

**Avril
2026**

La Gazette de Tiers Temps

Journal interne de la Résidence

**Formation
AFGSU 2**

**Elections
Municipales**

**Le portrait :
Stéphanie, 21 ans au
sein de la résidence**

**Zoom sur :
Pâques, d'hier à
aujourd'hui**



**Journée Internationale
des droits des femmes**

Enquête Semestrielle de satisfaction



Madame, Monsieur, chers résidents,

Chaque semestre, nous vous sollicitons pour une enquête de satisfaction.

C'est pour vous l'occasion d'évaluer les prestations de notre résidence.

Vos avis seront pris en compte pour élaborer les plans d'amélioration afin de mieux vous satisfaire.

Le résident sera accompagné pour répondre au questionnaire à partir d'une tablette informatique.

Chaque famille représentante du résident, réceptionnera par courrier électronique* le questionnaire.

La possibilité d'une réponse en ligne depuis l'application FamiliVy sera également disponible.

L'analyse et l'élaboration des résultats seront réalisées par S.A.D Marketing, notre partenaire dans cette opération.

Les résultats de l'enquête seront affichés dans le hall d'accueil de la résidence au cours du mois de juin.

Nous comptons sur votre participation !

Chérazad ZAOUI
Directrice de l'établissement

*L'adresse mail fournie ne servira que pour l'enquête de satisfaction et ne sera communiquée qu'à notre seul prestataire

Sommaire

p 4 Journée Internationale des droits des Femmes

p 6 Rafrachissement du Jardin

p 7 Séance de Zoothérapie

p 8 Formation AFGSU 2

p 9 Elections Municipales

p 10 Fête des anniversaires

p 11 Photos de Mars

p 12 Bon à savoir

p 15 Le portrait du mois

p 17 Programme prévisionnel des animations

p 22 Que faire à Compiègne et sa région

Un peu de détente

p 23 Les actualités marquantes

p 24 Zoom sur : Pâques, d'hier à aujourd'hui

p 26 Poésie du mois

p 27 Quizz

Mots mêlés

Solutions



Ça s'est passé en Mars

Journée Internationale des droits des Femmes



En mars, notre établissement a célébré la Journée internationale des droits des femmes avec une série d'activités pensées pour mettre à l'honneur la créativité, la mémoire et la sensibilité de nos résidentes.

Plusieurs ateliers ont ponctué cette période riche en échanges et en découvertes

- Le club littéraire a permis de partager des textes, des émotions et des souvenirs autour de figures féminines inspirantes avec un voyage à travers les grandes écrivaines

classiques, des lectures de Simone de Beauvoir, la Déclaration des droits de la femme, Sido de Colette ou encore Les Culottées de Pénélope Bagieu.

- L'atelier « À la manière de Alma Thomas » a offert un espace de création artistique où chacune a pu explorer des formes, des couleurs et des inspirations venues d'artistes encore trop peu connues, en laissant libre cours à son imagination



Ça s'est passé en Mars

Mais le point d'orgue de cette célébration a sans conteste été la séance photo du 7 mars, réalisée en partenariat avec le studio *Le Cabinet des Rêves*.

Un véritable moment de douceur, de valorisation et de complicité.

À cette occasion, 10 résidentes ont participé à la réalisation de portraits photographiques.

Chacune a bénéficié d'un temps de mise en beauté sur mesure (coiffure, maquillage et accessoires). Une photo numérique et un tirage papier au format A4 leur sera remis, avec la possibilité de commander d'autres impressions.

Organisé au sein de la résidence, cette séance photo s'inscrit dans une démarche à visée sociale et culturelle. Elle a pour objectif de contribuer au bien-être des résidentes, de soutenir l'estime de soi, de proposer une activité innovante et de porter un regard respectueux et valorisant sur le grand âge et la vie en établissement.



Les résidentes ravies de cette expérience, ont souligné le plaisir de s'être senties belles et valorisées. Un grand merci au *Cabinet des Rêves* et nous sommes ravis d'avoir partagé ce moment à leurs côtés.



Ça s'est passé en Mars



Rafraichissement du Jardin

Mars a marqué un véritable tournant pour nos espaces de vie, avec une série de travaux qui ont redonné éclat, confort et convivialité à nos extérieurs.

Le jardin des Remparts a bénéficié d'une attention toute particulière. Les jardiniers ont permis : La restauration complète de la tonnelle, qui retrouve sa solidité et son charme d'origine; l'entretien général du jardin, avec une remise en forme des massifs, la taille des végétaux et un nettoyage approfondi des espaces verts.

