



Livret d'animation



Semaine

Du 16 au 23 Septembre 2022

Informations Pratiques :

* L'équipe médico-sociale est à votre écoute concernant les animations.

La rotonde est une salle d'activité qui vous est ouverte 24h/24h.

L'équipe médico-sociale vous accueille tous les jours :

De 10h30 à 12h et de 14h30 à 17h30

Merci de prévenir l'équipe de vos absences éventuelles.

**Une équipe Bien-être est à votre disposition sur RDV
(séance individuelle payante) :**

Sylvain (réflexologie): 06.52.33.86.00 - Anne-Marie (shiatsu) : 07.68.07.07.73

Cécile (sophrologie) : 06.28.54.78.18 - Clément (maitre-nageur) : 06.98.49.88.13

Pour toute séance individuelle, merci de prendre en compte que le personnel soignant ne pourra contribuer à votre accompagnement avant et après votre séance (douche, habillage...). Veuillez à vous assurer d'être en capacité d'y répondre seul

* Les sorties :

- Inscriptions lors du café rencontre et jusqu'au dimanche 18h30 (pour toute annulation au-delà les frais seront dûs)
- Participations aux frais de transport pour les sorties : 10€/personne + Tarif entrée à régler sur place

* C'est avec plaisir que nous vous accueillons dans le restaurant pour vos repas :

- De [7h30 à 9h30](#)... pour les petits déjeuners.
- [12h](#)...pour les déjeuners (11h30 : le samedi - 12h15 : le dimanche)
- [19h](#)...pour les diners.

* Présence des kinésithérapeutes : Elodie le lundi matin, Jessica le mercredi matin et Jean-Marc le vendredi matin

* Marché de Fondettes : [Dimanches](#) et [Mercredis matins](#).

* Marché aux fleurs à Tours : [Samedis](#) et [Mercredis \(journée\)](#)

Samedi 17/09

11h30 : Pot d'accueil au restaurant

15h30 : Café Rencontre au restaurant

17h30 : DVD au choix salle Langeais

Dimanche 18/09

11h: Atelier créatif « Origami » à la Rotonde

15h30: Jeux extérieurs (pétanque, molky...) – RV à la Rotonde

Lundi 19/09

De 10h15 à 10h45: Méditation avec Cécile, salle Langeais (*aidants-aidés*)

11h: Aquagym avec Clément (*réservée aux aidants*)

11h: Jeu « Le petit bac » à la Rotonde

14h15 : « Balade l'R de rien »

Sortie Aidants-Aidés

Guingette de Rochecorbon et

Balade sur les bords de Loire
(frais voyage : 10 €)

15h30 : Peinture sur supports à la Rotonde

De 17h45 à 18h45: Sophrologie avec Cécile, salle Langeais (*aidants, aidés*)

Mardi 20/09

De 9h30 à 11h30: Baignade guidée avec Clément (*aidants-aidés*)

11h: « La main dans le sac » à la Rotonde

14h15 : « Balade l'R de rien »

Sortie Aidants-Aidés

Guingette de Rochecorbon et

Balade sur les bords de Loire
(frais voyage : 10 €)

15H30/17H30 : Groupe de parole avec Virginie, psychologue en salle Langeais (réservé aux aidants)

15h30 : Jeux de société à la Rotonde

Mercredi 21/09

11h: Gym douce avec Siel bleu en salle Langeais (*aidants-aidés*)

11h: Jeux de ballons et parachute à la Rotonde

14h15 : « La Bulle des Aidants »

Réservé aux Aidants

Balade en calèche à Villandry

(Frais voyage : 10 € + entrée : 13 €)

15h30: Loto à la Rotonde

Jeudi 22/09

11h : Atelier du rire avec Nathalie, salle Langeais (10 €/pers)

11h : La Boîte Mystère à la Rotonde

De 14h45 à 15h45: Yoga des Ermites avec Sylvain, salle Langeais (*aidants-aidés*)

15h30 : Jeu de mots à la Rotonde

16h: Aquagym en musique avec Clément (*réservée aux aidants*)

