



*février* **FÉVRIER**





## Appel aux Cotisations ASSOCIATION SOLEIL AU CŒUR

*L'Association « Soleil au Cœur » est gérée par les résidents depuis 1995.*  
L'association contribue à la **qualité de l'animation** et à **favoriser les rencontres**  
et la **solidarité** entre résidents. Elle permet, entre autres, de financer des  
spectacles, des sorties, du matériel d'animation etc.

Comme tous les ans nous vous invitons à renouveler votre cotisation, d'un  
montant de **38€**.

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

Une permanence sera tenue à l'accueil le  
**Dimanche 12 février 2022.**



## Jeudi 1<sup>er</sup> février

**10h30 Avec le multi accueil** au 3<sup>e</sup> étages

**11h00 Documentaire** « » à la salle du parc

**11h30 L'épicerie fine**

**15h00 Atelier couture** à la cafeteria

**15h00 Atelier jardinage** à la cafeteria

**17h00 Jeux mystère** à la cafétéria

### **Animation 3<sup>ème</sup> étage**

**10h30** Gym détente

**11h00** Revue de presse

**11h30** Atelier cognitif

**15h00** Activité à la carte

### **Activités club**

**14h30** Séance snoezelen

## Vendredi 2 février

**11h00 médiation animale** à la salle du parc

**12h00 Repas chandeleur** à la cafeteria

**15h00 Sortie faites vos courses**

**14h30 Tir à l'arc** à la salle du parc

**15h15 Activités créative avec les CE1 de l'école Notre Dame** à la cafeteria

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

### **Activités club**

**10h45** Séance Snoezelen

**12h00** Repas du club

**15h00** Atelier lecture

## Samedi 3 février

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

**14h30 Cinéma, séance spéciale, concert ou documentaire à la carte** «... » à la salle du parc

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

## Dimanche 4 février

**Journée appelle aux cotisation Soleil au cœur**

**11h00 Comité spectacle** à la salle du parc

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

**17h00 Grand loto** à la cafétéria

### **Animation 3<sup>ème</sup> étage**

**11h00** Activité a la carte

**17h00** Grand loto au rdc

## Lundi 5 février

**10h30 Avec le multi accueil** au 1<sup>er</sup> etage

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

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

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

**16h00 Heures Savoureuses ...** à la cafétéria

**16h30 Ambiance musicale accordéon** à la cafétéria

### **Animation 3<sup>ème</sup> étage**

**10h15** Entraînement de Boxe

**11h00** Jeux cognitif

**15h00** Heures savoureuses/ accordéon avec le multi accueil

### **Activités club**

**15h00** Jouer avec les mots 3<sup>e</sup> Salle du club

## Mardi 6 février

**10h30 Avec le multi accueil** au 2<sup>er</sup> étage

**11h00 Club motricité** à la salle du parc

**15h00 jeux de table** à la cafeteria

**16h00 Le goûter littéraire** à la salle Pasa

**17h00 Loto** à la cafeteria

### **Animation 3<sup>ème</sup> étage**

**10h45** Atelier beauté

**12h00** Sortie restaurant

### **Activités club**

**12h00** Sortie restaurant

**15h00** Correspondance de l'être

**16h00** Collation entre amis

## Mercredi 7 février

**11h00** Gestion Soleil au Cœur au bureau  
fougère

**11h00** Tai-chi à la salle du parc

**15h00** Tribune libre à la cafeteria

**17h00** Quizz musical à la cafétéria

**17h45** Chorale à la salle du parc

### Animation 3<sup>ème</sup> étage

**11h00** jeux cognitif

**15h00** activité a la carte

**15h45** Chansonâges

### Activités club

**14h45** Chansonâges

**10h30** Espace détente

**12h00** Repas entre amis

## Jeudi 8 février

**10h30** Avec le multi accueil au 3<sup>e</sup> étages

**11h00** conférence de Mr Prévot « Alain

Delon » à la salle du parc