La cour du RDC a aussi été remise en état : Nettoyage et petites réparations; plantation de fleurs, apportant couleurs et douceur

Ces lieux ont repris vie et promettent de belles journées.

Ces améliorations s'inscrivent dans un changement de prestataire en liens avec nos axes de travail suite à la dernière enquête de satisfaction.



Ça s'est passé en Mars

Séance de Zoothérapie

Depuis peu, une nouvelle activité thérapeutique non médicamenteuse a été mise en place au sein de l'établissement : la zoothérapie.

Cette pratique consiste à favoriser le bien-être des personnes grâce à la présence et à l'interaction avec des animaux.

La zoothérapie est aujourd'hui de plus en plus utilisée dans les structures d'accompagnement, notamment auprès des personnes âgées. Le contact avec l'animal permet souvent de stimuler les émotions, encourager la communication et apporter un moment de détente et de plaisir.

Lors de ces séances, les résidents peuvent observer, caresser ou simplement partager un moment calme avec la chienne Vanille et sa maitresse Vanessa. Ces instants favorisent l'apaisement, réveillent des souvenirs et suscitent de nombreux échanges entre les participants.



Ça s'est passé en Mars

Formation AFGSU 2

La semaine du 18 mars a marqué une étape importante pour notre établissement : une partie de nos collaborateurs a eu l'opportunité de suivre la formation AFGSU 2 (Attestation de Formation aux Gestes et Soins d'Urgence de niveau 2), un dispositif essentiel pour renforcer les compétences face aux situations critiques.



Pendant trois jours, les participants ont été immergés dans un programme complet mêlant théorie, pratique et mises en situation réalistes.

Au menu : apprentissage des gestes de premiers secours, gestion des urgences vitales, conduite à tenir face à des situations complexes, et entraînement intensif à travers des exercices concrets.

Cette formation a permis à chacun de gagner en assurance et en efficacité, au service de la sécurité et du bien-être de nos résidents.

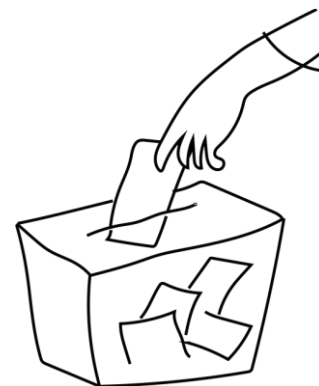
Nous saluons l'implication de nos équipes dans cette démarche de formation continue.

Ça s'est passé en Mars

Élections municipales

Le mois de mars a été marqué par un moment citoyen important : les élections municipales.

Les résidents qui le souhaitaient ont pu se rendre aux urnes afin d'exprimer leur vote, un geste essentiel de participation à la vie démocratique.



Pour faciliter ce déplacement, les familles se sont mobilisées et plusieurs résidents ont également été accompagnés par l'animateur, notre référent élection. Grâce à cette organisation, chacun a pu exercer son droit de vote dans les meilleures conditions, dans une ambiance sereine et conviviale.

Ce temps fort a permis de rappeler l'importance de rester acteur de la vie locale, quel que soit l'âge ou la situation. Une belle occasion de partager un moment citoyen et de renforcer le lien avec la commune de Compiègne.



Ça s'est passé en Mars

Fête des anniversaires

Pour célébrer comme il se doit les anniversaires du mois, nous avons accueilli un invité pas comme les autres... Jack le Pirate, venu spécialement pour mettre l'ambiance et embarquer tout le monde dans un voyage musical direction les années yéyé.



Dès les premières notes, les sourires se sont allumés. Entre chansons rétro, rythmes entraînants et éclats de rire, les résidents ont retrouvé l'énergie des bals d'autrefois. Certains se sont laissés tenter par quelques pas de danse, d'autres ont fredonné les airs qui ont marqué leur jeunesse.

Ce bel après-midi a offert un moment de partage, de joie et de souvenirs retrouvés, comme on les aime tant.

Encore un Joyeux Anniversaire à madame FAURE

Un grand merci à Jack le Pirate pour son entrain communicatif, et bravo à nos résidents du mois qui ont soufflé leurs bougies dans une ambiance inoubliable.

