

Planning d'activité

Mois de Mars





Appel aux cotisations

Afin de permettre à chacun d'adhérer à l'association,

Soleil au Coeur



Les membres du conseil d'administration de soleil au cœur
tiendront une permanence :



Dimanche 04 Mars
11h00

L'association continue à contribuer à la qualité de l'animation et à favoriser les rencontres et la solidarité entre résidents.

Nous rappelons que tout adhérent obtiendra des réductions lors des différentes activités qui demandent une participation personnelle.

Chaque résident est donc invité à participer, par son adhésion, à la qualité de l'animation de son établissement.



35€



Jeudi 01 Mars

11h00 Documentaire à la salle du parc

15h00 Jeu de mémoire à la salle du parc

17h00 Jeux de questions à la cafétéria

Animation 3^{ème} étage

11h00 Massage flash

15h15 Nos souvenirs

16h00 Collation entre amis

Activités club PASA

10h45 Atelier gourmand 3^e Salle du club

16h00 Goûter gourmand à la cafeteria

Vendredi 02 Mars

11h00 Gym douce à la salle du parc

14h30 Poterie salle artistique

14h45 Tir à l'arc à la Salle du parc

17h00 Bingo à la cafétéria

Activités club PASA

10h45 Atelier créatif 3^e Salle du club

Samedi 03 Mars

11h00 Club tricot salon du 2^{ème} étage

14h30 Cinéma à la Salle du parc

14h30 Atelier peinture à l'espace artistique

17h00 Loto à la cafétéria

Animation 3^{ème} étage

11h00 Club vidéo

11h00 Les moments détente sur RDV

16h00 Collation entre amis

Dimanche 04 Mars

11h00 Cotisation Soleil au Cœur 

14h30 Jeux de table à la cafétéria

16h30 Spectacle fête des grands-mères à la cafétéria

Animation 3^{ème} étage

11h00 Les moments détente sur RDV

16h00 Collation entre amis



Lundi 05 Mars

10h15 Espace détente sur RDV

11h00 Exercices corporels à la Salle du parc

14h30 Espace détente sur RDV

15h00 Assemblée de prière à la Salle du parc

16h00 Heures Savoureuses à la cafétéria

16h30 Ambiance musical à la cafétéria

Animation 3^{ème} étage

10h15 Exercices corporels

10h45 Préparation de la pâte à crêpes

15h45 Heures savoureuses/ accordéon

16h00 Collation entre amis

Mardi 06 Mars

11h00 Club lecture à la salle du parc

14h30 Atelier peinture à l'espace artistique

15h00 Sortie « faites vos courses » à Leclerc

15h00 Jeu de mémoire salle du parc

17h00 La grande roue à la cafétéria

Animation 3^{ème} étage

15h00 Salade de fruits

16h00 Collation entre amis

Activités club PASA

Rencontre avec les résidents

Mercredi 07 Mars

- 10h00** Espace détente sur RDV
11h00 Tai-chi à la salle du parc
11h00 Citoyennage au 3^e étage salle Pasa
12h00 Repas pizza à la cafeteria
15h00 Club pâtisserie à la cafétéria
17h00 Jeux mystère à la cafétéria
17h30 Chorale à la cafétéria

Animation 3^{ème} étage

- 10h30** Atelier couture
11h00 Contes et rires
12h00 Repas pizza à la cafeteria
15h30 Atelier « Do, ré, mi »



Activités club PASA

- 15h00** Chansonâges

Jeudi 08 Mars

- 11h00** Sortie Casino à Enghien les bain
11h00 Documentaire à la salle du parc
15h00 Jeu de mémoire à la salle du parc
17h00 Jeux de questions à la cafétéria



Animation 3^{ème} étage

- 11h00** Massage flash
15h15 Nos souvenirs
16h00 Collation entre amis

Activités club PASA

- 10h45** Atelier gourmand 3^e Salle du club
16h00 Goûter gourmand à la cafeteria

Vendredi 09 Mars

- 10h15** Atelier musical 1^{er} étage
11h00 Gym douce à la salle du parc
14h30 Poterie salle artistique
14h45 Tir à l'arc à la Salle du parc
15h15 Jeux inter génération à la cafétéria
17h00 Bingo à la cafétéria

