

ACTIVITES ESPACE DE VIE SENIOR DE FEVRIER A AVRIL 2026

FEVRIER	MATIN	MIDI	APRES MIDI	MARS	MATIN	MIDI	APRES MIDI	AVRIL	MATIN	MIDI	APRES MIDI
2 L	Sophrologie /	Repas livré par un traiteur	Tricot-Crochet /	2 L	Qi Gong /	Repas livré par un traiteur	Tricot-Crochet /	2 J	Rencontre autour de la lecture	Repas livré par un traiteur	Activités créatives
	Atelier douceurs sucrées		Crêpes party- Chandeléur		Atelier douceurs sucrées		Temps individuel d'échanges		Micro-crêche-Le cocon de Mina		
3 M	Renforcement musculaire /	Crêpes salées et sucrées	/	3 M 10	Renforcement musculaire /	Nouvel An Chinois	Activités créatives - Pliage de livre	3 V	Férial	Férial	Férial
	Es Dempft in de Kieche			5 J	Atelier douceurs sucrées Pavlova Orange	Repas livré par un traiteur	Activité créative	6 L	Férial	Férial	Férial
5 J	Atelier douceurs sucrées	Repas livré par un traiteur	Spilsch mit – Jeux de société	8 V	Danses en ligne /	Repas livré par un traiteur	Activités ludiques et de stimulation de la mémoire	7 M	Renforcement musculaire /	Joue de Porc à la tomate Polenta Panna Cotta coulis fruit	Activités créatives Peinture sur toile- acrylique*
					Atelier c ulinaire participatif				Es Dempft in de Kieche		
6 V	Danses en ligne /	Soupe de légumes Galettes de PDT Compote de pommes	Animation musicale	9 L	Sophrologie /	Repas livré par un traiteur	Tricot-Crochet /	9 J	Travail de l'équilibre et prévention des chutes /	Repas livré par un traiteur	Spilsch mit – Jeux de société
	Atelier culinaire participatif				Atelier douceurs sucrées		Temps individuel d'échanges		Atelier douceurs sucrées		
9 L	Qi Gong /	Repas livré par un traiteur	Tricot-Crochet	10 M 11	Renforcement musculaire /	DAMPFNUDEL Soupe/compote de pommes	Activités créatives	10 V	Danses en position assise /	Repas livré par un traiteur	Chants et musique /
	Atelier douceurs sucrées				Es Dempft in de Kieche				Atelier culinaire participatif		Parentèse bien-être
10 M 7	Renforcement musculaire /	Repas livré par un traiteur	Activités créatives	12 J	Travail de l'équilibre et prévention des chutes /	Repas livré par un traiteur	Spilsch mit – Jeux de société /	13 L	Qi Gong /	Repas livré par un traiteur	Tricot-Crochet /
	Fermé				Atelier douceurs sucrées		Ceramique* (completi)		Atelier douceurs sucrées		Après-midi portes ouvertes
12 J	Atelier douceurs sucrées - Choux à la crème	Repas livré par un traiteur	Chants et musique	13 V	Danses en position assise /	Repas livré par un traiteur	Chants et musique /	14 M	Es Dempft in de Kieche	Velouté d'Asperges Asperges aux 2 jambons Gâteau renversé à l'ananas	Animation musicale
					Atelier c ulinaire participatif		Parentèse bien-être				
				16 L	Qi Gong /	Repas livré par un traiteur	Tricot-Crochet /				
					Atelier douceurs sucrées		Temps individuel d'échanges				
13 V	Danses en position assise /	Entrée du chef Gratin de choux-fleur Tarte au citron	Activité ludique et de stimulation de la mémoire	17 M 12	Renforcement musculaire /	Lasagne Saumon/poireaux Salade verte	Atelier bricolage floral	16 J	Atelier douceurs sucrées Schaeffle-Crème anglaise	Repas livré par un traiteur	Activités créatives
	Atelier culinaire participatif				Es Dempft in de Kieche						
16 L	Sophrologie /	Repas livré par un traiteur	Tricot-Crochet /	19 J	Atelier douceurs sucrées - Apfel im Schlafrock et crème anglaise	Repas livré par un traiteur	Activités créatives	17 V	Danses en ligne /	Repas livré par un traiteur	Activités ludiques et de stimulation de la mémoire
	Atelier douceurs sucrées		Temps individuel d'échanges						Atelier culinaire participatif		
17 M	Fermé	Fermé	Fermé	20 V	Danses en ligne /	Repas livré par un traiteur	Activités ludiques et de stimulation de la mémoire	20 L	Sophrologie	Fermé	Tricot-Crochet
					Atelier c ulinaire participatif						
19 J	Atelier beignets intergénérationnel	Atelier beignets intergénérationnel	Atelier beignets intergénérationnel	23 L	Sophrologie /	Repas livré par un traiteur	Tricot-Crochet /	21 M	Fermé	Fermé	Fermé
					Atelier douceurs sucrées		Temps individuel d'échanges				
20 V	Danses en ligne /	Spaghetti Bolognoise Beignets	Animation musicale	24 M 13	Renforcement musculaire /	Repas livré par un traiteur	Activités créatives / TAWASHI	23 J	Travail de l'équilibre et prévention des chutes /	Repas livré par un traiteur	Spilsch mit – Jeux de société
	Atelier culinaire participatif				Es Dempft in de Kieche				Atelier douceurs sucrées		
23 L	Qi Gong /	Repas livré par un traiteur	Tricot-Crochet /	26 J	Travail de l'équilibre et prévention des chutes /	Repas livré par un traiteur	Spilsch mit – Jeux de société /	24 V	Danses en position assise /	Bœuf bourguignon PDT-Choux rouge Tarte bourdaloue	Chants et musique /
	Atelier douceurs sucrées		Temps individuel d'échanges		Atelier douceurs sucrées		Ceramique* (completi)		Atelier culinaire participatif		Parentèse bien-être
24 M	Es Dempft in de Kieche	Repas livré par un traiteur	Activités créatives	27 V	Danses en position assise /	Palette fumée PDT-Salade verte Tarte pommes	Chants et musique /	27 L	Qi Gong /	Repas livré par un traiteur	Tricot-Crochet /
					Atelier culinaire participatif		Parentèse bien-être		Atelier douceurs sucrées		Temps individuel d'échanges
26 J	Atelier douceurs sucrées - Mille feuille	Repas livré par un traiteur	Spilsch mit – Jeux de société	30 L	Qi Gong /	Repas livré par un traiteur	Tricot-Crochet /	28 M	Renforcement musculaire /	Couscous Royal Flan à la fleur d'oranger	Animation musicale
					Atelier douceurs sucrées		Temps individuel d'échanges		Es Dempft in de Kieche		
27 V	Danses en position assise /	Consommé de légumes Fleischmaeckle Flan caramel	Fermé	31 M 14	Renforcement musculaire /	Endives au jambon/Riz Fondant chocola/crème anglaise	Animation musicale	30 J	Atelier douceurs sucrées Tarte à la rhubarbe meringuée	Repas livré par un traiteur	Activités créatives
	Atelier culinaire participatif				Es Dempft in de Kieche						