

19 octobre 2026 - 25 octobre 2026

JOUR	MIDI	SOIR
LUNDI 19 octobre 2026	Potée de lentilles au lait de coco Cake Opéra	Bouillon aux légumes Peperonata et œuf poché Pain complet
MARDI 20 octobre 2026	Escalope Viennoise de poulet (CH) Sauce roquette et tomates Pommes rissolées Gratin de chou-fleur Poire pochée au vin rouge	Crème de tomates Muffin salé (lardon, fromage, oignons) Saladine
MERCREDI 21 octobre 2026	Brisolée (CH) Raisin	Potage poireaux - pommes de terre Salade de poires et kaki à la feta
JEUDI 22 octobre 2026	Joue de bœuf braisée (CH) Pomme purée Jardinière de légumes Mousse framboise	Crème Dubarry Nasi Goreng
 VENDREDI 23 octobre 2026	Fish'n'chips Sauce tartare Chips de courgettes Compotée de fruits	Potage aux carottes Pain pita Duo de houmous (pois chiches) Tzaziki
SAMEDI 24 octobre 2026	Gnocchis et émincé de champignons Sauce crème safranée Salade mêlée Profiteroles à la crème	Potage Cultivateur Paupiette de bœuf (CH) Sauce moutarde Cornettes
DIMANCHE 25 octobre 2026	Tagliatta de bœuf (CH) Sauce vierge Tagliatelles Ruccola et parmesan Mini nordica	Potage au cresson Tarte au fromage Salade

Activités de la semaine

Lundi 19
octobre

- 09h45 Lecture presse au salon du rez
- 10h30 Massage des mains au salon du 1er étage
- 10h30 Gymnastique douce en salle polyvalente
- 10h30 Préparation de la collation: tarte aux pommes à la Belge au p'tit bonheur avec Diane
- 15h30 Activités créatrices : créons notre propre puzzle au p'tit bonheur avec Estelle
- 15h30 Manucure au salon du 2ème étage
- 15h30 A la découverte des matières au salon du 1er étage

Mardi 20
octobre

- 10h00 Messe paroissiale à la chapelle
- 10h30 Arrangements floraux au salon du 1er étage
- 11h15 Berceau musical au p'tit bonheur
- 15h30 Photo langage au salon du 2ème étage
- 15h30 Passion couleur au salon du 1er étage
- 15h30 Les carnets de Julie : Ardèche en salle polyvalente avec Esther

Mercredi 21
octobre

- 09h45 Lecture presse au salon du rez
- 10h30 Moment musique douce au salon du 1er étage
- 10h30 Questionnaire sur l'automne au salon du rez avec Anne-Brigitte
- 15h30 Dégustation d'aliments automnaux à l'aveugle au salon du rez avec Clémence
- 15h30 Jeux de société au salon du 2ème étage
- 15h30 Mouvements doux avec foulards au salon du 1er étage

Jeudi 22
octobre

- 09h45 Lecture presse au salon du rez
- 10h30 Massage des mains au salon du 1er étage
- 10h30 Balade et apéritif au village
- 15h30 Photo collage : les vendanges d'autrefois à maintenant au p'tit bonheur avec Léonie
- 15h30 Chant au salon du rez avec Anne-Brigitte
- 15h30 Manucure au salon du 2ème étage
- 15h30 Lecture de nouvelles au salon du 1er étage

Vendredi 23
octobre

- 09h30 Sortie au marché de Sion avec Esther et Anne-Brigitte
- 09h45 Lecture presse au salon du rez
- 10h30 Gymnastique douce en salle polyvalente
- 10h30 Moment musique douce au salon du 1er étage
- 15h30 A vous la parole : l'école d'autrefois à aujourd'hui au salon du rez avec Clémence
- 15h30 Voyage en pinceau au salon du 1er étage
- 15h30 Atelier d'expression corporelle au salon du 2ème étage

Samedi 24
octobre

- 09h45 Lecture presse au salon du rez
- 10h30 Mouvements doux avec foulards au salon du 1er étage
- 10h30 Préparation de l'apéritif au p'tit bonheur avec Estelle
- 15h30 Réveil mémoire : la géographie au salon du rez avec Estelle
- 15h30 Massage des mains au salon du 1er étage avec Ariola

Dimanche 25
octobre

- 10h00 Liturgie de la parole à la chapelle
- 10h30 Pâte à sel au salon du 1er étage
- 11h00 Apéritif au salon du rez avec Estelle
- 15h30 Jeu de société au salon du rez
- 15h30 Lecture de nouvelles au salon du 1er étage