Animation 3^{ème} étage

- 11h00** Atelier musical
16h00 Collation entre amis

Activités club PASA

- 10h45** Atelier créatif 3^e Salle du club

Samedi 10 Mars

- 11h00** Club tricot salon du 2^eème étage
11h00 Repas à thème Hamburger maison
salle à manger du 2^eème étage
14h00 Sortie Chalet du lac à Vincennes
14h30 Atelier peinture à l'espace artistique
17h00 Loto à la cafétéria

Animation 3^{ème} étage

- 11h00** Club vidéo
11h00 Les moments détente sur RDV
16h00 Collation entre amis



Dimanche 11 Mars

- 11h00** Atelier couture à la salle artistique
14h30 Jeux de table à la cafétéria
16h30 Grand bingo à la cafétéria

Animation 3^{ème} étage

- 11h00** Les moments détente sur RDV
16h00 Collation entre amis

Lundi 12 Mars

- 10h15** Espace détente sur RDV
11h00 Exercices corporels à la Salle du parc
14h30 Espace détente sur RDV
15h00 Assemblée de prière à la Salle du parc
16h00 Heures Savoureuses à la cafétéria
16h30 Ambiance musical à la cafétéria

Animation 3^{ème} étage

- 10h15** Exercices corporels
10h45 Préparation de la pâte à crêpes
15h45 Heures savoureuses/ accordéon

Mardi 13 Mars

- 11h00** Revue de presse salle du parc
14h00 Sortie Cinéma À Belle épine
15h00 Jeu de mémoire salle du parc
17h00 La grande roue à la cafétéria

Animation 3^{ème} étage

- 08h00** Petit déjeuner Africain
15h00 Salade de fruits
16h00 Collation entre amis

Activités club PASA

15h30 Contes et rires

Mercredi 14 Mars

10h00 Espace détente sur RDV

11h00 Tai-chi à la salle du parc

14h30 **Sortie : Résidence la Cristolienne, tournois de triominos** à Créteil

15h00 Club pâtisserie à la cafétéria

17h00 Jeux mystère à la cafétéria

17h30 Chorale à la cafétéria



Animation 3^{ème} étage

10h30 Atelier couture

15h30 Atelier « Do, ré, mi »

