



Planning de Mars

Mardi 1^{er} Mars

11h00 Atelier lecture avec la médiathèque à la salle du parc

11h00 Lecture de comptes Soleil au coeur à la salle artistique

15h00 Atelier mémoire à la cafeteria

17h00 Jeux de questions à la cafeteria

Animation 3^{ème} étage

10h30 Gym détente

11h00 Revue de presse

11h30 Atelier cognitif

15h00 Jeux de table

15h00 Atelier beauté

Activités club

10h45 Atelier pâtisserie

15h00 Correspondance de l'être

16h00 Collation entre amis

Mercredi 2 Mars

11h00 Tai-chi à la salle du parc

15h00 Atelier créatif à la cafeteria

17h00 Baccalauréat géant à la cafétéria

Animation 3^{ème} étage

10h45 Atelier Jardinage

11h00 Atelier théâtre

15h00 Couture

Activités club

11h00 Rencontre autour d'un thème

15h00 Atelier créatif

16h00 Collation entre amis

Jeudi 3 Mars

11h00 Documentaire «Groenland, le dernier igloo » à la salle du parc

15h00 Atelier de mémoire à la cafeteria

17h00 Jeux mystère à la cafétéria

Vendredi 4 Mars

11h00 L'épicerie fine à la cafeteria

11h00 Ecoute musicale à la salle du parc

14h00 Sortie "le petit palais" à paris

15h00 Color Art à la cafeteria

15h00 Tir à l'arc à la salle du parc

17h00 Loto à la cafeteria

Samedi 5 Mars

11h00 Réveil musculaire à la salle du parc

14h30 concert «Laurent Gerra à

l'Olympia. » à la salle du parc

17h00 La grande roue à la cafeteria

Animation 3^{ème} étage

11h00 Activité a la carte

15h00 Récital de chanson française

17h00 La grande roue au rd

Dimanche 6 Mars

11h00 Revue de presse à la salle du parc

15h00 Jeux de table à la cafétéria

15h00 Club évasion à la cafeteria

16h30 Gouter en chansons spéciale fêtes des grands-mères sur le thème des années folles et guinguette à la cafeteria



Animation 3^{ème} étage

11h00 Activité a la carte

15h00 Couture

16h30 Gouter en chansons spéciale fêtes des grands-mères sur le thème des années folles et guinguette. au rdc