Photos de Mars



Prêt pour le olympiades



Un beau soleil en Picardie



Balade au bord de l'Oise 21.01



Nos amis de Pontpoint 25/03



Bon à savoir

Arrivé



Nous souhaitons la bienvenue à :
M. LEROY Gérard

Anniversaire



Nous souhaitons un joyeux
anniversaire à :

Mme. NUGIER Helene le 20

Envie de nous accompagner ?

Régulièrement, nous organisons des
sorties avec les résidents.

N'hésitez pas à nous faire part de
vos disponibilités pour vous joindre à
nous : votre présence permettra
d'accompagner un plus grand
nombre de résidents et de rendre ces
moments encore plus agréables pour
eux

Permanence équipe d'encadrement

De 8h à 20h la semaine et de
10h à 18h le week-end

Directrice

Chérazad ZAOUI

Assistante de direction

Amélie GRANDIERES

Responsable hôtelière

Céline CORNET

Médecin coordonnateur

Cécile DURU JUSTINIEN

Le lundi, mardi et le jeudi

Infirmière coordinatrice

Priscilla LAGANT

Enseignante APA

Alexane KORCHIT

Le Mardi, Jeudi
et le vendredi matin

Animateur

Yann AUTISSIER

Du mardi au samedi

Coiffeuse

Florence

Le Jeudi

Agent de maintenance

Jean LEBEE

Du lundi au vendredi



Le C.V.S.

LISTE DES MEMBRES DU CVS ET MOYENS DE LES CONTACTER



LES MEMBRES ELUS

Représentants des personnes accompagnées

Présidente

Mme TRANEL
Anne-Marie
Chambre 312



Mme VANCRAENEN
BRO-ECK
Jacqueline
Chambre 314



Mr LAPLAUD
Olivier
Chambre 102

Représentants des familles ou des proches aidants

Mme LEGER
Isabelle
legerisa@free.fr
06.12.42.97.53



Mme BRIATTE
Christine
christine.briatte@gmail.com
06.20.45.41.31



Représentants des salariés

Mme BAUQUIER
Mélanie
melaniebauquier@gmail.com
06.20.27.02.41



Représentants des bénévoles

Mme LANGLOIS-PASCAREL
Nouria
nourialanglois@gmail.com
07.44.53.52.04



Mr LANGLOIS-PASCAREL
Philippe
langlois-pascarel.philippe@orange.fr
06.08.01.16.26

Mr AUTISSIER
Yann
qualivie-tt-compiegne@domusvi.com
06.10.49.93.69

Mme KAISIN
Amandine
petite.didine@cegetel.net
06.15.03.05.71



LES MEMBRES DE DROITS

Mme ZAOUTI
Chérazad
Directrice



Dr DURU-JUSTINIEN
Cécile
Médecin
Coordonnateur



Bon à savoir

FamilyVi



Vous souhaitez suivre l'actualité de la résidence en temps réel ?

Téléchargez l'application FamilyVi et demandez à l'accueil votre code résident !

Nous sommes heureux de partager chaque jour avec vous le quotidien des résidents et des équipes.

Vous ne recevez jamais de notification, pensez à mettre votre application à jour et à nous le signaler.



Dates à retenir



- Mercredi 1^{er} : Poisson d'Avril
- Jeudi 2 : Journée du Livre pour Enfants
- Dimanche 5 : Pâques
- Jeudi 16 : Journée des secrétaires et assistant(e)s
- Samedi 21: Début du salon de l'Agriculture
- Jeudi 23 : Journée internationale du livre

Bon à savoir

Portrait

Nous vous avons proposé la découverte des différents corps de métier que nous rencontrons quotidiennement au sein de la résidence.

Dans cette rubrique consacrée aux portraits, nous souhaitons vous présenter les femmes et les hommes qui font vivre la résidence chaque jour.

Pour ouvrir cette série, donnons la primauté à l'une de nos plus ancienne collaboratrices : Stéphanie B., qui compte 21 ans de maison.

Stéphanie B.



Arrivée en décembre 2004, Stéphanie a débuté au sein de la résidence en effectuant des remplacements sur différents postes, à la suite d'un stage qui lui avait permis de découvrir notre structure et d'y démontrer son sérieux.

En 2010, elle est officiellement embauchée en tant qu'Agent de Service Hôtelier, fonction qu'elle exerce depuis avec professionnalisme, disponibilité et un profond attachement à la résidence et à ses résidents.

Bon à savoir

Par la suite, elle a su évoluer vers le poste d'Aide-Soignante et a obtenu son DASD grâce à une VAE (Validation des Acquis d'Expérience).

Cette progression témoigne de son engagement, de sa motivation et de sa volonté constante d'accompagner au mieux les résidents.