16h00 Collation entre amis

Jeudi 15 Mars

12h00 Printemps de la poésie à la cafétéria

15h00 Jeu de mémoire à la salle du parc

17h00 Jeux de questions à la cafétéria



Animation 3^{ème} étage

11h00 Motricité

15h15 Nos souvenirs

16h00 Collation entre amis

Activités club PASA

10h45 Atelier gourmand 3^e Salle du club

12h00 Repas Printemps de la poésie gourmand

16h00 Goûter gourmand à la cafeteria

Vendredi 16 Mars

10h15 Atelier musical 2^e étage

11h00 Gym douce à la salle du parc

14h30 Poterie salle artistique

14h45 Tir à l'arc à la Salle du parc

15h15 Jeux inter génération à la cafétéria

17h00 Bingo à la cafétéria

Animation 3^{ème} étage

11h00 Atelier musical

15h00 Préparation de la soupe

16h00 Collation entre amis

Activités club PASA

10h45 Atelier créatif 3^e Salle du club

Samedi 17 Mars

11h00 Club tricot salon du 2^{ème} étage

14h30 Atelier peinture à l'espace artistique

17h00 Loto à la cafétéria

Animation 3^{ème} étage

11h00 Club vidéo

11h00 Les moments détente sur RDV

16h00 Collation entre amis

Dimanche 18 Mars

14h30 Jeux de table à la cafétéria

16h30 Le juste prix à la cafétéria

Animation 3^{ème} étage

11h00 Les moments détente sur RDV

16h00 Collation entre amis

Lundi 19 Mars

10h15 Espace détente sur RDV

11h00 Exercices corporels à la Salle du parc

14h30 Espace détente sur RDV

16h00 Heures Savoureuses à la cafétéria

16h30 Ambiance musical à la cafétéria

Animation 3^{ème} étage

10h15 Exercices corporels

10h45 Préparation de la pâte à crêpes

15h45 Heures savoureuses/ accordéon

Mardi 20 Mars

11h00 Revue de presse salle du parc

14h30 Atelier peinture à l'espace artistique

15h00 Jeu de mémoire salle du parc

17h00 La grande roue à la cafétéria

Animation 3^{ème} étage

11h00 Atelier beauté

15h00 Salade de fruits

16h00 Collation entre amis



Mercredi 21 Mars

10h00 Espace détente sur RDV

11h00 Citoyennage au 3^e étage salle Pasa

11h00 Tai-chi 1^{er} étage

15h00 Messe à la salle du parc

15h00 Cocktail /Club pâtisserie à la cafétéria

17h00 Jeux mystère à la cafétéria

17h30 Chorale à la cafétéria

Animation 3^{ème} étage

10h30 Atelier couture

15h30 Atelier « Do, ré, mi »

