

La Mélod'hier

PROGRAMME

du 3 août → au 9 août 2026



Déjeuner



Goûter



Dîner



Jazz



Théâtre

Christian
DIONNOT



À LA UNE :

- Chorale avec Olivia, danse sur chaise, spectacle antillais, loto ...
- Salade du chef, rosbeef, tarte tomates feta, riz au lait, fruits frais ...

www.melodhier.com

Maison Tbien

☎ 01 64 06 71 33

✉ direction@melodhier.com

📍 77170 Coubert

MERCREDI 5



Déjeuner

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



Théâtre

- 11h - **Maintien en forme avec Claire**
- 14h30 - **Atelier cuisine salade de fruits avec AS et Laurence**
- 15h - **Atelier couture avec Claire**

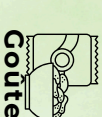


Jazz

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



- 11h - **Ecoutons la musique**
- 14h - **Le temps d'un café avec AS**
- 15h - **Atelier manuel avec AS**



Couter

Quatre Quart



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



Dîner

JEUDI 6



Déjeuner

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



Théâtre

- 14h - **Le temps d'un café avec AS**
- 15h - **Spectacle antillais avec Les Guachos**

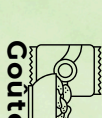


Jazz

- 14h - **Le temps d'un café avec AS**
- 15h - **Spectacle antillais avec Les Guachos**



- 11h - **Atelier mémoire avec Cassandra**
- 14h - **Le temps d'un café avec AS**
- 15h - **Spectacle antillais avec Les Guachos**

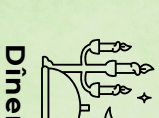


Couter

Salade de fruits



- Velouté brocolis
- Jambon, purée de légumes
- Mousse au chocolat



Dîner

LUNDI 3



Déjeuner • Fromages

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



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



Théâtre



Jazz

11h - Ecoutons la musique

14h45 - Sonothérapie avec Nathalie

15h - Jeux de société avec AS

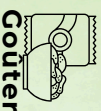


charneraie

11h - Ecoutons la musique

14h - Sonothérapie avec Nathalie

15h - Jeux de société avec AS



Couter

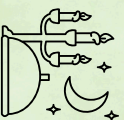
Brownie



• Soupe aux trois légumes

• Cordon bleu, purée

• Compote



Dîner

MARDI 4



Déjeuner

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



14h - Induction musicale avec Olivia

14h - Le temps d'un café avec AS

14h30 - Petit bac avec AS

16h - Chorale avec Olivia



Théâtre



Jazz

11h - Atelier mémoire avec Cassandra

14h - Le temps d'un café avec AS

15h - Devinez les instruments de musique avec AS



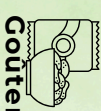
charneraie

11h - Ecoutons la musique

14h - Le temps d'un café avec AS

4h30 - Soins des mains avec AS

15h30 - Jeux de société avec AS



Couter

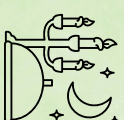
Corbeille de Fruits



• Potage lentilles

• Tarte a la tomate feta et oignons rouges

• Clémentines



Dîner

DIMANCHE 9



Déjeuner

- Houmous
- Rôti de porc, duo frites de carottes et pdt
- Fromages
- Riz au lait



Théâtre

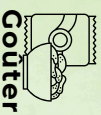
14h - Le temps d'un café avec AS
14h30 - Loto avec AS



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

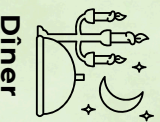


11h - Ecoutons la musique
14h - Le temps d'un café avec AS
15h - Jeux de société avec AS



Couter

Tarte du chef



Dîner

- Soupe Saint-Germain
- Pâtes à la carbonara
- Glace

PARLEZ-NOUS DE VOUS

Quel souvenir de votre jeunesse aimeriez-vous raconter aux générations d'aujourd'hui, et pourquoi ?