Lundi 7 Mars

11h00 Bonjour chez vous sur RDV

11h00 **Entrainement de Boxe** à la Salle du parc

15h00 **Jeux de connaissance** à la cafétéria

15h00 **Assemblée de prière** à la Salle du parc

16h00 **Heures Savoureuses** à la cafétéria

16h30 **Ambiance musicale** à la cafétéria

Animation 3^{ème} étage

10h15 **Entrainement de Boxe**

11h00 **Jeux cognitif**

15h00 **Heures savoureuses/ accordéon**

Activités club

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

15h00 **Jouer avec les mots 3^e Salle du club**

Mardi 8 Mars

11h00 **A vos plumes** à la salle du parc

11h00 **Atelier informatique** sur rdv

14h30 **Atelier peinture** à la salle du parc

15h00 **Conférence de Michel « L'Irlande »**
à la cafeteria

17h00 **Jeux de questions** à la cafeteria

Animation 3^{ème} étage

10h30 **Atelier peinture** au salon du 3^e étage

10h45 **Atelier beauté**

14h00 **Sortie spectacle au foyer de Bonneuil**

Activités club

10h45 **Rencontre autour d'un thème**

14h00 **Sortie spectacle au foyer de Bonneuil**

Mercredi 9 Mars

11h00 **Tai-chi** à la salle du parc

15h00 **Conseil des résidents** à la cafeteria

17h30 **Chorale** à la salle du parc

Animation 3^{ème} étage

10h45 **Jardinage**

11h00 **Atelier théâtre**

Jeudi 10 Mars

11h00 **Documentaire «Voyages en terres du Nord »** à la salle du parc

13h30 **Sortie réunion citoyennage, choix du thème 2022**

15h00 **Atelier de mémoire** à la cafeteria

17h00 **Jeux mystère** à la cafétéria

Vendredi 11 Mars

10h30 **Revue de presse** au salon 1^{er} étages

11h00 **L'épicerie fine** à la cafeteria

11h00 **Ecoute musicale** à la salle du parc

11h00 **Souvenir musical** au salon 1^{er} étages

14h00 **Sortie "mille et une orchidées" a paris**

15h00 **Color Art** a la cafeteria

15h00 **Tir à l'arc** à la salle du parc

16h30 **Collation entre amis** à la cafétéria

17h00 **Loto** à la cafeteria

Samedi 12 Mars

11h00 **Réveil musculaire** à la salle du parc

14h30 **Cinéma «Océans »** à la salle du parc

15h00 **Visite avec Paro** sur RDV

17h00 **La grande roue** à la cafeteria

Animation 3^{ème} étage

17h00 **La grande roue** au rdc

Dimanche 13 Mars

11h00 **Revue de presse** à la salle du parc

15h00 **Jeux de table** à la cafétéria

17h00 **Juste prix** à la cafétéria

Animation 3^{ème} étage

11h00 **Activité a la carte**

15h00 **Couture**

17h00 **Juste prix** au rdc

Lundi 14 Mars

11h00 **Bonjour chez vous** sur RDV

11h00 **Gym douce** à la salle du parc

15h00 **Comité livret de bienvenue** à la cafétéria

16h00 **Heures Savoureuses** à la cafétéria

16h30 **Ambiance musicale** à la cafétéria

Animation 3^{ème} étage

15h00 **Heures savoureuses/ accordéon**

Activités club

10h45 Atelier créatif 3^e Salle du club

15h00 Jouer avec les mots 3^e Salle du club

Mardi 15 Mars

11h00 Atelier informatique à la salle du parc

15h00 Club culture à la cafeteria

17h00 Jeux de questions à la cafeteria

Activités club

10h45 Atelier pâtisserie

15h00 Correspondance de l'être

16h00 Collation entre amis

Mercredi 16 Mars

11h00 Tai-chi à la salle du parc

15h00 Messe à la Salle du parc

15h00 Atelier créatif à la cafeteria

17h00 Baccalauréat geant à la cafétéria

17h30 Chorale à la salle du parc

Animation 3^{ème} étage

10h45 Jardinage

11h00 Atelier théâtre

15h00 Couture

16h00 Chansonnages

Activités club

15h00 Chansonâges

11h00 Rencontre autour d'un thème

16h00 Collation entre amis

Jeudi 17 Mars

11h00 conférence de Mr Prévot

« lady Diana » à la salle du parc

14h30 Sortie «faites vos course » a

Carrefour Ormesson

15h00 Atelier de mémoire à la cafeteria

17h00 Jeux mystère à la cafétéria

Animation 3^{ème} étage

10h30 Gym détente

11h00 Revue de presse

11h30 Atelier cognitif

15h00 Jeux de table

Vendredi 18 Mars

10h30 Revue de presse au salon 1^{er} étages

11h00 L'épicerie fine à la cafeteria

11h00 Ecoute musicale à la salle du parc

11h00 Souvenir musical au salon 1^{er} étages

15h00 Color Art a la cafeteria

15h00 Tir à l'arc à la salle du parc

16h30 Collation entre amis à la cafétéria

17h00 Loto à la cafeteria

Animation 3^{ème} étage

10h00 revue de presse

11h00 Atelier cognitif

15h00 Jeux de table

Samedi 19 Mars

11h00 Réveil musculaire à la salle du parc

14h30 Cinéma «Edmond » à la salle du parc

