

# La Mélod'hier

## PROGRAMME

du 10 août → au 16 août 2026



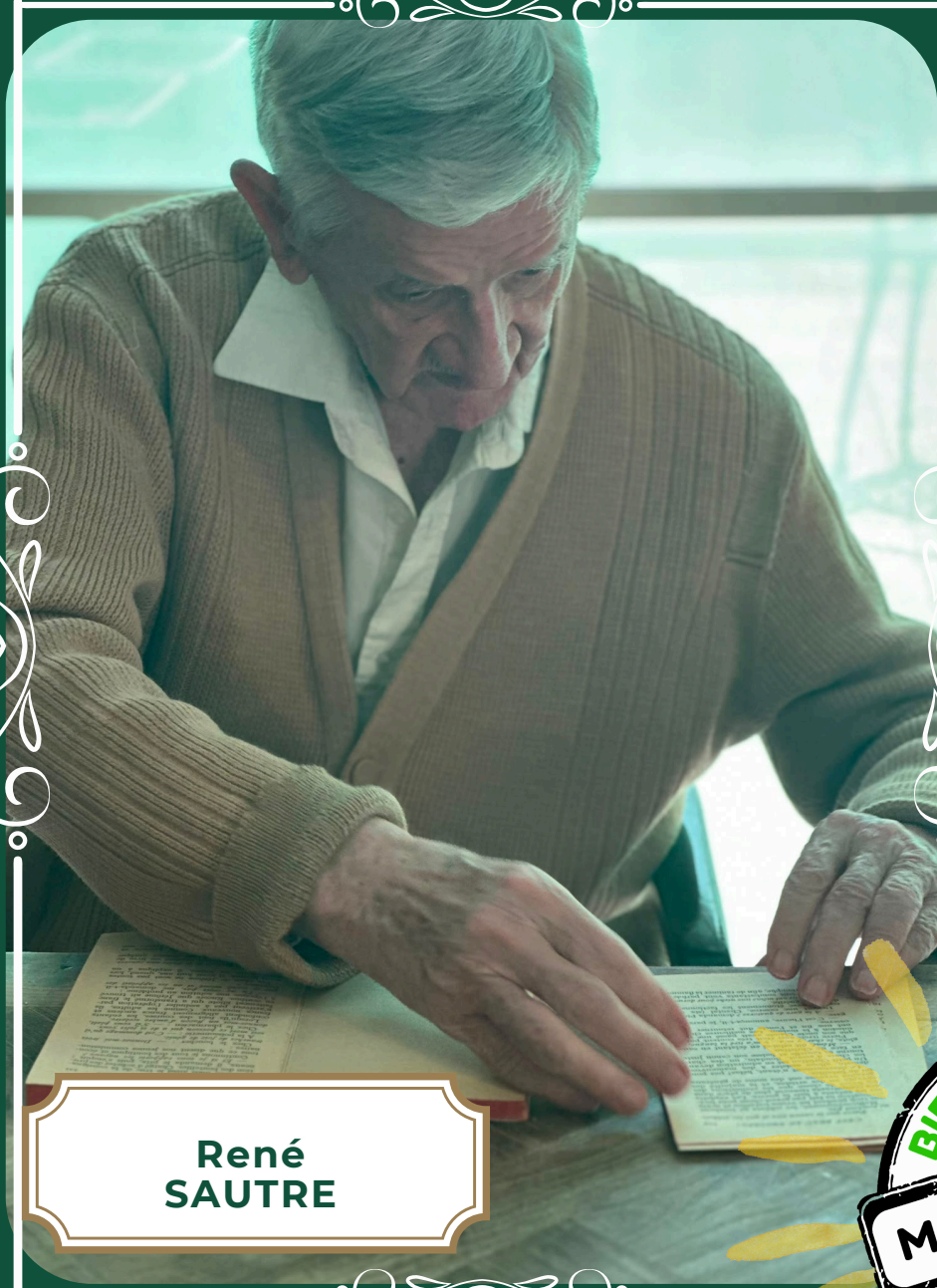
Déjeuner



Goûter



Dîner



René  
SAUTRE



Jazz



Théâtre



### À LA UNE :

- Parlons de vos métiers, spectacle habitants, activité "air de vacances" ...
- Ratatouille, boudin blanc au cidre, feuilleté fromage, melon, glaces ...

