

La Mélod'hier

PROGRAMME

du 29 juin → au 5 juillet 2026



Déjeuner



Goûter



Dîner



Andrée MOREAU
et Christian ROGER





À LA UNE :


- Atelier intergénérationnel, danse sur chaise, demo flamenco, loto ...
- Brochettes de poulet, tarte à la tomate, glaces, melon et pastèque ...

www.melodhier.com

Maison Tbien

 01 64 06 71 33

 direction@melodhier.com

 77170 Coubert

JEUDI 2

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



Déjeuner



Théâtre

- 11h - **Maintien en forme avec Claire**
- 15h - **Conférence et démonstration flamenco**



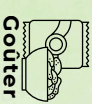
Jazz

- 14h - **Écoutons la musique**
- 15h - **Conférence et démonstration flamenco**



charmerais

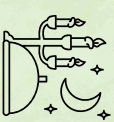
- 11h - **Atelier mémoire avec Cassandra**
- 15h - **Conférence et démonstration flamenco**



Côter

Tarte aux fruits

- Soupe de brocolis
- Croque monsieur et salade
- Compote



Dîner

VENDREDI 3

- Salade de cervelas
- Saumon aux herbes, PDT au four, salade
- Fromages
- Salade de fruits frais



Déjeuner



Théâtre

- 11h30 - **Sortie avec Claire**
- 14h - **Le temps d'un café avec AS**
- 15h - **Danse sur chaise avec Claire**



Jazz

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



charmerais

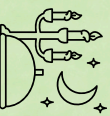
- 14h - **Le temps d'un café avec AS**
- 14h30 - **Écoute musicale et retrouver les interprètes avec AS**



Côter

Gâteau au chocolat maison

- Soupe du soir
- Feuilleté surprise
- Yaourt aux fruits



Dîner

SAMEDI 4

- Tomate feta
- Crevettes sautées façon thai
- Fromages
- Eclair au chocolat



Déjeuner



Théâtre

- 14h - **Le temps d'un café avec AS**
- 14h30 - **Petit bac au tableau**
- 16h - **Quizz avec AS**



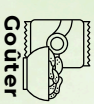
Jazz

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



charmerais

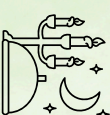
- 11h - **Écoutons la musique**
- 14h - **Le temps d'un café avec AS**
- 15h - **Écoute musicale avec AS**



Côter

Corbeille de fruits

- Soupe de carottes
- Salade de pâtes, tomates et poivrons
- Faisselle



Dîner

LUNDI 29



Déjeuner

- Crudités d'été salade de tomates
- Fish and chipset semoule haricots verts
- Fromages
- Tarte aux fruits



Théâtre

- 11h - **Maintien en forme avec Claire**
- 14h - **Atelier lecture avec Claire**
- 14h30 - **Activité manuelle avec AS**
- 15h30 - **Parlons de votre métier avec Claire**
- 15h45 - **Sonothérapie avec Nathalie**



Jazz

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



Charmerajé

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



Côûter

Cookies maison

- Soupe du chef
- Jambon, purée
- Yaourt

MARDI 30



Déjeuner

- Concombre sauce yaourt, citron et menthe
- Jambon grillé à la plancha avec ses légumes
- Fromages
- Pastèque et melon en folie



Théâtre

- 11h - **Maintien en forme avec Claire**
- 14h - **Le temps d'un café avec AS**
- 14h30 - **Petit bac avec AS**
- 15h30 - **Quizz avec AS**
- 15h30 - **Médiation animale**



Jazz

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



Charmerajé

- 11h - **Écoutons la musique**
- 14h - **Le temps d'un café avec AS**
- 14h30 - **Soins des mains avec AS**
- 15h30 - **Jeux de société avec AS**
- 15h30 - **Médiation animale**



Côûter

Salade fruits

- Bouillon vermicelles
- Feuilleté à la vache qui rit salade
- Yaourt

MERCREDI 1



Déjeuner

- Radis beurre
- Brochettes de volaille, salade
- Fromages
- Bavarois aux fruits rouges chantilly maison



Théâtre

- 11h - **Maintien en forme avec Claire**
- 14h30 - **Atelier intergénérationnel avec le centre aéré de Coubert**



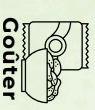
Jazz

- 11h - **Écoutons la musique**
- 14h - **Soins des mains et pieds avec AS**
- 14h30 - **Jeux de balle avec AS**



Charmerajé

- 11h - **Écoutons la musique**
- 14h - **Soins des mains avec AS**
- 14h30 - **Jeu de balles avec AS**



Côûter

Salade de pastèque

- Potage de chou-fleur
- Gratin de pommes de terre et lardons, salade
- Flan nappé