Jeudi 22 Mars

11h00 Documentaire à la salle du parc

15h00 Jeu de mémoire à la salle du parc

17h00 Jeux de questions à la cafétéria

Animation 3^{ème} étage

11h00 Massage flash

15h15 Nos souvenirs

16h00 Collation entre amis

Activités club PASA

10h45 Atelier gourmand 3^e Salle du club

12h00 Repas inter-résidence Bonneuil/St Maur à la cafeteria

16h00 Goûter gourmand à la cafeteria



Vendredi 23 Mars

10h15 Atelier musical 1^{er} étage

11h00 Gym douce à la salle du parc

14h30 Poterie salle artistique

14h45 Tir à l'arc à la Salle du parc

15h15 Jeux inter génération à la cafétéria

17h00 Bingo à la cafétéria

Animation 3^{ème} étage

11h00 Atelier musical

16h00 Collation entre amis

Activités club PASA

10h45 Atelier créatif 3^e Salle du club

Samedi 24 Mars

11h00 Club tricot salon du 2^eème étage

14h30 Atelier peinture à l'espace artistique

17h00 Loto à la cafétéria

Animation 3^{ème} étage

11h00 Club vidéo

11h00 Les moments détente sur RDV

16h00 Collation entre amis

Dimanche 25 Mars

14h30 Jeux de table à la cafétéria

16h30 Grand loto à la cafétéria

Animation 3^{ème} étage

11h00 Les moments détente sur RDV

16h00 Collation entre amis

Lundi 26 Mars

10h15 Espace détente sur RDV

11h00 Exercices corporels à la Salle du parc

14h30 Espace détente sur RDV

15h00 Assemblée de prière à la Salle du parc

16h00 Heures Savoureuses à la cafétéria

16h30 Ambiance musical à la cafétéria

Animation 3^{ème} étage

10h15 Exercices corporels

10h45 Préparation de la pâte à crêpes

15h45 Heures savoureuses/ accordéon

Mardi 27 Mars

11h00 Revue de presse

14h30 Atelier peinture à l'espace artistique

15h00 Jeu de mémoire salle du parc

17h00 La grande roue à la cafétéria

Animation 3^{ème} étage

11h00 Atelier beauté

15h00 Salade de fruits

16h00 Collation entre amis

Activités club PASA

10h45 Atelier poterie Salle artistique

14h15 Heures musicales Au théâtre de l'Abbaye

15h30 Contes et rires

Mercredi 28 Mars

10h00 Espace détente sur RDV

11h00 Tai-chi à la salle du parc

15h00 Cocktail /Club pâtisserie à la cafétéria

16h30 Carré musicale à la cafétéria

17h30 Chorale à la cafétéria

Animation 3^{ème} étage

10h30 Atelier couture



Jeudi 29 Mars

08h00 Petit déjeuner Breton à la cafétéria

11h00 Documentaire à la salle du parc

15h00 Jeu de mémoire à la salle du parc

17h00 Jeux de questions à la cafétéria

Animation 3^{ème} étage

11h00 Massage flash

15h15 Nos souvenirs

16h00 Collation entre amis

Activités club PASA

10h45 Atelier gourmand 3^e Salle du club

16h00 Goûter gourmand à la cafeteria



Vendredi 30 Mars

10h15 Atelier musical 2^e étage

11h00 Conférence « raconte-moi les chats » à la salle du parc

14h30 Poterie salle artistique

14h45 Tir à l'arc à la Salle du parc

15h15 Jeux inter génération à la cafétéria

17h00 Bingo à la cafétéria



Animation 3^{ème} étage

11h00 Atelier musical

16h00 Collation entre amis

Activités club PASA

10h45 Atelier créatif 3^e Salle du club

Samedi 31 Mars

11h00 Club tricot salon du 2^eème étage

14h30 Atelier peinture à l'espace artistique

15h00 Art Floral à la cafétéria

17h00 Loto à la cafétéria

Animation 3^{ème} étage

11h00 Club vidéo

11h00 Les moments détente sur RDV

16h00 Collation entre amis



Un avant-goût des premiers jours d'avril
2018

Dimanche 01 Avril

14h30 Jeux de table à la cafétéria

16h30 Grand loto à la cafétéria



Lundi 02 Avril

10h15 Espace détente sur RDV

11h00 Exercices corporels à la Salle du parc

14h30 Espace détente sur RDV

15h00 Assemblée de prière à la Salle du parc

16h00 Heures Savoureuses à la cafétéria

16h30 Ambiance musical à la cafétéria

Animation 3^{ème} étage

10h15 Exercices corporels

10h45 Préparation de la pâte à crêpes

15h45 Heures savoureuses/ accordéon

16h00 Collation entre amis

DOCUMENTAIRE Mars 2018 CINEMA

Jeudi 01

Brésil

Pays-continent grand comme seize fois la France, le Brésil bénéficie de richesses naturelles et humaines hors norme. Des quartiers anciens de Salvador aux plages mythique de Rio....

Jeudi 08

Les bébés animaux

Que savons-nous de ces tout petits animaux qui nous attendrissent tant ? Ces jeunes créatures semblent nous avoir jeté un sort, et avoir envouté tous ceux qui prennent soin d'elles....

Jeudi 22

Madagascar

Un documentaire hors du commun ! Pierre Brouwers et son équipe ont sillonné, des semaines durant, tous les recoins d'une des îles les plus fascinantes du globe....

Jeudi 29

L'express côtier de Norvège

Imaginez... vous embarquez à bord d'un navire de Hurtigruten ! Vous voici parti pour un voyage que vous n'oublierez jamais... entre fjords majestueux, archipels sauvages et îles secrètes en Norvège...

Samedi 03 Mars

Le roi et moi

Une somptueuse comédie musicale : Yul Brynner impérial !

Ce chef-d'œuvre musical raconte l'histoire vraie d'une anglaise, Anna Loenowens, qui devient institutrice de la cour royale du Siam dans les années 1860. Elle se heurte tout d'abord au Roi du Siam, un homme têtu et inhabitué à rencontrer de la résistance.

Cependant, petit à petit, une affection chaleureuse se développe entre eux...

Avec des chansons inoubliables et des décors magnifique, LE ROI ET MOI est une des plus somptueuses comédies musicales d'Hollywood.

Ce film a remporté six Oscars en 1956, dont celui du meilleur acteur pour Yul Brynner.

Heures Savoureuses

Les lundis Gourmands ...

Mars 2018

Lundi 05

16h00 Dégustation de donuts

Lundi 12

16h00 Dégustation de churros

Lundi 19

16h00 Dégustation de pain perdu

Lundi 26

16h00 Dégustation de crêpes

Les moments Gourmands ...

Dimanche 04

16h00:dégustation de fours sucrés

Mercredi 07

12h00:Repas pizza (places limités sur inscription)

jeudi 29

08h00: petit déjeuner gourmand breton (sur inscription)



LES SORTIES



Mardi 6 mars

« **Faites vos courses** »