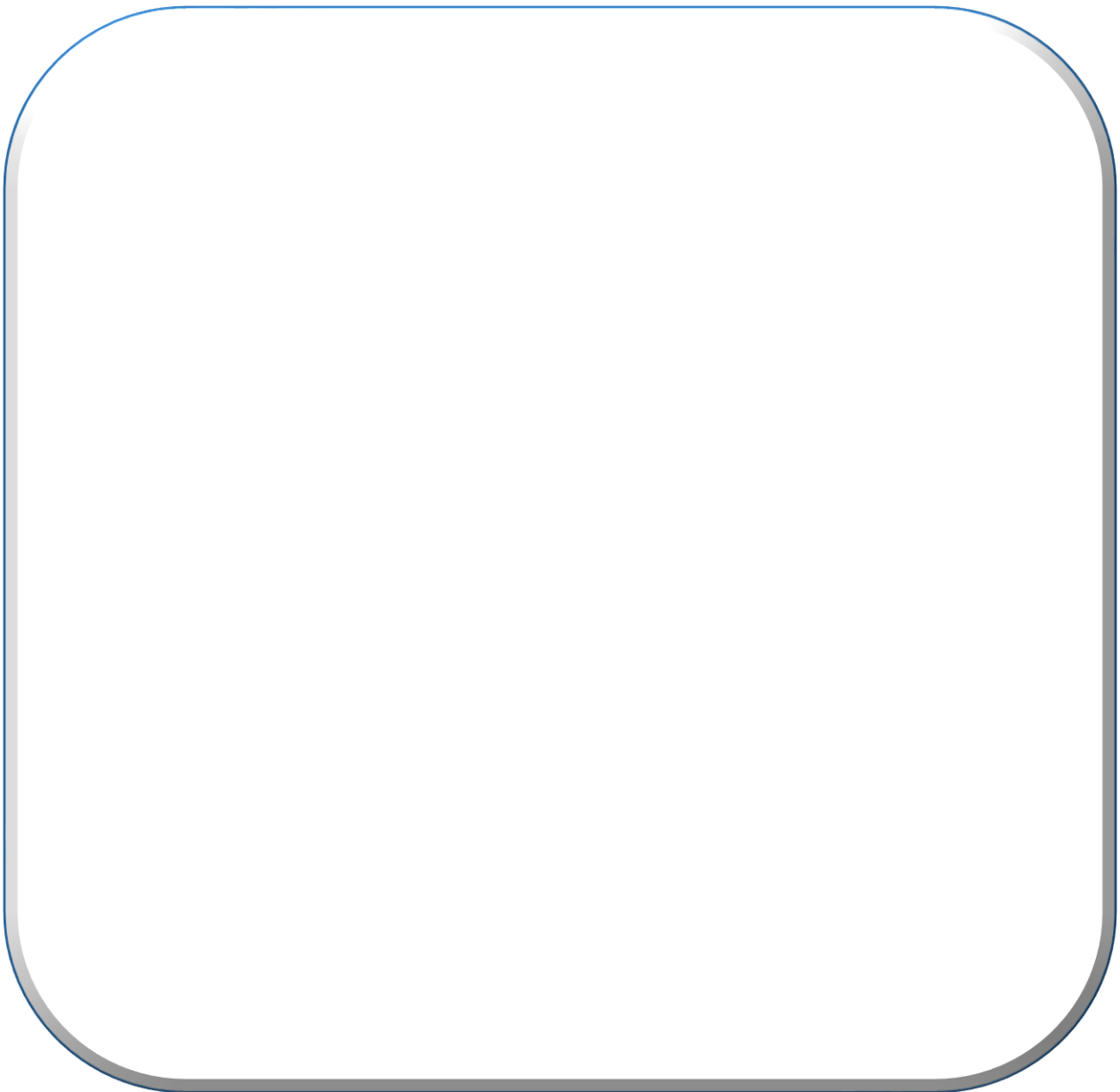
De 18h à 20h45 : Apéritif et Soirée musicale avec le Trio jazz
« Love endeavor » : Alix au chant , Kevin et Laurent à la guitare

Vendredi 23/09

11 h : Détente et harmonisation du corps avec les sons avec Cécile, salle Langeais (*aidants-aidés*)

15h30 : Activités libres à la Rotonde

A vos notes :



