

Mars 2026

La revue de la Résidence n° 75

Le Meilleur 'of



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,*

Mars s'installe doucement, apportant avec lui les premiers signes du renouveau. Les jours s'allongent, la lumière devient plus douce et la nature commence à s'éveiller.

Elle nous invite à lever les yeux et à savourer ces petits changements qui font tant de bien au moral. C'est un mois de transition, où l'hiver s'efface peu à peu faisant place au printemps.



Au sein de la résidence, mars est aussi un temps de partage et de dynamisme. Activités sportives, relaxation et moments conviviaux.

Chaque occasion est bonne pour profiter ensemble de cette énergie nouvelle. Que ce mois soit pour chacun une source de douceur, de sourires et de petits plaisirs quotidiens, annonçant une belle saison à venir.

Joli mois de mars.

*Votre coordinatrice
Caroline EICHERT.*



INSCRIVEZ-VOUS

Infos maison

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 13 mars.



Prenez les bons reflexes :

Pour toute aide administrative:

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

Vos activités de mars

Lundi 2		14h00 : Art thérapie avec Nathalie Jung* 8 pers max	
Mardi 3		10h00 : Chorale 14h30 : Gym douce avec Siel bleu*	
Mercredi 4		14h30 : Jeux de société	
Jeudi 5		15h30 : Gym douce avec Siel bleu* Rattrapage du cours du mois de décembre	
Vendredi 6		14h30 : Théâtre avec Nicolas Delamotte	
Lundi 9		14h30 : Loto gourmand 1 lot sucré ou salé/ personne	
Mardi 10		14h30 : Gym douce avec Siel bleu*	
Mercredi 11		14h30 : Tricot	
Jeudi 12		14h30 : Théâtre avec Nicolas Delamotte	
Vendredi 13		8h30 : Petit déjeuner participation 4€/pers A partir de 13h30 porte à porte de Caroline et Sandra	
Lundi 16		14h00 : Art-Thérapie avec Nathalie Jung* 8 pers max	
Mardi 17		10h00 : Chorale 14h30 : Gym douce avec Siel bleu*	

Mercredi 18	14h30 : Atelier mémoire	
Jeudi 19	14h30 : Relaxation avec Céline Wendel	
Vendredi 20	14h30 : Taïso avec Nathalie Munch	
Lundi 23	14h30 : Dictée	
Mardi 24	10h00 : Chorale	
	14h30 : Gym douce avec Siel bleu*	
Mercredi 25	14h30 : Loisir créatif	
Jeudi 26	14h30 : Taïso avec Nathalie Munch	
Vendredi 27	12h00 : Repas Carpes/frites à l'Ours Blanc Sur inscription	
Lundi 30	14h30 : Film « Ténor »	
	10h00 : Chorale	
Mardi 31	14h30 : Gym douce avec Siel bleu*	

Inscription OBLIGATOIRE pour toutes activités où vous souhaitez participer.

*Avec la participation de la Conférence des financeurs

Les rendez-vous de Mars

Vendredi 20 et jeudi 26 mars à 14h30 :



Venez découvrir ou redécouvrir le Taïso

Envie de bouger en douceur, de prendre soin de votre corps et de partager un moment convivial ?

Le taïso, inspiré des arts martiaux, est une pratique adaptée aux séniors qui permet de :

- * Améliorer l'équilibre et la souplesse
- * Renforcer les muscles en douceur
- * Se détendre et se sentir bien
- * Bouger à son rythme, sans esprit de compétition

Jeudi 19 mars à 14h30:



Offrez vous une pause, rien que pour vous.

Cette séance de relaxation vous invite à relâcher les tensions, à respirer en pleine conscience et à profiter d'un instant de sérénité, dans une ambiance apaisante et conviviale.

Vendredi 27 mars repas à 12h00 :

Carpes/frites à l'honneur !

A l'occasion de la Saint Patrick, venez partager un moment convivial au restaurant l'Ours Blanc à Rosheim autour d'un délicieux repas carpes /frites.

Sur Inscription



Infos utiles

Dimanche 1^{er} mars :

Fête des grands-mères



Samedi 7 et dimanche 8 mars :

Carnaval vénitien de Rosheim



Dimanche 15 mars :

1^{er} tour élections municipales



Mardi 17 mars :

Braderie annuelle



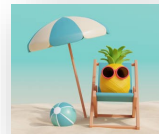
Dimanche 22 mars :

2^{ème} tour élections municipales



Sandra sera en congés le mercredi 4 mars, vendredi 6 mars et samedi 7 mars.

Un remplacement sera proposé le mercredi 4 et une permanence téléphonique le samedi 7 mars.



Souvenirs des activités

Atelier créatif



Remise des prix concours du sapin et de la crèche (1^{er} prix)



Carnaval