À **Leclerc**

N'oubliez pas votre porte-monnaie ainsi que votre liste de courses

Départ : 15h00 à l'accueil

Accompagnateurs : Christal / Marie-Philemon



Jeudi 8 Mars

Casino et restaurant

Enghien les bain

N'oubliez pas votre porte-monnaie pour jouer

Départ : 11h00 à l'accueil

Accompagnateurs : Christal / Maxence

Tarif adhérent : 25€

Tarif non adhérent : Prix du menu



Samedi 10 Mars

Chalet du lac

À **Vincennes**



Départ : à 15h00 à l'accueil

Accompagnateurs : Christal / Anais

Tarif adhérent : 5€

Tarif non adhérent : 10€



Mardi 13 Mars

Cinéma UGC

À **Belle épine**



Départ : à définir à l'accueil

Accompagnateurs : Christal / Nabilla

Tarif adhérent : 5€

Tarif non adhérent : 10€

**Si une ou plusieurs sorties vous intéressent
merci de vous inscrire**

À l'accueil ou auprès d'une animatrice



Mercredi 14 Mars

Résidence la Cristolienne

À **Créteil**



Départ : à 14h30

Accompagnateurs : Christal / Nadia

Les enfants de la HALTE GARDERIE

Vous donnent rendez-vous





PLANNING INTERGENERATIONNEL DU MULTI-ACCUEIL LUNDI 5 MARS



10H30 Atelier Gymnastique au 3^{ème} étage
16H Goûter gourmand à la Cafétéria

MARDI 6 MARS

10H Contes et Chansons au 3^{ème} étage

JEUDI 8 MARS

10H Atelier Pâtisserie :
Tarte banane aux pépites de Chocolat
16H30 Goûter intergénérationnel



VENDREDI 9 MARS

10H « Au rythme du piano » au 1^{er}/2^{ème} étage



Chaque matin à partir de 9H30 :

Echanges autour du petit déjeuner au 2^{ème} étage

PLANNING INTERGENERATIONNEL DU MULTI-ACCUEIL

LUNDI 12 MARS

- 10H30 Atelier Gymnastique au 3^{ème} étage
16H Goûter gourmand à la Cafétéria

MARDI 13 MARS

- 10H Circuit Jeux d'eau en salle détente

JEUDI 15 MARS

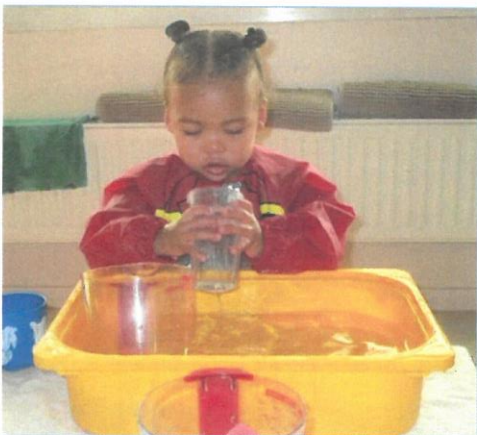
- 10H Parcours de motricité dans la salle du Parc
16H Goûter intergénérationnel

VENDREDI 16 MARS

- 10H00 « Au rythme du piano » au 3^{ème} étage

haque matin à partir de 9H30 :

changes autour du petit déjeuner au 1er



PLANNING INTERGENERATIONNEL DE LA HALTE GARDERIE

LUNDI 19 MARS

10H30 Atelier Gymnastique au 3^{ème} étage

16H Goûter gourmand à la Cafétéria

MARDI 20 MARS

10H Promenade en voiture au sein de la résidence

JEUDI 22 MARS

10H00 Sortie à la Médiathèque

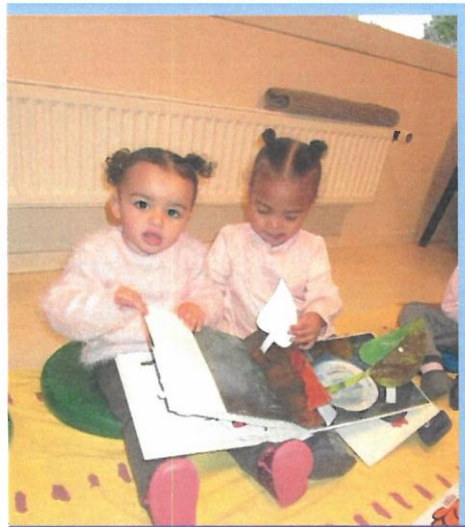
16H Goûter intergénérationnel

VENDREDI 23 MARS

10H00 « Au rythme du piano » au 3^{ème} étage

Chaque matin à partir de 9H30 :