Citation de la semaine

*Chaque âge a ses richesses,
chaque année a ses merveilles.*

VENDREDI 7



Déjeuner

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



Théâtre

- 11h - Maintien en forme avec Claire
- 14h - Le temps d'un café avec AS
- 15h - Danse sur chaise avec Claire
- 15h45 - Sonothérapie



Jazz

- 11h - Atelier mémoire avec Cassandra
- 14h - Le temps d'un café avec AS
- 14h45 - Sonothérapie



charnèraie

- 14h - Sonothérapie avec Nathalie
- 15h - Ecoute musical et retrouver les interprètes avec AS

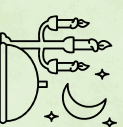


Couter

Gâteaux secs



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



Dîner



Déjeuner

- Tomate mozza
- Brochette de volailles sauce tartare, efly et légumes
- Fromages



• Salade de fruits frais



Théâtre

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



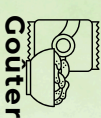
Jazz

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



charnèraie

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

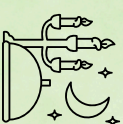


Couter

Smoothie d'été



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



Dîner

NOMBRES CROISÉS

	1	2	3	4	5	6
I						
II						
III						
IV						
V						
VI						

HORIZONTALEMENT

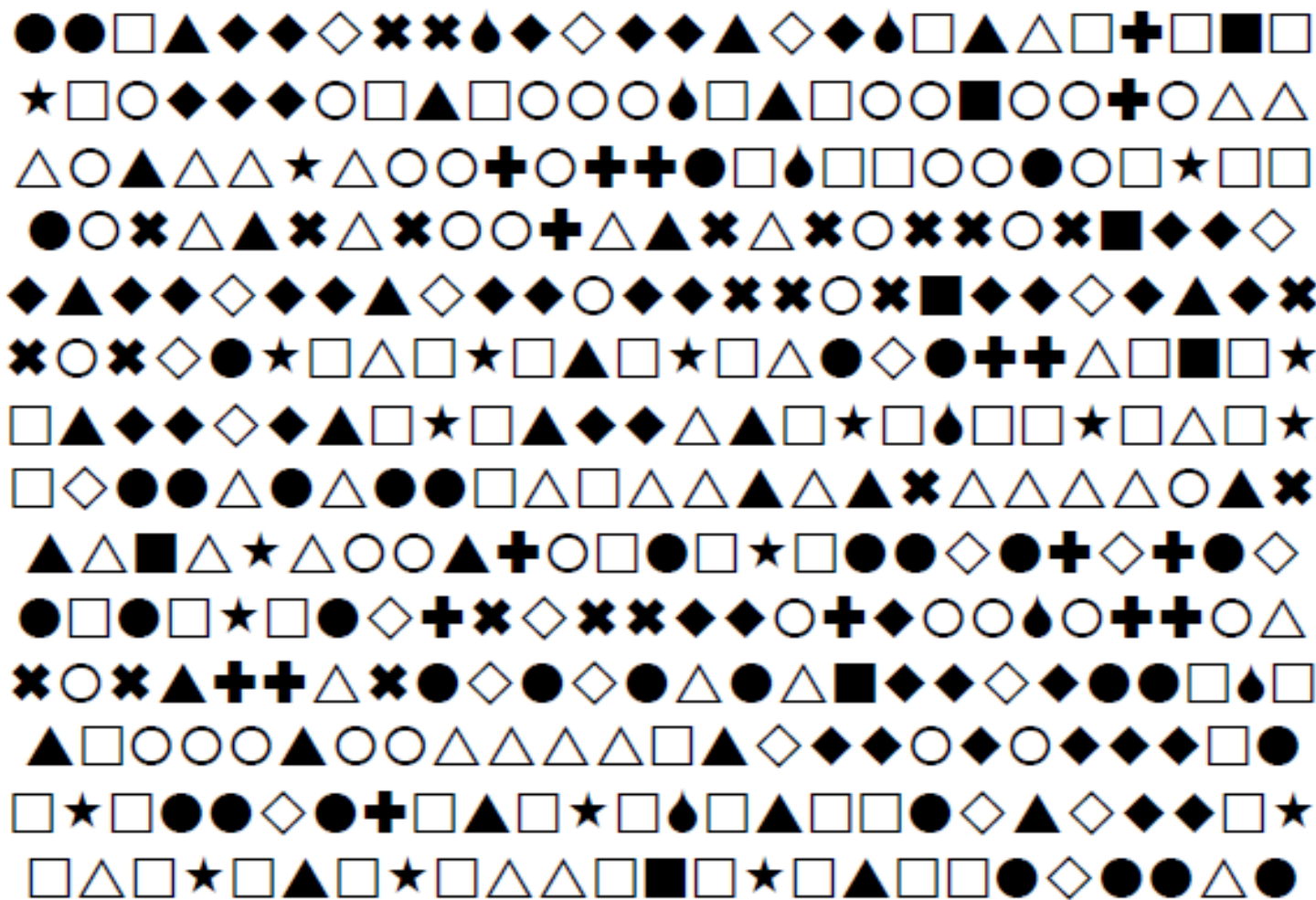
I. Cette année-là, on a marché sur la Lune. **II.** Puissance de 2. Nombre d'années nécessaires aux noces de cristal. **III.** Longueur en km du fleuve Nil. **IV.** Département du Puy-de-Dôme. Un petit modèle de la gamme Peugeot. **V.** Altitude estimée de l'Everest. **VI.** Nombre de coups à faire pour bien s'amuser. C'est vraiment nul !