15h00 Visite avec Paro sur RDV

17h00 La grande roue à la cafeteria

Animation 3^{ème} étage

17h00 La grande roue au rdc

Dimanche 20 Mars

11h00 Revue de presse à la salle du parc

15h00 Jeux de table à la cafétéria

15h00 Club évasion à la cafeteria

17h00 Grand bingo à la cafétéria

Animation 3^{ème} étage

17h00 Grand Bingo au rdc

Lundi 21 Mars

11h00 Bonjour chez vous sur RDV

11h00 Entraînement de Boxe à la Salle du parc

15h00 Jeux de connaissance à la cafétéria

15h00 Assemblée de prière à la Salle du parc

16h00 Heures Savoureuses à la cafétéria

16h30 Ambiance musicale à la cafétéria

Animation 3^{ème} étage

10h15 Entraînement de Boxe

15h00 Heures savoureuses/ accordéon

Activités club

10h45 Atelier pâtisserie 3^e Salle du club

15h00 Jouer avec les mots 3^e Salle du club

Mardi 22 Mars

08h00 **Petit déjeuner Italien** a la cafeteria

11h00 **Atelier informatique** sur rdv

14h30 **Atelier peinture** à la salle du parc

15h00 **Club culture** à la cafeteria

17h00 **Jeux de questions** à la cafeteria

Animation 3^{ème} étage

10h30 Atelier peinture au salon du 3^e étage

10h45 Atelier beauté

15h00 Jeux de table

Activités club

08h00 Petit déjeuner Italien

15h00 Correspondance de l'être

16h00 Collation entre amis

Mercredi 23 Mars

11h00 **Tai-chi** à la salle du parc

15h00 **Atelier créatif** à la cafeteria

17h00 **Baccalauréat géant** à la cafétéria

17h30 **Chorale** à la salle du parc

Animation 3^{ème} étage

11h00 Atelier théâtre

15h00 Couture

Jeudi 24 Mars

11h00 Documentaire «Canada - Une aventure polaire en Arctique » à la salle du parc

15h00 **Atelier de mémoire** à la cafeteria

16h30 **Printemps de la poésie spectacle**
« printemps » à la cafeteria

Animation 3^{ème} étage

16h30 Printemps de la poésie spectacle

Vendredi 25 Mars

10h30 **Revue de presse** au salon 1^{er} étages

11h00 **L'épicerie fine** à la cafeteria

11h00 **Ecoute musicale** à la salle du parc

11h00 **Souvenir musical** au salon 1^{er} étages

14h00 **Sortie "musée Eugène Delacroix"**
a paris

15h00 **Color Art** a la cafeteria

15h00 **Tir à l'arc** à la salle du parc

16h30 **Collation entre amis** à la cafétéria

17h00 **Loto** à la cafeteria

Samedi 26 Mars

11h00 **Réveil musculaire** à la salle du parc

14h30 **séance spéciale « La Dame de chez Maxim »** à la salle du parc

15h00 **Visite avec Paro** sur RDV

17h00 **La grande roue** à la cafeteria

Animation 3^{ème} étage

17h00 **La grande roue** au rdc

Dimanche 27 Mars

11h00 **Revue de presse** à la salle du parc

15h00 **Jeux de table** à la cafétéria

17h00 **Grand loto** à la cafétéria

Animation 3^{ème} étage

11h00 **Activité a la carte**

15h00 **Jeux de table**

17h00 **Grand loto** au rdc

Lundi 28 Mars

11h00 **Bonjour chez vous** sur RDV

11h00 **Entraînement de Boxe** à la Salle du parc

15h00 **Jeux de connaissance** à la cafétéria

15h00 **Assemblée de prière** à la Salle du parc

16h00 **Heures Savoureuses** à la cafétéria

16h30 **Ambiance musicale** à la cafétéria

Animation 3^{ème} étage

10h15 [Entraînement de Boxe](#)

11h00 [Jeux cognitif](#)

15h00 [Heures savoureuses/ accordéon](#)

Activités club

10h45 [Atelier main verte](#)

15h00 [Jouer avec les mots 3^e Salle du club](#)

Mardi 29 Mars

11h00 [Réunion organisation élections](#)

[soleil au cœur](#) [à la salle du parc](#)

11h00 [Atelier informatique](#) [sur rdv](#)

15h00 [Club culture](#) [à la cafeteria](#)

17h00 [Jeux de questions](#) [à la cafeteria](#)

Animation 3^{ème} étage

10h30 [Atelier peinture](#) [au salon du 3^e étage](#)

10h30 [Gym détente](#)

11h00 [Revue de presse](#)

11h30 [Atelier cognitif](#)

15h00 [Jeux de table](#)

15h00 [Atelier beauté](#)

Activités club

10h45 [Atelier pâtisserie](#)

15h00 [Correspondance de l'être](#)

16h00 [Collation entre amis](#)

Mercredi 30 Mars

11h00 [Tai-chi](#) [à la salle du parc](#)

15h00 [Atelier créatif](#) [à la cafeteria](#)

16h30 [Pièce de théâtre « l'Amant »](#) [à la cafétéria](#)

17h30 [Chorale](#) [à la salle du parc](#)

Animation 3^{ème} étage

11h00 [Atelier théâtre](#)

15h00 [Couture](#)

16h00 [Chansonnages](#)

Activités club

15h00 [Chansonâges](#)

11h00 [Rencontre autour d'un thème](#)

16h00 [Collation entre amis](#)