**11h30** L'épicerie fine

**15h00** Atelier couture tablier comptine à la  
cafeteria

**17h00** Jeux mystère à la cafétéria

### Animation 3<sup>ème</sup> étage

**10h30** Gym détente

**11h00** Revue de presse

**11h30** Atelier cognitif

**15h00** Activité à la carte

### Activités club

**10h30** Atelier pâtisserie intergéré

**14h30** Séance snoezelen

## Vendredi 9 février

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

**14h30** Tir à l'arc à la salle du parc

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

### Activités club

**10h45** Séance Snoezelen

**12h00** Repas du club

**15h00** Atelier decoration gateaux intergéré

## Samedi 10 février

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

**14h30** Cinéma, séance spéciale, concert  
ou documentaire à la carte «... » à la salle  
du parc

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

## Dimanche 11 février

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

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

**15h00** Atelier couture à la cafeteria

**17h00** Grand bingo à la cafétéria

### Animation 3<sup>ème</sup> étage

**11h00** Activité a la carte

**17h00** Grand Bingo au rdc

## Lundi 12 février

**10h30** Avec le multi accueil au 1<sup>er</sup> étage

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

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

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

**16h00** Heures Savoureuses à la cafétéria

**16h30** Ambiance musicale accordéon à la  
cafétéria

### Animation 3<sup>ème</sup> étage

**10h15** Entrainement de Boxe

**11h00** Jeux cognitif

**15h00** Heures savoureuses/ accordéon avec le  
multi accueil

### Activités club

**10h45** Atelier créatif 3<sup>e</sup> Salle du club

**15h00** Jouer avec les mots 3<sup>e</sup> Salle du club

## Mardi 13 février

**10h30** Défilé déguisée avec le multi  
accueil

**11h00** Club motricité à la salle du parc

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

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

**16h00** Le goûter littéraire à la salle Pasa

**17h00** Loto à la cafeteria

### **Animation 3<sup>ème</sup> étage**

**10h30** Gym détente

**11h00** Revue de presse

**11h30** Atelier cognitif

**15h00** Atelier beauté

### **Activités club**

**10h45** Atelier pâtisserie

**15h00** Correspondance de l'être

**16h00** Collation entre amis

## **Mercredi 14 février**

**11h00** Gestion Soleil au Cœur au bureau  
fougère

**11h00** Tai-chi à la salle du parc

**12h00** Repas accompagnée d'un  
violoniste à la cafeteria

**15h00** Tribune libre à la cafeteria

**17h00** Quizz musical à la cafétéria

**17h45** Chorale à la salle du parc

### **Animation 3<sup>ème</sup> étage**

**11h00** Atelier théâtre

**15h00** activité a la carte

### **Activités club**

**10h30** Espace détente

**12h00** Repas entre amis

**15h00** Jouer avec les mots

## **Jeudi 15 février**

**10h30** Avec le multi accueil au 3<sup>e</sup> étages

**11h00** Documentaire « » à la salle du parc

**11h30** L'épicerie fine

**15h00** Atelier jardinage à la cafeteria

**17h00** Jeux mystère à la cafétéria

### **Animation 3<sup>ème</sup> étage**

**10h30** Gym détente

**11h00** Revue de presse

**11h30** Atelier cognitif

**15h00** Activité à la carte

### **Activités club**

**14h30** Séance snoezelen

## **Vendredi 16 février**

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

**14h30** Tir à l'arc à la salle du parc

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

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

