

Octobre 2024

La revue de la Résidence n° 58

Le Meilleur 'of



Résidence Services

Le Meyerhof

L'ÉTHIQUE ASSOCIATIVE
À VOTRE SERVICE !

97 rue du Général de Gaulle 67560 ROSHEIM
03.90.46.40.56
residence.lemeyerhof@abrapa.asso.fr



**Chères résidentes,
Chers résidents,**

***Jeux de couleurs et de formes,
l'automne nous enchante.***

***Les feuilles tombent et nous
rappellent que tout change avec
douceur.***

***Cette saison nous offre tant de
merveilles à découvrir. Ensemble
faisons de cette saison un moment
inoubliable.***

***Entre le voyage inter-résidences en
Haute Savoie où j'aurai le plaisir de
vous accompagner et l'incontournable
Oktoberfest, ce mois d'octobre
s'annonce haut en couleurs et promet
encore de bons moments!***

Très bon mois d'octobre à tous !

***Votre coordinatrice
Caroline EICHERT.***



Merci de vous inscrire aux animations auxquelles vous souhaitez participer.

- ◆ A l'accueil de 10h00 à 11h30 le matin
- ◆ par téléphone au 03.90.46.40.56



Pour rappel : les inscriptions et le règlement pour les repas et le petit déjeuner doivent se faire au plus tard le mardi matin qui les précède.

A noter : Les inscriptions pour les activités sont également obligatoires, au plus tard le matin du jour de l'activité prévue.

Pour toutes les activités.

Passé ce délai, pour une question d'organisation, aucune inscription ne sera prise en compte !

Merci pour votre compréhension.

Vous partez en vacances ou allez être hospitalisé(e) ?

Vous rentrez chez vous après une absence de plusieurs jours ?

Ces informations nous sont très utiles afin de mieux vous accompagner.

Nous vous remercions de bien vouloir nous informer en cas d'absence et à votre retour.

Pour ceux qui le souhaitent les commandes MAXIMO peuvent être déposées au bureau avant le vendredi 25 oct .



Prenez les bons reflexes :

Pour toute aide administrative:

Les permanences ont lieu au bureau tous les matins du lundi au samedi.

Vos activités d'octobre

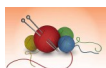
Mardi 1		10h00 : Chorale 14h30 : Gymnastique douce * avec SIEL BLEU	
Mercredi 2		14h30 : Tricot	
Jeudi 3		14h30 : Atelier voyage « la Patagonie »	
Vendredi 4		14h30 : Loisir créatif	
Lundi 7		14h30 : Voyage en terre virtuelle* 6 pers maximum	
Mardi 8		10h00 : Chorale 14h30 : Gymnastique douce * avec SIEL BLEU	
Mercredi 9		14h30 : Atelier mémoire	
Jeudi 10		Pas de présence ce jour	
Vendredi 11		14h30 : Yoga sur chaise avec Déborah Kempler	
Lundi 14		14h30 : Film «Paulette » avec Bernadette Lafont	
Mardi 15		10h00 : Chorale 14h30 : Gymnastique douce * avec SIEL BLEU	

* Avec la participation de la Conférence des financeurs



Mercredi 16

14h30 : Tricot



Jeudi 17



14h00 : Danse thérapie avec Sabine Blanc-de Carpentier

Vendredi 18



8h30 : Petit déjeuner participation 4€

14h30 : Loisir créatif



Samedi 19

10h00 : Dictée



Lundi 21



14h30 : Loto gourmand (minimum un lot sucré/salé)

Mardi 22



10h00 : Chorale

14h30 : Gymnastique douce * avec SIEL BLEU



Mercredi 23

14h30 : Loisir créatif



Jeudi 24



14h30 : Atelier Voyage « le Bordelais »

Vendredi 25



12h00 : Repas commun participation 25€
« Oktoberfest »

Lundi 28

14h30 : Taïso avec Nathalie Munch



Mardi 29



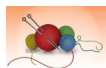
10h00 : Chorale

14h30 : Gymnastique douce * avec SIEL BLEU



Mercredi 30

14h30 : Tricot



Jeudi 31



Bien-être des mains:

13h30/14h00/14h30/15h00/15h30/16h00 1 pers /créneau

Les rendez-vous d'octobre

Vendredi 11 octobre à 14h30 :

Yoga sur chaise avec Déborah Kempler

Le yoga sur chaise est une forme de yoga adaptée qui permet à chacun de profiter des bienfaits de cette pratique ancienne. Contrairement au yoga traditionnel qui se pratique sur tapis, le yoga sur chaise se déroule assis, ce qui en fait l'option idéale pour celles et ceux ayant des problèmes de mobilité, des limitations physiques ou qui se sentent moins à l'aise au sol.

Jeudi 17 octobre à 14h00 :

Reprise de la danse thérapie avec Sabine Blanc-de Carpentier

Libérez votre esprit grâce à l'art thérapie par le corps. Danser pour s'exprimer, se libérer et se (re)connecter à soi ainsi qu'aux autres. À travers le mouvement, notre métabolisme se dénoue des tensions, établit des connexions, et retranscrit des émotions.

Lundi 28 octobre à 14h30 :

Venez découvrir le Taïso avec Nathalie Munch.

Le taïso est une méthode d'entraînement moderne, construite à partir d'exercices traditionnels de préparation au judo. Sa pratique permet de bien préparer son corps, de se protéger et d'améliorer son potentiel physique. Le Taïso est adapté à tous les publics ! Que vous soyez débutant, sportif, ou non-sportif , le Taïso vous permet : de renforcer le système musculaire d'améliorer la maîtrise des gestes d'augmenter la souplesse d'apprendre à se relaxer

Infos utiles

Du 05 au 09 octobre : Voyage inter-résidences en Haute Savoie.

Caroline Eichert sera absente car accompagnante lors du voyage.

Nathalie Dobler sera présente le lundi 7 octobre et Sandra Barthelmé le mardi 8, le mercredi 9, le vendredi 11 et le samedi 12 octobre. **Le jeudi 10 octobre pas de présence. Caroline Eichert sera en repos (retour du voyage) et de retour le lundi 14 octobre à 13h00.**



Dimanche 6 octobre : Fête de la citrouille à la halle du marché à Rosheim.

Dimanche 20 octobre: Expo Photos à la halle du marché à Rosheim

Dimanche 27 octobre: Choucroute des basketteurs à la salle des fêtes de Rosheim

**Dans la nuit du samedi 26 octobre au dimanche 28 octobre
Changement d'heure à 00h00 il sera 1h00.**



Souvenirs des activités

Rencontre avec la résidence Cronenbourg quizz musicale



Sortie au Schnakeloch