VERTICALEMENT

1. Carré de 36. **2.** Département du Val-d'Oise. Dernier-né de la gamme Airbus. **3.** Un chiffre apocalyptique. Un certain nombre de jours pour faire le tour du monde. **4.** Puissance de 5. **5.** Indispensable à savoir pour que le courrier arrive à la Rochelle. **6.** Marignan !

MEMO JEUX

La boîte à symboles



Suivez les consignes suivantes :

1. Rayez les ronds ○ de la grille de cette manière : Ø

2. Cochez les carrés ☐ de cette manière : ☒

- ### 3. Comptez les croix noires+

Nombre de croix noires : _____

- #### 4. Comptez les losanges noirs ♦

Nombre de losange noirs : _____

Du lundi 3 août au dimanche 9 août 2026

Actualités (au 31/07/2026)

#CEUTA Plus de 37 500 migrants sur les 60 000 qui étaient entrés illégalement dans l'enclave espagnole de Ceuta ces dernières vingt-quatre heures sont déjà rentrés au Maroc, selon le gouvernement espagnol.

Des premiers cas de peste porcine africaine ont été détectés en Finlande chez des sangliers retrouvés morts, annonce l'autorité alimentaire du pays nordique. Le premier cas a été identifié le 30 juillet, précise-t-elle dans un communiqué, sans donner de chiffres exacts.

#SPORT Et pendant ce temps, les Jeux d'hiver de 2030 s'embourbent, entre deux crises et deux guéguerres d'ego ou de territoire. La ministre des Sports Marina Ferrari reconnaît sur franceinfo "une crise de gouvernance" mais veut croire que "nous serons au rendez-vous, le moment venu".

#INCENDIES Interrompu depuis dimanche dernier, le trafic ferroviaire au sud de Bordeaux reprendra "dès samedi", annonce la SNCF.

Le codirecteur du théâtre du Rond-Point à Paris, Stéphane Ricordel, est mort jeudi d'une longue maladie, rapporte l'établissement à l'AFP, confirmant une information du quotidien Le Monde. Stéphane Ricordel dirigeait ce lieu culturel dédié aux auteurs contemporains avec sa compagne, Laurence de Magalhaes, depuis 2023. Il était également le fondateur de la compagnie de cirque Les Arts Sauts.

Un accord a été trouvé avec la ville d'Orange pour **finallement organiser en septembre un concert hommage au groupe Queen**, apprend l'AFP auprès du producteur, David Hardit, qui avait intenté un recours en justice après une annulation initiale de cet évènement organisé par la mairie RN sortante. La nouvelle municipalité invoquait une dépense imprévue en raison d'un important éboulement bloquant une route. L'accord trouvé avec la mairie prévoit que la production prenne finalement en charge quelque 37 000 euros de frais, selon l'organisateur.

ANNIVERSAIRES

Madame THUDOT :
le lundi 3 août

Madame PUIG :
le mercredi 5 août

Madame THUDOT :
le samedi 8 août

MÉTÉO

Lundi

 27° - temp. max

Mardi

 33° - temp. max

Mercredi

 38° - temp. max

Jeudi

 36° - temp. max

Vendredi

 33° - temp. max

Samedi

 35° - temp. max

Dimanche

 32° - temp. max

BONNE SEMAINE À TOUTES ET À TOUS