Un billard,

un piano,

une bibliothèque,

des vidéos,

des jeux de sociétés,

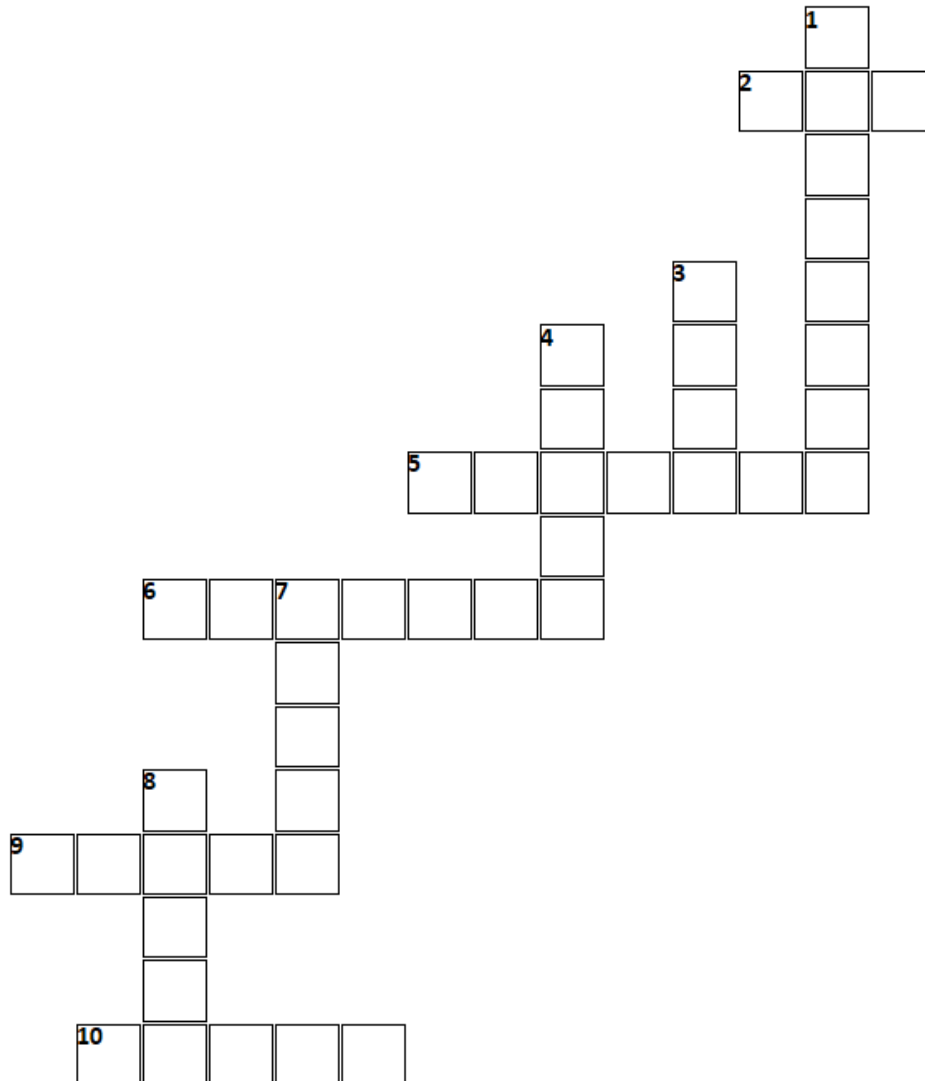
sont à votre disposition pendant toute la durée de votre séjour.

La piscine, le spa et la salle de gym sont prêts à vous accueillir de 9h à 23h.

Découvrez, likez, commentez la page Facebook du VRF !

<https://www.facebook.com/VRFTouraine>

MOTS FLECHES



- 1 : Prends naissance au Puy de Sancy
- 2 : Se situe au sud du massif central et donne son nom à un département
- 3 : Fleuve d'Europe Central et de l'Ouest, aussi appelé la Colonne vertébrale de l'Europe
- 4 : La plus longue rivière de France (525 km) prend sa source au plateau de Langres*
- 5 : Donne son nom à 3 départements, prend sa source en Espagne
- 6 : Donne son nom à deux départements français, proche d'autre pays comme l'Allemagne
- 7 : Fleuve français qui passe non loin de la Dame de Fer
- 8 : Le plus long fleuve de France (1006km)
- 9 : Ce fleuve Européen prend sa source dans un glacier en Suisse
- 10 : Fleuve Européen qui traverse plusieurs pays notamment la Belgique