### **Animation 3<sup>ème</sup> étage**

**10h00** revue de presse

**11h00** Atelier cognitif

**15h00** Activité à la carte

### **Activités club**

**10h45** Séance Snoezelen

**12h00** Repas du club

**15h00** Atelier lecture

## **Samedi 17 février**

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

**14h30** Cinéma, séance spéciale, concert  
ou documentaire à la carte «.... » à la salle  
du parc

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

### **Animation 3<sup>ème</sup> étage**

**11h00** Jeux cognitif

**15h00** Activité à la carte

**17h00** Jeux de question au rdc

## **Dimanche 18 février**

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

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

**17h00** Grand loto à la cafétéria

### **Animation 3<sup>ème</sup> étage**

**11h00** Activité a la carte

**17h00** Grand loto au rdc

## **Lundi 19 février**

**10h30** Avec le multi accueil au 1<sup>er</sup> etage

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

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

**16h00** Heures Savoureuses ... à la cafétéria

**16h30** Ambiance musicale accordéon à la  
cafétéria

## **Animation 3<sup>ème</sup> étage**

10h15 **Entrainement de Boxe**

11h00 **Jeux cognitif**

15h00 **Heures savoureuses/ accordéon avec le multi accueil**

## **Activités club**

10h45 **Atelier créatif 3<sup>e</sup> Salle du club**

15h00 **Jouer avec les mots 3<sup>e</sup> Salle du club**

## **Mardi 20 février**

10h30 **Avec le multi accueil** au 2<sup>er</sup> étage

11h30 **Synthèse du conseil des résidents**

à la cafeteria

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

16h00 **Le goûter littéraire** à la salle Pasa

17h00 **Loto** à la cafeteria

## **Animation 3<sup>ème</sup> étage**

08h00 **Petit déjeuner** à thème

10h30 **Gym détente**

11h00 **Revue de presse**

11h30 **Atelier cognitif**

15h00 **Atelier beauté**

## **Activités club**

12h00 **Sortie restaurant**

15h00 **Correspondance de l'être**

16h00 **Collation entre amis**

## **Mercredi 21 février**

11h00 **Gestion Soleil au Cœur** au bureau fougère

11h00 **Tai-chi** à la salle du parc

15h00 **Messe** à la Salle du parc

15h00 **Tribune libre** à la cafeteria

17h00 **Quizz musical** à la cafétéria

17h45 **Chorale** à la salle du parc

## **Animation 3<sup>ème</sup> étage**

11h00 **Jeux cognitifs**

15h00 **activité a la carte**

## **Activités club**

10h30 **Espace détente**

12h00 **Repas entre amis**

15h00 **Jouer avec les mots**

## **Jeudi 22 février**

10h30 **Avec le multi accueil** au 3<sup>e</sup> étages

11h00 **Documentaire** « » à la salle du parc

11h30 **L'épicerie fine**

15h00 **Atelier couture** à la cafeteria

17h00 **Jeux mystère** à la cafétéria

## **Animation 3<sup>ème</sup> étage**

10h30 **Gym détente**

11h00 **Revue de presse**

11h30 **Atelier cognitif**

15h00 **Activité à la carte**

## **Activités club**

14h30 **Séance snoezelen**

## **Vendredi 23 février**

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

11h45 **Sortie Restaurant Chinois**

14h30 **Tir à l'arc** à la salle du parc

15h00 **jeux de table** à la cafeteria

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

## **Animation 3<sup>ème</sup> étage**

10h00 **revue de presse**

11h00 **Atelier cognitif**

15h00 **Activité à la carte**

## **Activités club**

10h45 **Séance Snoezelen**

12h00 **Repas du club**

15h00 **Atelier lecture**

## **Samedi 24 février**

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

14h30 **Cinéma, séance spéciale, concert ou documentaire** à la carte «.... » à la salle du parc