Stéphanie est une personne attentionnée, à l'écoute et profondément engagée dans l'aide aux personnes âgées. Son professionnalisme, sa douceur et sa disponibilité en font une collaboratrice très appréciée, tant par les résidents que par l'équipe.

Quelques mots pour les résidents :

« Nous avons la chance d'avoir d'agréables résidents et nous mettons tout en œuvre pour répondre au mieux à leurs attentes et à leurs besoins. »



Semaine du 29 Mars au 04 avril

| | Matin | | | Après- midi | | |
|-----------------|---|--|---|---|---|--|
| Dimanche | 11h00 Messe télévisée | | | Salon d'animation 15h00 Bowling intérieur Avec Bonte | | Salon d'animatic 17h30 Un mome ensembl Avec Sopt |
| Lundi | Réveil en douceur | | | Salon d'animation 15h00 Jeux de Société Avec Rose | | Salon d'animatic 17h30 Un mome ensembl Avec Stéphani |
| Mardi | Salon d'Animation Une partie de Domino? | | | Salon des remparts 14h00 Musico- thérapie Avec Vanessa | Salon d'animation 15h30 Ca décoiffe Avec Alexane | Salon d'animatic 17h30 Un mome ensembl Avec Stéphani |
| Mercredi | Salon d'animation 10h00 Visite des enfants de l'IME Avec Yann | 10h30 Sortie au marché Avec Yann | Salon d'animation 11h45 Revue de Presse Avec Yann | Salon d'animation 14h30 Fête de Pâques en Musique Avec Le Conservatoire de Musique de la ville de Compiègne et le CCAS | | Salon d'animatic 17h30 Un mome ensembl Avec Sopt |
| Jeudi | Salon d'animation 10h00 Visite des enfants de la crèche Avec Yann | Salon d'animation 11h30 Revue de Presse Avec Yann | | En chambre 14h30 Zoo- thérapie Avec Sylvie | Salon d'animation 15h00 Gym Avec Alexane | Salon d'animatic 17h30 Un mome ensembl Avec Sopt |
| Vendredi | Salon des remparts 10h15 Rencontre étudiante | | Salon d'animation 11h30 Revue de Presse Avec Yann | Salon des Animations 14h00 Point Menu Avec Yann | Salon d'animation 15h00 Entrainem ent Olympique Avec Yann | Salon d'animatic 17h30 Un mome ensembl Avec Sopt |
| Samedi | 10h30 Sortie à la Bibliothèque Avec Yann | Salon d'animation 11h30 Revue de Presse | | Salon des remparts 14h00 Musico- thérapie | Salon d'animation 15h00 Club Littéraire | Salon d'animatic 17h30 Un mome ensembl Avec |

Semaine du 5 au 11 avril

| | Matin | | | Après- midi | | |
|-----------------|--|--|---|---|---|---|
| Dimanche | Salon d'animation 11h00 Messe télévisée | | | Salon d'animation 15h00 Remuménige Avec Aide Soignante | | Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Stéphanie |
| Lundi | Réveil en douceur | | | Salon d'animation 15h00 Le p'tit BAC Avec Aide Soignant | | Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Sophie |
| Mardi | Salon d'animation 10h30 Point Menu Avec Yann | Salon d'animation 11h30 Revue de Presse Avec Yann | | MDS de Compiègne 14h00 7^e action collective Avec Yann | Salon des Animations 15h00 Ca décoiffe Avec Alexane | Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Sophie |
| Mercredi | Salon d'animation 10h00 Visite des enfants de l'IME Avec Yann | 10h30 Sortie au marché Avec Yann | Salon d'animation 11h30 Revue de Presse Avec Yann | Clairière de l'Armisitice 14h00 Sortie Avec Yann | Salon des invités 15h30 Conf. Happy Visio Avec Aide Soignante | Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Stéphanie |
| Jeudi | Salon d'animation 10h00 Accompagnement Numérique Avec La CyberBase | | Salon d'animation 11h30 Revue de Presse Avec Yann | Résidence Les Jardins Médicis, Pontpoint 14h00 Loto Inter résidence Avec Yann | Salon d'animation 15h00 Gym Assise Avec Alexane | Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Stéphanie |
| Vendredi | Salon des remparts 10h15 Raconte ton histoire Avec étudiante | Salon d'animation 11h30 Revue de Presse Avec Yann | | Salon des invités 14h00 Relaxation Avec Yann | Salon d'animation 15h00 Entraînement Olympique Avec Yann & Alexane | Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Stéphanie |
| Samedi | Salon d'animation 11h30 Revue de Presse Avec Yann | | Salon des remparts 14h00 Musico- thérapie Avec Vanessa | Jardin 15h00 Chasse aux œufs de Paques Avec Aide Soignante | | Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Sophie |