MOTS MELES

M G S L Q G B S G N I G K R T E V G N A
 G S C Q V R Ç A Z F X U Y X W U N J Y H
 I B A C E I R S X E D M C E Q L Q R X Y
 N Ç L B E Z M L Y U A U S Y H D I D R N
 G I Y G J T G I A X A S Q B A L M P O B
 U L V C Q K W E S O R E C L P Ç O Y Z T
 E R W E L Q T P R I B E T Z B S P K N K
 T P O T O A K B Z O O Ç Q A X X S A X S
 T G Z A B P A R C S R P N Y H K C K N D
 E I R Z I B K I P T E G G X G C S G J Z
 B W T B V G M Y C B T Ç X W D H I K F I
 E D Q I K Z P M X L U N H Z G F C F F T
 O S K Ç O I U E U P M J D I X Y P W P Ç
 F U P P O X S K X I G R O T T E S I T S
 E Ç X M Z Z N R E T R Q S W P G O W E N
 C U R H N V I Y W O V A L C O G S V Ç B
 B W Z N B P D K Y U E V U B K M A Ç J P
 W T P G R E R D R H Ç J P Q L C D F A X
 Ç I K Z J M A E Z G K M Y L A W P Ç T Y
 O T K W F U J U W T D N J Y H M B R Y P

Mots à trouver :

GUINGUETTE	GROTTE	ARBORETUM	ZOO
MUSEE	CHATEAUX	JARDINS	PARCS
BATEAU	LACS	AQUARIUM	CAVES

MENU DU 16 AU 19 SEPTEMBRE 2022

Déjeuner

Dîner

Vendredi 16/09/22

Velouté cultivateur
Pain de poisson
Salade verte
Plateau de Fromages
Buffet de desserts

Samedi 17/09/22

Riz au pesto
Carré de porc rôti au thym
Ratatouille
Plateau de Fromages
Buffet de desserts

Crème de petits pois
Gratin de chou-fleur
Salade verte
Plateau de Fromages
Buffet de desserts

Dimanche 18/09/22

Salade au chèvre chaud
Magret de canard au
vinaigre de framboise
Ecrasé de pommes de terre
Plateau de Fromages
Buffet de desserts

Velouté de légumes
Œufs cocotte et lardons
Salade verte
Plateau de Fromages
Buffet de desserts

Lundi 19/09/22

Salade de tomates d'antan
Rôti de veau à la crème
d'ail
Courgettes
Plateau de Fromages
Buffet de desserts

Vichyssoise
Cake aux parfums d'été
Salade verte
Plateau de Fromages
Buffet de desserts

TOUT CHANGEMENT DOIT ETRE SIGNALÉ A
L'ACCUEIL 48 HEURES AVANT

MENU DU 20 AU 23 SEPTEMBRE 2022

Déjeuner

Dîner

Mardi 20/09/22

Avocat cocktail
Sauté de porc au chinon
Carottes au basilic
Plateau de Fromages
Buffet de desserts

Gaspacho de concombre
Brandade de colin
Salade verte
Plateau de Fromages
Buffet de desserts

Mercredi 21/09/22

Tartare de saumon à l'aneth
Poulet au citron et thym
Tagliatelles
Plateau de Fromages
Buffet de desserts

Velouté de tomates
Quiche océane
Salade verte
Plateau de Fromages
Buffet de desserts

Jeudi 22/09/22

Melon et chiffonnade de
jambon
Saucisse au Montlouis
Céleri braisé
Plateau de Fromages
Buffet de desserts

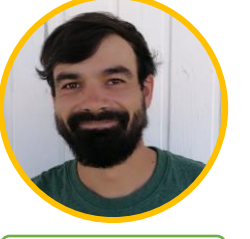
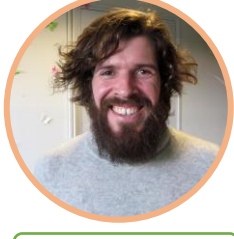
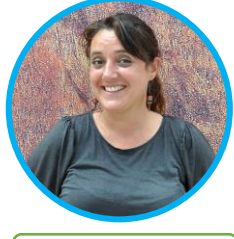
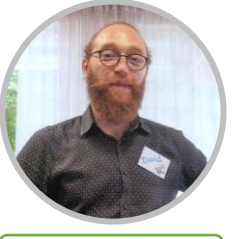
REPAS SOIREE :
ESPAGNE

Salade espagnole
(tomates, oignons)
Paëlla
Plateau de fromages
Buffet de desserts

Vendredi 23/09/22

Salade de courgettes
au citron vert
Aile de raie au beurre de
mangue
Pommes de terre vapeur
Plateau de Fromages
Buffet de desserts

Une journée sans sourire est une journée de perdue



*Toute l'équipe vous remercie pour votre séjour
et souhaite vous revoir bientôt*