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

Maison Tbien



01 64 06 71 33



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



77170 Coubert



# MERCREDI 12

- Terrine de campagne



Déjeuner

- Poulet, poivrons, tomates provençales et pâtes
- Fromages

- Poire caramel



11h - **Maintien en forme avec Claire**

14h30 - **Atelier cuisine préparation du**

**goûter avec AS et Laurence**

15h - **Atelier couture avec Claire**



Théâtre



Jazz

11h - **Ecoutons la musique**

14h - **Le temps d'un café avec AS**

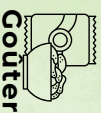
15h - **Jeux de balles connectées avec AS**



11h - **Ecoutons la musique**

14h - **Le temps d'un café avec AS**

15h - **Atelier manuel avec AS**



Couter

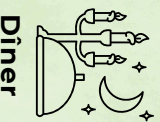
**Goûter par les habitants**



• **Soupe de Poisson**

• **Tarte tomates mozzarella**

• **Fruits**



Dîner

# JEUDI 13

• **Salade de cervelas**



Déjeuner

• **Boudin blanc au cidre et ses 2 pommes**

• **Fromages**

• **Glace**



11h - **Maintien en forme avec Claire**

14h - **Le temps d'un café avec AS**

15h - **Spectacle des habitants**



Théâtre



Jazz

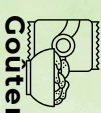
14h - **Le temps d'un café avec AS**

15h - **Spectacle des habitants**



14h - **Le temps d'un café avec AS**

15h - **Spectacle des habitants**



Couter

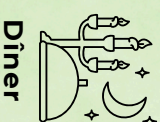
**Salade de fruits**



• **Soupe d'été**

• **Feuilleté hot dog, salade**

• **Yaourt / fruits**



Dîner



# LUNDI 10

- Rillettes du mans
- Salade estivale (aubergines, concombres, tomates, roquette, émincés de poulet)
- Fromages



Déjeuner

- Clafoutis



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



Théâtre



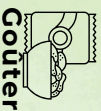
Jazz

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



charneraie

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

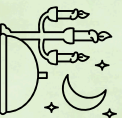


Couter

Gâteau fait maison



- Saucisse fumé et pommes de terres fraîches aillées
- Yaourt aux fruits et/ ou fruit



Dîner

# MARDI 11

- Carottes rapées fraîche coriandre
- Emincés de bœuf maitre d'hotel, ecrasé de patate douce maison
- Fromages



Déjeuner

- Panna cotta fruits rouges



- 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 - Découvrez les instruments de musique avec AS



charneraie

- 11h - Ecoutons la musique
- 14h - Le temps d'un café avec AS
- 4h30 - Médiation animale
- 15h30 - Jeux de société avec AS

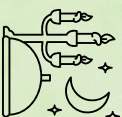


Couter

Melon



- Soupe Oignon
- gratin pdt, tomates, courgettes et aubergines & feta émiètté
- Faisselle

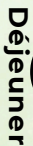


Dîner



# PARLÉZ VOUS DE VOUS

- Crevettes sautées à l'huile de coco, purée



- **Bavarois aux fruits rouges**



- ## 11h - Ecoutons la musique



- ## 15h - Jeux de société avec AS



- ## 14h - Le temps d'un café avec AS

- ## 15h - Jeux de société avec AS



- Feuilleté au fromage, salade



## Quelle chanson vous rappelle votre jeunesse ?

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue or grey ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are approximately 20 lines visible. The paper has a slightly textured appearance and is set against a dark background.

