

# La Mélod'hier

PROGRAMME

du 6 juillet → au 12 juillet 2026



Déjeuner



Goûter



Dîner



Suzanne  
BANC



Théâtre



À LA UNE :

- Atelier sportif avec Nicolas, crêpes party, atelier mémoire, loto ...
- Canard aux baies roses, tomates-mozza, smoothie d'été, glaces ...

[www.melodhier.com](http://www.melodhier.com)

Maison Tbien

☎ 01 64 06 71 33

✉ [direction@melodhier.com](mailto:direction@melodhier.com)

📍 77170 Coubert

# JEUDI 9



Déjeuner

- Salade de tomate au basilic
- Rosbeef gratin salade
- Fromages
- Glace



Théâtre

- 14h - Soins des mains et manucure avec AS
- 15h - Atelier sport avec Nicolas



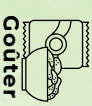
Jazz

- 14h - Soins des mains et manucure avec AS
- 15h - Atelier sport avec Nicolas



Charmeraine

- 11h - Atelier mémoire avec Cassandra
- 14h - Soins des mains et manucure avec AS
- 15h - Atelier sport avec Nicolas

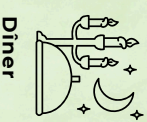


Côûter

## Salade aux fruits



- Velouté brocolis
- Jambon, purée de légumes
- Mousse aux chocolats



Dîner

# VENDREDI 10



Déjeuner

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



Théâtre

- 11h - Chariot fraîcheur en musique
- 14h - Le temps d'un café avec AS
- 14h30 - Quizz avec AS
- 16h - Le mot le plus long avec AS



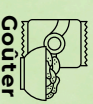
Jazz

- 14h - Le temps d'un café avec AS
- 15h - Ecoute musicale avec AS



Charmeraine

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

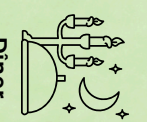


Côûter

## Gateaux secs



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



Dîner

# SAMEDI 11



Déjeuner

- Tomates mozza
- Parmentier
- Fromages
- Salade de fruits frais



Théâtre

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



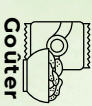
Jazz

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



Charmeraine

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

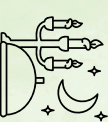


Côûter

## Smoothie d'été



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



Dîner

# LUNDI 6

- œufs mayonnaise
- Pavé de cabillaud rôti au chorizo, Ratatouille
- Fromages
- Crème renversée



Déjeuner



- 11h - Chariot fraîcheur en musique
- 14h30 - Activité manuelle avec AS : création boîtes en carton
- 15h45 - Sonothérapie avec Nathalie



Théâtre



Jazz

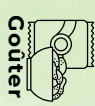
- 11h - Ecoutons la musique
- 14h45 - Sonothérapie avec Nathalie
- 15h - Jeux de société avec AS



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



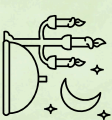
Brownie



Couler



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



# MARDI 7

- Radis et beurre
- Canard aux baies roses, haricots verts et Pommes dauphine
- Fromages
- Melon



Déjeuner



- 11h - Chariot fraîcheur en musique
- 14h - Le temps d'un café avec AS
- 14h30 - Petit bac avec AS



Théâtre



Jazz

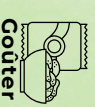
- 11h - Atelier mémoire avec Cassandra
- 14h - Le temps d'un café avec AS
- 15h - Découvrons les instruments de musique avec AS



- 11h - Ecoutons la musique
- 14h - Le temps d'un café avec AS
- 15h30 - Devinez les instruments



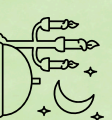
Corbeille de fruits



Couler



- Potage Lentilles
- Tarte à la tomate feta et oignons rouges
- Clémentines



# MERCREDI 8

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



Déjeuner



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



Théâtre



Jazz

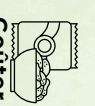
- 11h - Ecoutons la musique
- 14h30 - Crêpes party avec Laurence et AS
- 15h30 - Le mot le plus long avec Laurence et AS



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



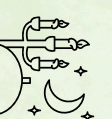
Quatre Quart



Couler



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





Du lundi 6 juillet au dimanche 12 juillet 2026

## Actualités - brèves (au 03/07/2026)

Les Etats-Unis retirent une grande partie de leurs soldats du Nigeria, mais maintiennent le partage de renseignements. L'armée américaine, en coordination avec les autorités nigérianes, a procédé à plusieurs frappes aériennes dans le pays contre l'insurrection djihadiste ces derniers mois.

**Soudan : alerte rouge de l'ONU face à la « catastrophe » d'El-Obeid.** Depuis plusieurs jours, l'ONU, des ONG et divers gouvernements s'inquiètent d'une possible attaque imminente à El-Obeid, grande ville du Soudan assiégée par les paramilitaires. Ils redoutent des déplacements de centaines de milliers de personnes.

**Juin 2026 a été le mois de juin le plus chaud jamais enregistré en France, annonce Météo-Franc.** La vague de chaleur, a été plus intense mais moins longue que la canicule historique du mois d'août 2003.

## Les habitants d'hier et d'aujourd'hui

C'est avec une grande tristesse que nous vous faisons part du décès de Madame CORREA, survenu le 03/06/2026. Un livre de condoléances est à votre disposition à la bibliothèque pour celles et ceux qui souhaitent leur rendre un dernier hommage. L'équipe reste pleinement disponible pour toute personne souhaitant échanger à ce sujet ou ayant besoin d'un soutien psychologique.

Cette semaine, nous avons le plaisir d'accueillir :

- Monsieur GOURDET Pierre et Madame BABULLE qui nous rejoindront le lundi 6 juillet,
- Madame MANDIN, qui nous rejoindra le mercredi 8 juillet,
- et Madame COUCHY, qui reviendra dès le vendredi 10 juillet pour un séjour de 3 semaines !

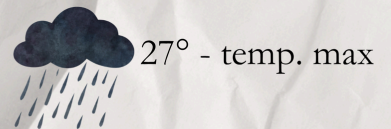
Nous vous invitons à leur réserver un accueil chaleureux : un sourire, un bonjour ou une attention bienveillante seront précieux pour faciliter leur intégration parmi nous.

## ANNIVERSAIRE

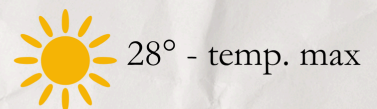
Mme BOUCHET  
le vendredi 10 juillet

## MÉTÉO

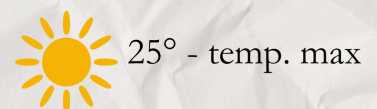
### Lundi



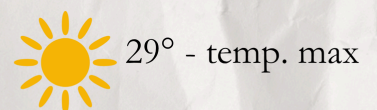
### Mardi



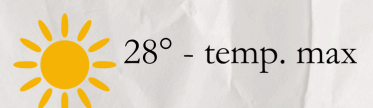
### Mercredi



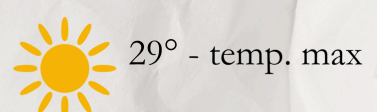
### Judi



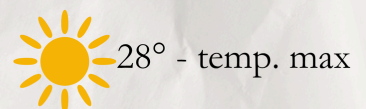
### Vendredi



### Samedi



### Dimanche



**BONNE SEMAINE À TOUTES ET À TOUS**