












## ANIMATION ET MENU DE LA SEMAINE

DU LUNDI 22 JUIN 2026 AU  
DIMANCHE 28 MAI 2026



*Dimanche 16 octobre 2022, lors de la participation des résidents de Mélavie à la course de Crosne.*

→ La cuisine se réserve le droit de modifier les menus selon arrivages et stocks.

	Lundi 22 juin	Mardi 23 juin	Mercredi 24 juin
<p><i>Déjeuner</i></p>  	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gaspacho tomate et pastèque</li> <li>• Salade estivale (aubergine, concombre, roquette, tomate, poulet)</li> <li>• Clafoutis</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Carottes râpées et coriandre</li> <li>• Emincé de bœuf et écrasé de patate douce</li> <li>• Panna cotta fruits rouges</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Houmous</li> <li>• Poulet, poivrons, tomates à la provençale</li> <li>• Pâtes</li> <li>• Poire caramel</li> </ul>
<p><b>Salon Anémone</b></p> 	<p><b>14h à 15h – Atelier équilibre</b> <b>16h45 à 17h45 – Yoga</b></p>	<p><b>13h30 – Sonothérapie</b> <b>15h à 17h – Massage</b> <b>17h – Lecture de Contes</b></p>	<p><b>11h à 11h30 – Gym douce</b> <b>14h à 15h – Stimulation cognitive</b> <b>15h à 16h – Atelier mémoire</b></p>
<p><b>Petit Camélia</b></p>		<p><b>14h à 16h – Atelier équilibre</b></p>	<p><b>13h30 – Assemblée de prière</b></p>
<p><b>Salon Camélia</b></p> 	<p><b>11h à 11h30 – Gym douce</b> <b>14h30 à 16h – Yoga et Fitness</b></p>	<p><b>11h à 11h30 – Gym douce</b> <b>14h à 15h – Massage</b></p>	<p><b>14h30 – Chorale</b></p>
<p><b>Provence</b></p> 	<p><b>11h à 12h – Les bras en l'air</b> <b>14h30 - Lecture de contes</b></p>	<p><b>14h30 à 16h – Ecriture sous induction musicale</b></p>	<p><b>14h à 16h – Activités manuelles</b></p>
<p><b>Salon 1<sup>er</sup> étage</b></p>		<p><b>14h45 à 15h45 – Sonothérapie</b></p>	<p><b>15h à 16h – Stimulation cognitive</b></p>
 <p><i>Goûter</i></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gateau fait maison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melon</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mini viennoiseries</li> </ul>
<p><i>Diner</i></p>  	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bouillon vermicelles</li> <li>• Saucisse fumée et pommes de terre fraîches à l'ail</li> <li>• Yaourt aux fruits ou fruit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Soupe à l'oignon</li> <li>• Quiche tomate mozzarella</li> <li>• Faisselle</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Soupe de poisson</li> <li>• Tian de légumes (tomates, courgettes, aubergine) et feta émiettée</li> <li>• Fruits</li> </ul>

## Planning de la semaine du 22 au 28 juin 2026

	Jeudi 25 juin	Vendredi 26 juin	Samedi 27 juin	Dimanche 28 juin
 <b>Déjeuner</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Salami et salade verte</li> <li>• Boudin blanc au cidre et au deux pommes</li> <li>• Glace</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Concombre à la crème</li> <li>• Merlu, ratatouille fraîche</li> <li>• Boulgour</li> <li>• Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crudités variées</li> <li>• Jambon grillé en sauce, macaroni et brocolis</li> <li>• Crème renversée</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Céleri rémoulade</li> <li>• Crevettes sautées à l'huile de coco</li> <li>• Purée de patate douce</li> <li>• Bavarois aux fruits rouges</li> </ul>
 <b>Salon Anémone</b>	<p style="text-align: center;">14h30 à 15h30 – Sonothérapie</p> <p style="text-align: center;">16h45 à 17h45 – Ballon et Yoga</p>	<p style="text-align: center;">11h à 11h30 – Gym douce</p> <p style="text-align: center;">14h – Massage</p>	<p style="text-align: center;">14h à 15h – Soins mains et visages</p> <p style="text-align: center;">15h à 16h – Loto</p>	<p style="text-align: center;">14h à 15h – Atelier musical</p> <p style="text-align: center;">15h à 16h – Jeu de société</p>
<b>Petit Camélia</b>		<p style="text-align: center;">10h30 – ça roule</p> <p style="text-align: center;">14h à 15h – Art-thérapie</p>		
<b>Salon Camélia</b> 	<p style="text-align: center;">11h à 11h30 – Gym douce</p> <p style="text-align: center;">14h30 à 16h – Yoga et Fitness</p>	<p style="text-align: center;">11h à 11h30 – Gym douce</p> <p style="text-align: center;">14h à 16h – Oh les mains</p> <p style="text-align: center;">15h à 17h - Massage</p>	<p style="text-align: center;">14h à 15h – Soins mains et visages</p> <p style="text-align: center;">15h à 16h – Jeu de société</p>	<p style="text-align: center;">14h à 15h – Atelier musical</p> <p style="text-align: center;">15h à 16h – Loto</p>
<b>Provence</b> 		<p style="text-align: center;">14h à 16h – Atelier motricité</p>		
<b>Salon 1<sup>er</sup> étage – Bat A</b>	<p style="text-align: center;">13h30 à 14h30 – Sonothérapie</p>	<p style="text-align: center;">10h à 12h - Orthophoniste</p>		
 <b>Goûter</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Salade de fruits</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tarte du chef</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Corbeille de fruits</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Flan</li> </ul>
 <b>Diner</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Soupe au lait</li> <li>• Tourte fraîche aux jambons</li> <li>• Yaourt / fruit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Potage carotte</li> <li>• Omelette aux lardons et courgettes</li> <li>• Mousse au chocolat</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bouillon de vermicelles</li> <li>• Salade fraîche d'été</li> <li>• Crème dessert</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Soupe aux trois légumes</li> <li>• Feuilleté au fromage</li> <li>• Salade</li> <li>• Compote</li> </ul>

Cette semaine nous célébrons l'anniversaire de :

- **M. Sobreira Rodrigo, le lundi 22 juin 2026.** Il fêtera ses 78 ans.
- **Mme Hanin Colette, le mardi 23 juin 2026.** Elle fêtera ses 95 ans.
- **Mme Bouancheaux Vera, le mercredi 24 juin 2026.** Elle fêtera ses 97 ans.
- **Mme Gilly Denise, le jeudi 25 juin 2026.** Elle fêtera ses 90 ans.
- **Mme Beurgault Monique, le jeudi 25 juin 2026.** Elle fêtera ses 84 ans.

### *Sensation*

Par les soirs bleus d'été, j'irai dans les sentiers,  
Picoté par les blés, fouler l'herbe menue :  
Rêveur, j'en sentirai la fraîcheur à mes pieds.  
Je laisserai le vent baigner ma tête nue.

Je ne parlerai pas, je ne penserai rien :  
Mais l'amour infini me montera dans l'âme,  
Et j'irai loin, bien loin, comme un bohémien,  
Par la Nature, – heureux comme avec une femme.

Arthur Rimbaud

