

La Mélod'hier

PROGRAMME

du 28 septembre → au 4 octobre 2026



Déjeuner



Goûter



Dîner



Jazz



Théâtre



Paula (ASH), Mme
NIZON et Mme
FRANCOIS



À LA UNE :

- Atelier mémoire, atelier équilibre, spectacle Folklore chinois, loto ...
- Pavé de cabillaud, rosbeef, tarte à la tomate, haricots verts, fruits frais ...

www.melodhier.com

Maison Tbien



01 64 06 71 33



direction@melodhier.com



77170 Coubert

MERCREDI 30



Déjeuner

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



Théâtre

- 11h - Atelier équilibre avec Johanna
- 11h - Maintien en forme
- 14h30 - Atelier moteur avec Johanna
- 15h30 - Quiz avec AS



Jazz

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



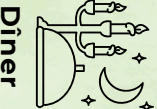
- 11h - Ecoutons la musique
- 14h - Le temps d'un café avec AS
- 15h - Atelier manuel avec AS



Goûter



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



Dîner

JEUDI 1



Déjeuner

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



Théâtre

- 11h - Maintien en forme
- 14h - Le temps d'un café avec AS
- 15h - Folklore chinois



Jazz

- 11h - Ecoute musicale
- 14h - Le temps d'un café avec AS
- 15h - Folklore chinois



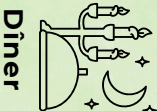
- 11h - Atelier mémoire avec Cassandra
- 14h - Le temps d'un café avec AS
- 15h - Folklore chinois



Goûter



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



Dîner

LUNDI 28

- Oeufs mayonnaise
- Pavé de cabillaud rôti au chorizo, Ratatouille
- Fromages



Déjeuner

- Crème renversée



11h - Maintien en forme

14h - Atelier lecture

14h30 - Activité manuelle avec AS

15h30 - Le mot le plus long avec Laurence

15h45 - Atelier sonothérapie avec Nathalie



Théâtre

11h - Ecoutons la musique

14h45 - Atelier sonothérapie avec Nathalie

15h - Jeux de société avec AS



Jazz

charneraie



11h - Ecoutons la musique

14h - Atelier sonothérapie avec Nathalie

15h - Jeux de société avec AS



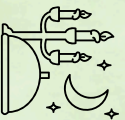
Goûter



• Soupe aux trois légumes

• Cordon bleu, purée

• Compote



Dîner

MARDI 29

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



Déjeuner

- Melon



14h - Café avec AS

14h30 - Le petit bac avec AS

16h - Chantons avec les AS



Théâtre

11h - Atelier mémoire avec Cassandra

14h - Le temps d'un café avec AS

15h - Jeu du Lynx avec AS



Jazz

charneraie



11h - Ecoutons la musique

14h - Le temps d'un café avec AS

14h30 - Jeu des couleurs avec AS

15h30 - Jeux de société avec AS



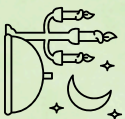
Goûter



• Potage Lentilles

• Tarte a la tomate feta et oignons rouges

• Clémentines



Dîner

VENDREDI 2



Déjeuner

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



Théâtre

- 11h - **Maintien en forme**
- 14h - **Quizz musical avec AS**
- 15h30 - **Loto des départements**



Jazz

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



Charneraie

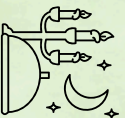
- 11h - Ecoute musicale
- 14h - Le temps d'un café avec AS
- 15h - Atelier manuel



Goûter



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



Dîner

SAMEDI 3



Déjeuner

- Tomates mozza
- Brochettes de volaille sauce tartare, eblly légumes
- Fromages
- Salade de fruits frais



Théâtre

- 14h - **Le temps d'un café avec AS**
- 15h - **Petit bac au tableau avec AS**
- 16h - **Quizz avec AS**



Jazz

- 11h - Ecoutons la musique
- 14h - Temps calme en musique
- 15h - Play avec AS



Charneraie

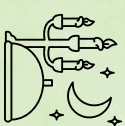
- 11h - Ecoutons la musique
- 14h - Le temps d'un café avec AS
- 15h - Loto avec AS



Goûter



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



Dîner

MEMO JEUX

Associez-les

Reliez le verbe avec le sens qui lui correspond :

caresser •	• le goût
déguster •	• l'odorat
sentir •	• l'ouïe
admirer •	• le toucher
entendre •	• la vue

contempler •	• le goût
palper •	• l'odorat
humer •	• l'ouïe
écouter •	• le toucher
savourer •	• la vue

CHARADES

- 1
- Mon premier est une ville allemande
 - Mon deuxième se jette
 - Mon troisième fait macérer dans un sirop
 - Mon quatrième est bien bonne le matin

--	--	--	--

Mon tout est un arrêt de travail

- 2
- Mon premier rabat
 - Mon deuxième servent à être clairvoyant
 - Mon troisième est une négation anglaise
 - Mon quatrième est un journal féminin

--	--	--	--

Mon tout est un souhait

Du lundi 28 septembre au dimanche 4 octobre 2026

Actualités (au 25/09/2026)

#DISPARITION Les secouristes grecs recherchent cinq personnes portées disparues après l'effondrement d'un immeuble d'un quartier touristique d'Athènes. L'incident a été provoqué par une explosion, selon les pompiers grecs. *"Un couple de personnes âgées et trois autres personnes, logeant dans une location saisonnière, résidaient dans l'immeuble et nous tentons de savoir si elles étaient présentes ou non lors de l'explosion"*, d'après la même source.

#CREPOL Des juges d'instruction ont ordonné un procès pour meurtre pour onze accusés dans l'affaire de la mort de Thomas à Crépol (Drôme), retenant notamment la circonstance aggravante de racisme envers *"la race blanche et la nation française"*, a appris franceinfo de source proche du dossier.

#ORELIEN L'Académie Goncourt a supprimé le roman *C'était ça ou mourir* de Thélyson Orélien de sa sélection, alors que l'écrivain est accusé d'avoir utilisé l'intelligence artificielle. *"Ce choix est dicté par la volonté de préserver l'intégrité du prix"*, a expliqué l'institution littéraire. Le prestigieux prix sera décerné le 4 novembre.

#ATHLETISME La vice-championne olympique du 100 m haies Cyréna Samba-Mayela, seule médaillée française en athlétisme aux JO de Paris, provisoirement suspendue en raison de trois manquements à ses obligations de localisation.



Les habitants d'hier et d'aujourd'hui



C'est avec une grande tristesse que nous vous faisons part des décès de :

- Madame NOGUIEZ, survenu le 18/09/2026,
- Madame LOZZA, survenu le 21/09/2026,
- et Madame HUGUE, survenu le 23/09/2026.

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.

ANNIVERSAIRE



MÉTÉO

Lundi



24° - temp. max

Mardi



26° - temp. max

Mercredi



26° - temp. max

Jeudi



21° - temp. max

Vendredi



20° - temp. max

Samedi



25° - temp. max

Dimanche



24° - temp. max

BONNE SEMAINE À TOUTES ET À TOUS