Jeudi 31 Mars

11h00 [Documentaire « Quatre saisons dans les Cévennes »](#) [à la salle du parc](#)

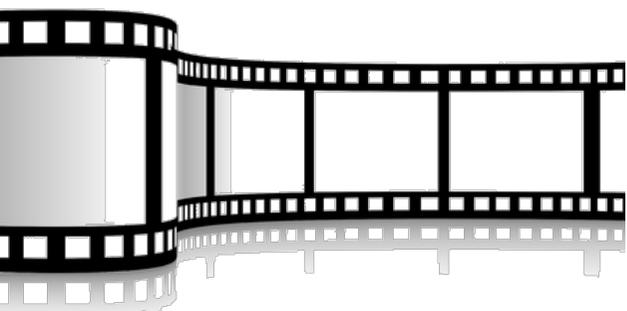
15h00 [Atelier de mémoire](#) [à la cafeteria](#)

17h00 [Jeux mystère](#) [à la cafétéria](#)

Animation 3^{ème} étage

10h30 [Gym détente](#)

11h00 [Revue de presse](#)



DOCUMENTAIRES

Jeudi 3 à 11H00 à la salle du parc

Greenland, le dernier igloo

À travers les magnifiques paysages arctiques, une journée dans la vie d'un chasseur inuit au Groenland

Jeudi 10 à 11H00 à la salle du parc

Voyages en terres du Nord

Un voyage à travers les pays nordiques, à la découverte de leur nature spectaculaire et de leur âme. De l'Islande à la Finlande, de profondes forêts de conifères côtoient des fjords majestueux, des marais et des tourbières alternent avec des côtes rocheuses émietées en d'infinis archipels..

Jeudi 24 à 11H00 à la salle du parc

Canada - Une aventure polaire en Arctique

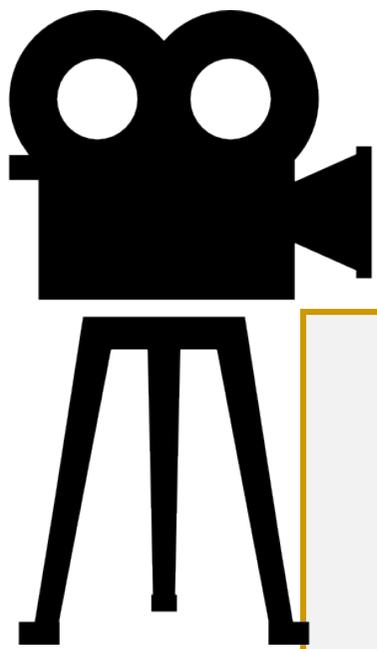
Entre 1898 et 1902, l'illustre explorateur norvégien d'Otto Sverdrup et son équipage ont cartographié une zone de plus de 150.000 km² de l'Arctique canadien. Une expédition internationale part sur ses traces...



Jeudi 31 à 11H00 à la salle du parc

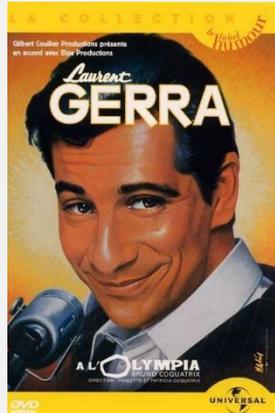
Quatre saisons dans les Cévennes

Hauts plateaux, paysages karstiques, gorges gigantesques et vastes forêts : découverte des Cévennes, région sauvage où protection de la faune et préservation de l'héritage culturel se rejoignent.



CONCERT

Samedi 5 à 14H00 à la cafétéria
Laurent Gerra – à l'Olympa !



Séance SPECIALE

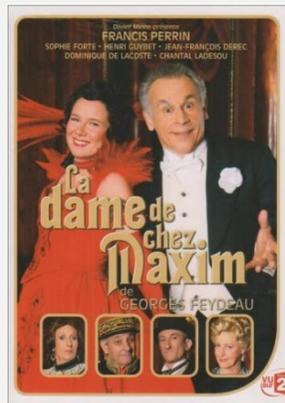
Samedi 26 à 14H00 à la Salle du parc

La Dame de chez Maxim

Francis Perrin, Henri Guybet, Sophie Forte,

Jean-François Dérec

Après une nuit joyeuse, le docteur Montgicourt ramène chez lui la Môme Crevette, la reine de chez Maxim.