Echanges autour du petit déjeuner au 2^{ème} étage





PLANNING INTERGENERATIONNEL DE LA HALTE GARDERIE



LUNDI 26 MARS

10H30 Atelier Gymnastique au 3^{ème} étage

16H Goûter gourmand à la Cafétéria

MARDI 27 MARS

10H Atelier Poterie en salle artistique

JEUDI 29 MARS

Petit-Déjeuner BRETON

10H00 Atelier Sable en salle détente

16H Goûter intergénérationnel

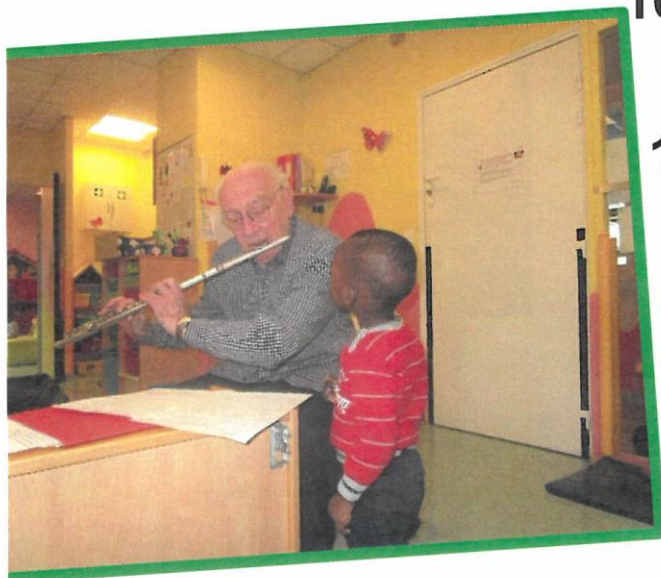
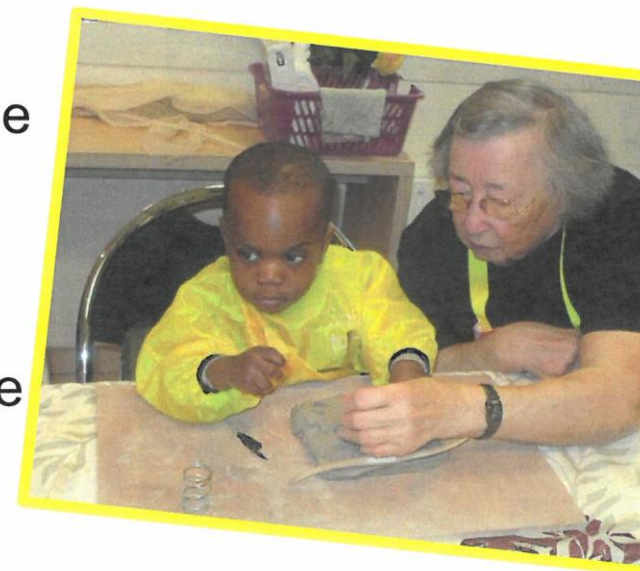
VENDREDI 30 MARS

10H00 « Au rythme du piano » au 1^{er}/2^{ème} étage



Chaque matin à partir de 9H30 :

Echanges autour du petit déjeuner au 1er étage



DIFFERENTS SERVICES VOUS SONT PROPOSES

BALNEOTHERAPIE



Sur RDV

ESPACE DETENTE



Sur RDV

ESTHETIQUE

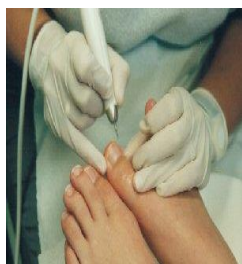


Sur RDV

Avec Ghyslaine

Jeudi et vendredi

PEDICURE



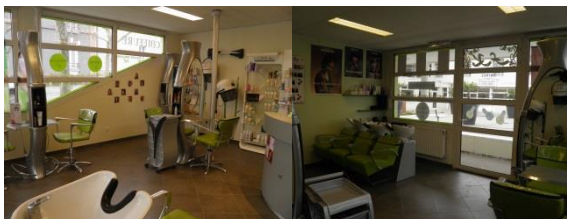
Sur RDV

Avec Christine

Mardi et jeudi

Salon de Coiffure

Sur RDV



Boutique

Point Guichet



Mesdames et Messieurs les Résidents,

Indépendamment de notre volonté, certaines modifications peuvent être apportées à ce programme. Vous en serez, bien sûr, informés quotidiennement à l'annonce micro et sur le tableau d'informations à La cafétéria.

L'équipe d'animation