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

## **Animation 3<sup>ème</sup> étage**

11h00 **Jeux cognitif**

15h00 **Activité à la carte**

17h00 **Jeux de question** au rdc

## Dimanche 25 février

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

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

**17h00** Grand loto musical à la cafétéria

### **Animation 3<sup>ème</sup> étage**

**11h00** Activité a la carte

**17h00** Grand loto musical **au rdc**

## Lundi 26 février

**10h30** Avec le multi accueil au 1<sup>er</sup> etage

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

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

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

**16h00** **Heures Savoureuses ...** à la cafétéria

**16h30** **Ambiance musicale accordéon** à la cafétéria

### **Animation 3<sup>ème</sup> étage**

**10h15** **Entrainement de Boxe**

**11h00** Jeux cognitif

**15h00** Heures savoureuses/ accordéon avec le multi accueil

### **Activités club**

**10h45** Atelier créatif 3<sup>e</sup> Salle du club

**15h00** Jouer avec les mots 3<sup>e</sup> Salle du club

## Mardi 27 février

**10h30** Avec le multi accueil au 2<sup>er</sup> étage

**11h00** Café philo au salon du 1<sup>er</sup> étage

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

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

**15h00** Club culture à la cafeteria

**15h30** **L'épicerie fine**

**16h00** Le goûter littéraire à la salle Pasa

**17h00** Loto à la cafeteria

### **Animation 3<sup>ème</sup> étage**

**10h30** Atelier peinture au salon du 3<sup>e</sup> étage

**10h45** Atelier beauté

**15h00** Activité à la carte

**10h30** Gym détente

**11h00** Revue de presse

**11h30** Atelier cognitif

**15h00** Atelier beauté

### **Activités club**

**10h45** Atelier pâtisserie

**15h00** Correspondance de l'être

**16h00** Collation entre amis

## Mercredi 28 février

**11h00** **Gestion Soleil au Cœur** au bureau fougère

**11h00** **Tai-chi** à la salle du parc

**15h00** **Tribune libre** à la cafeteria

**17h00** **Quizz musical** à la cafétéria

**17h45** **Chorale** à la salle du parc

### **Animation 3<sup>ème</sup> étage**

**11h00** Atelier théâtre

**15h00** activité a la carte

**15h45** Chansonâges

### **Activités club**

**14h45** Chansonâges

**10h30** Espace détente

**12h00** Repas entre amis

## Jeudi 29 février

**10h30** Avec le multi accueil au 3<sup>e</sup> étages

**11h00** Documentaire « » à la salle du parc

**11h30** **L'épicerie fine**

**15h00** Atelier couture à la cafeteria

**17h00** Jeux mystère à la cafétéria

### **Animation 3<sup>ème</sup> étage**

**10h30** Gym détente

**11h00** Revue de presse

**11h30** Atelier cognitif

**15h00** Activité à la carte

### **Activités club**

**10h30** Ateleir creatif intergé

**14h30** Séance snoezelen



# DOCUMENTAIRES

Jeudi 15 à 11H00 à la salle du parc

## Planète Terre | Espèces en voie d'adaptation

Le règne animal subit de plein fouet les effets du changement climatique. Il n'en développe pas moins de surprenantes ressources pour les contrer.

Jeudi 22 à 11H00 à la salle du parc

## Les îles | Espèces en voie d'adaptation

Versions miniatures de la planète, les îles renseignent au plus près sur les évolutions de la faune, alors que l'alimentation se raréfie dans les océans. Chassant jusqu'alors en solitaire, les otaries traquent les thons en testant de nouvelles techniques de coopération. À Zanzibar, des singes trouvent dans le charbon un remède à la toxicité des plantes issues de l'agriculture intensive.

Jeudi 29 à 11H00 à la salle du parc

## Les déserts | Espèces en voie d'adaptation

La désertification affectera un cinquième de la Terre en 2070. Mais tout espoir de vie n'y est pas perdu. Un petit retour dans la savane sénégalaise révèle un visage innovant des chimpanzés. Habités aux arbres, les primates élisent à présent domicile dans des grottes pour se protéger de la chaleur.





# CONCERT

Samedi ... à 14H00 à la cafétéria



# CINEMA

Samedi ... à 14H30 à la Salle du parc



....

## Séance SPECIALE

Samedi ... à **14H00** à la Salle du parc



....

....

Samedi ... à 14H30 à la Salle du parc



....

# Heures Savoureuses

## Les lundis Gourmands à la cafétéria

**Lundi 5**

**16h00** Dégustation de gaufres

**Lundi 12**

**16h00** Dégustation de churros

**Lundi 19**

**16h00** Dégustation de pancakes

**Lundi 26**

**16h00** Dégustation pommes au four

## Les moments Gourmands ...

**Vendredi 2 février**

**12h00 : repas chandeleur.**

**Crêpes de Sarazin**

- Jambon fromage œuf
- Saumon frais, crème ciboulette

**Avec sa salade verte.**

**Crêpes sucrée, confiture, nutella.**

**Sur réservation auprès de l'accueil 60 pers max.**



# LES SORTIES

Vendredi 2 février  
**Faites vos courses**  
A Leclerc

Départ : 15h00 à l'accueil  
Accompagnateurs : Christal / Bueni

Vendredi 23 février  
**Restaurant chinois « Le bonheur de Chine »**  
Chennevières sur marne

Départ : 11h45 à l'accueil  
Accompagnateurs : Christal / Hadidja

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

Différents services sont également proposés au sein de la résidence

## ESTHETIQUE

Sur RDV  
à l'accueil



Avec Mimouna

## Assistante Sociale

Sur RDV  
à l'accueil



Le jeudi

## SALON DE COIFFURE

« FK création »

Sur RDV au :  
01.42.83.47.30



Le mercredi

## L'épicerie fine des Bords de Marne

Vous y retrouverez :

Des confiseries, Epicerie salée, Produits de beauté Etc....

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



REGLEMENT EN ESPECES 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