**« La vie est un écho :**

**ce que vous donnez vous revient. »**



# VENDREDI 14



Déjeuner

- Concombre à la crème
- Merlu, ratatouille fraîche & semoule aux épices
- Fromages

- Fruits de saison



Théâtre

- 11h - **Maintien en forme avec Claire**
- 14h - **Le temps d'un café avec AS**
- 14h30 - **Activité manuelle avec AS**
- 15h - **Danse sur chaise avec Claire**



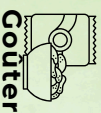
Jazz

- 11h - Atelier mémoire avec Cassandra
- 14h - Le temps d'un café avec AS
- 15h - Jeu des formes avec AS



charneraie

- 14h - Soins des mains avec AS
- 15h - Ecoute musicale et retrouver les interprètes avec AS

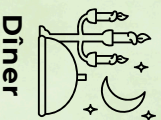


Couter

Tarte du chef



- Potage carottes
- Salade fraîche d'été
- Mousse au chocolat



Dîner

# SAMEDI 15



Déjeuner

- Crudités variées
- Jambon grillé en sauce, macaronis et brocolis
- Fromages

- Crème renversée



Théâtre

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



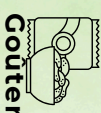
Jazz

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



charneraie

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

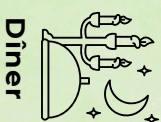


Couter

Corbeille de fruits



- Bouillon vermicelles
- Omelette aux lardons et salade
- Crème dessert



Dîner



# MOTS CROISÉS

## thème : écologie

|      | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| I    |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
| II   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
| III  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
| IV   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
| V    |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
| VI   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
| VII  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
| VIII |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
| IX   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
| X    |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

### HORizontalement

**I.** Une façon de valoriser nos ordures ménagères. **II.** Elles prolifèrent sur les bords des mers pollués. **III.** Fîmes un choix. Mention sur le bulletin. **IV.** Jolie fleur. Allongea. **V.** Avec un bon environnement et une bonne alimentation, elle ne peut qu'être bonne. Place de marché. **VI.** Une direction sur la rose des vents. Un réacteur français en Provence, qui étudie la fusion nucléaire. 3ème personne. **VII.** Becquerel, en abrégé. Grande école. **VIII.** Biologiques. **IX.** Outil tranchant. Il a percé les mystères de Paris. **X.** Infinitif. Plaçons.

### VERTICALEMENT

**1.** Phénomène économique, pas toujours compatible avec l'environnement. **2.** Pirogue à balancier. Un bien collectif précieux, désormais protégé par la loi. **3.** Début de journée. Diplôme. **4.** Des matières qui mettent des siècles à se biodégrader. **5.** Produits pas très bio. Conjonction. Musique du Maghreb. **6.** Transpiration. Bouleverse. **7.** Mettre à l'épreuve. **8.** Bat le roi. L'Italie sur le web. Une société qui vend du pétrole, mais pour encore combien de temps ? **9.** Une alternative durable à la voiture. Nombre premier. **10.** Produits en masse par notre société de consommation, il faut s'efforcer de les réduire.



# MEMO JEUX

## La bonne catégorie

Placez les mots de la liste dans la bonne colonne :

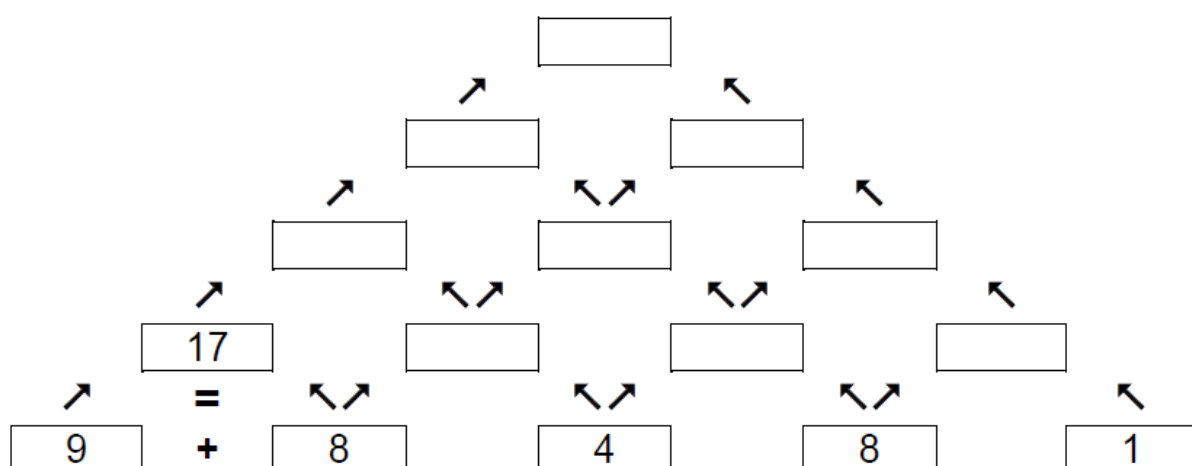
| PAYS DU<br>CONTINENT<br>EUROPÉEN | PAYS DU<br>CONTINENT<br>AFRICAIN | PAYS DU<br>CONTINENT<br>AMÉRICAIN |
|----------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------|
|                                  |                                  |                                   |
|                                  |                                  |                                   |
|                                  |                                  |                                   |
|                                  |                                  |                                   |