CINEMA

Samedi 12 à 14H30 à la Salle du parc

Océans

Le film Océans c'est être poisson parmi les poissons. Après Himalaya et Le Peuple migrateur, Jacques Perrin nous entraîne, avec des moyens de tournage inédits, des banquises polaires aux tropiques, au cœur des océans et de ses tempêtes pour nous faire redécouvrir les créatures marines connues, méconnues, ignorées



Samedi 19 à 14H30 à la Salle du parc

Edmond

Décembre 1897, Paris. Edmond Rostand n'a pas encore trente ans mais déjà deux enfants et beaucoup d'angoisses. Il n'a rien écrit depuis deux ans. En désespoir de cause, il propose au grand Constant Coquelin une pièce nouvelle, une comédie héroïque, en vers, pour les fêtes.



Heures Savoureuses

Les lundis Gourmands à la cafétéria

Mardi 1^{er}

16h00 Dégustation de beignets

Dimanche 6

16h00 Dégustation de petits fours

Lundi 7

16h00 Dégustation de GLACES

Lundi 14

16h00 Dégustation d'une SALADE DE FRUITS

Lundi 21

16h00 Dégustation de PAIN PERDU

Lundi 28

16h00 Dégustation de GAUFRES

Les moments Gourmands ...

Vendredi 18 : **DEJEUNER IRLANDAIS**

12h00 : Tartine de truite fumée

Bœuf Wellington et pomme de terre rôties

Cheese cake et irish coffee



Mardi 22 : **PETIT DEJEUNER ITALIEN**

8h00 : à la cafétéria



Jeudi 24 : **PRINTEMPS DE LA POESIE**

12h : déjeuner avec spectacle musical



LES SORTIES



Vendredi 4 Mars
« Exposition permanente » au petit palais
et gouter dans le jardin

à Paris

Départ : 13h30 à l'accueil
Accompagnateurs : Christal

Tarif adhérent: 6€
Tarif non adhérent : 12€



Jeudi 10 Fevrier
Réunion citoyennage
« choix du thème 2022 »

à Pantin

Départ : 13h30 à l'accueil
Accompagnateurs : Clara - Stephane



Vendredi 11 Mars
« Mille et une orchidées »
aux jardins des plantes

Départ : 14h00 à l'accueil
Accompagnateurs : Christal / Cindy



Jeudi 17 Mars
Faites vos courses
à Carrefour Ormessons

Départ : 14h30 à l'accueil
Accompagnateurs : Christal



Vendredi 25 Mars
Musée national d'Eugène Delacroix
à Paris

Départ : 14h00 à l'accueil
Accompagnateurs : Christal

Si une ou plusieurs sorties vous intéressent merci de vous inscrire
À l'accueil ou auprès d'une animatrice



ASSOCIATION SOLEIL AU CŒUR



**NOUS AVONS
BESOIN DE VOUS**

Comme nous l'oblige la loi, nous devons procéder à des élections afin d'ELIRE les NOUVEAUX MEMBRES du bureau de VOTRE Association « SOLEIL AU CŒUR »

A cette occasion nous faisons un APPEL A CANDIDATURE. Si vous souhaitez vous investir dans la vie de votre établissement et continuer à faire vivre cette association :

ON VOUS ATTEND.

FAITES VOUS CONNAITRE AUPRES DES HOTESSES D'ACCUEIL OU DES ANIMATEURS !

Nous avons besoin de vous !

Pour que cette association continue à favoriser les rencontres, la solidarité et contribue à la qualité des fêtes, des sorties, des activités et de votre cadre de vie.

DIFFERENTS SERVICES VOUS SONT PROPOSES

ESTHETIQUE

Sur RDV
à l'accueil



Avec Mimouna

PEDICURE

Sur RDV
à l'accueil



Avec Christine

SALON DE COIFURE

« KFK création »

Sur RDV au :
01.42.83.47.30



Le mercredi

Assistante Sociale

Sur RDV
à l'accueil



*Le jeudi une fois sur deux
et le vendredi toute la journée*

L'épicerie fine des Bords de Marne

Vous y retrouverez :

Des confiserie, Epicerie salée, Produit de beauté Ect...

Si vous avez une demande particulière nous
Prenons commande et l'article sera disponible
la semaine suivante.

REGLEMENT EN ESPECE LE JOUR DE VOTRE ACHAT OU RETIRANT SUR VOTRE POINT
GUICHET LA SOMME DEPENSEE.

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'information à la cafétéria. L'équipe d'animation vie sociale