roquette
- Crème dessert

DIMANCHE 15



- Pâté de tête persillé
- Paleron de bœuf, carotte pomme de terre

Déjeuner

- Fromages
- Brownie sur lit de creme anglaise



Théâtre

- 11h - Maintien en forme avec Claire
- 14h - Le temps d'un café avec AS
- 14h30 - Loto avec AS
- 16h - Quizz remue méninges



Jazz

- 11h - Ecoutons la musique
- 14h - Le temps d'un café avec AS
- 15h - Jeux des formes avec AS



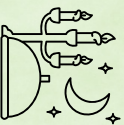
charme-raïe

- 11h - Ecoutons la musique
- 14h - Le temps d'un café avec AS
- 15h - Jeux de société avec AS



Goûter

Flan



Dîner

- Soupe de vermicelle
- Emincés de poulet, haricots vert
- Semoule de lait

PARLEZ-NOUS

DE VOUS

Quelle était votre saison préférée et pourquoi ?



Citation de la semaine

« Vieillir est encore le seul moyen qu'on ait trouvé pour vivre longtemps. » — Charles Augustin Sainte-Beuve

JEUX - Sudoku

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