Cameroun / Chili / France / Argentine / Algérie / Belgique

Sénégal / Allemagne / Maroc / Espagne / Brésil / Mexique

## Montez au sommet

Pour atteindre le sommet de la pyramide, remplissez les briques par addition en commençant par la base, comme dans l'exemple en bas à gauche :





Du lundi 10 août au dimanche 16 août 2026

## Actualités : ce qui change à compter du 1er août 2026

- **Livret A** : le taux de rémunération est revalorisé à 1,7 % à partir du 1er août, contre 1,5 % jusqu'à fin juillet.
- **Électricité** : les tarifs réglementés de vente augmentent en moyenne de 2,5 % dès le 1er août, conformément à la proposition de la Commission de régulation de l'énergie.
- **Allocation de rentrée scolaire** : versée au cours du mois d'août à près de 3 millions de familles, elle aide à couvrir les dépenses liées à la rentrée des enfants de 6 à 18 ans.
- **Aide carburant** : le dispositif destiné aux grands rouleurs est prolongé jusqu'au 31 août, permettant aux salariés et professionnels effectuant de longs trajets de continuer à en bénéficier.
- **Démarchage téléphonique** : à compter du 11 août, les entreprises devront obtenir le consentement préalable des consommateurs avant tout appel commercial, remplaçant ainsi le système Bloctel.
- **Intelligence artificielle** : dès le 2 août, les contenus générés par l'IA devront être clairement identifiés dans l'Union européenne grâce à un étiquetage spécifique, en application de l'AI Act.



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



Nous avons le plaisir d'accueillir Monsieur VERHEYDEN Roland qui a rejoint La Mélod'Hier le mercredi 5 août.

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

## ANNIVERSAIRES

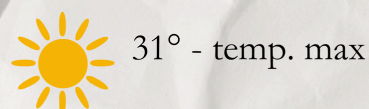
Madame BANC : -  
le lundi 10 août

Madame SUAIRE et  
Monsieur HERAS :  
le mardi 11 août

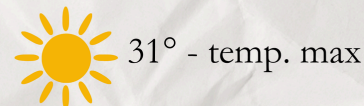
Madame CHAIX : -  
le vendredi 14 août

## MÉTÉO

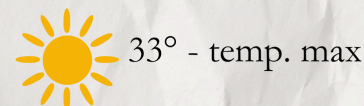
### Lundi



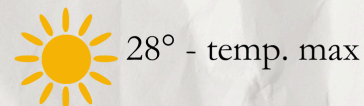
### Mardi



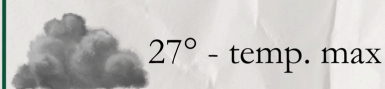
### Mercredi



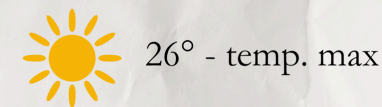
### Jeudi



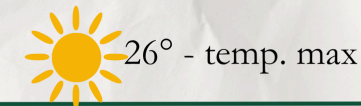
### Vendredi



### Samedi



### Dimanche



BONNE SEMAINE À TOUTES ET À TOUS