Semaine du 12 au 18 avril

| | Matin | | Après- midi | |
|-----------------|---|--|---|---|
| Dimanche | 11h00 Messe télévisée | | Salon d'animation 15h00 Jeux de Société Avec Aide Soignant | Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Sophie |
| Lundi | Réveil en douceur | | Salon d'animation 15h00 Remuméninge Avec Aide Soignant | Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Stéphanie |
| Mardi | Salon d'Animation Une partie de Domino? | | Salon d'animation 15h00 Atelier d'équilibre Avec Alexane | Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Stéphanie |
| Mercredi | Salon d'animation Un café en bonne compagnie? | | Salon d'animation 15h00 Yoga Sur Chaise Avec l'Asso. Du défi du vivre en Forme | Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Sophie |
| Jeudi | Salon d'animation 10h00 Visite des enfants de la crèche Avec Alexane | | Salon d'animation 15h00 Gym douce Avec Alexane | Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Sophie |
| Vendredi | Salon d'Animation Pourquoi pas jouer aux cartes | | Salon d'animation 15h00 Entrainement Olympique Avec Alexane | Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Sophie |
| Samedi | Salon d'Animation Papoter ensemble, ça fait toujours du bien | | Salon d'animation 15h00 Diffusion d'un Film Avec Aide Soignante | Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Stéphanie |

Semaine du 19 au 25 avril

| | Matin | | Après- midi | | |
|-----------------|---|---|--|---|---|
| Dimanche | Salon d'animation 11h00 Messe télévisée | | Salon d'animation 15h00 Remuménige Avec Aide Soignante | Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Stéphanie | |
| Lundi | Réveil en douceur | | Salon d'animation 15h00 Le p'tit BAC Avec Aide Soignant | Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Sophie | |
| Mardi | Salon d'Animation Pourquoi pas jouer aux cartes | | Salon des Animations 16h00 Ca décoiffe Avec Alexane | Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Sophie | |
| Mercredi | Salon d'Animation Une partie de Domino? | | Salon des Remparts 14h30 Atelier Sherlock Avec Juliette | Salon des Animations 15h00 Atelier Créatif Avec Aide Soignante | Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Stéphanie |
| Jeudi | Salon d'animation 11h30 Revue de Presse Avec Yann | | Salon des remparts 14h30 Zoo- thérapie Avec Sylvie | 15h00 Thé dansant Avec Alexane & Yann | Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Stéphanie |
| Vendredi | Salon d'animation 11h30 Revue de Presse Avec Yann | | Salon des invités 14h00 Relaxation Avec Yann | Salon d'animation 15h00 Entrainement Olympique Avec Yann & Alexane | Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Stéphanie |
| Samedi | Salon d'animation 10h30 La Chorale Avec Yann | Salon d'animation 11h30 Revue de Presse | Salle d'animation 15h00 Fête des anniversaires: Les Monologue de Feydeau Avec Antoine SMADJA | | Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Sophie |

Semaine du 26 avril au 2 Mai

| | Matin | | Après- midi | | |
|--|--|---|---|---|---|
| Dimanche | Salon d'animation 11h00 Messe télévisée | | Jardin 15h00 Pétanque Avec Aide Soignant | | Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Sophie |
| Lundi | Réveil en douceur | | Salon d'animation 15h00 Loto Avec Aide Soignant | | Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Stéphanie |
| Mardi | Salon d'animation 11h30 Revue de Presse Avec Yann | | Salon d'animation 15h00 Messe Avec Yann | Salon d'animation 16h00 Gym Douce Avec Alexane | Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Stéphanie |
| Mercredi | Salon d'animation 10h00 Visite des enfants de l'IME Avec Yann | 10h30 Sortie au marché Avec Yann | Salon d'animation 11h30 Revue de Presse Avec Yann | Salon d'animation 15h00 Atelier Créatif Avec Yann | Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Sophie |
| Jeudi | Salon d'animation 10h00 Visite des enfants de la crèche Avec Yann | Salon d'animation Un café en bonne compagnie? | Salon d'animation 15h00 Entraînement Olympique Avec Yann & Alexane | Salon d'animation 16h00 Atelier Mémoire Avec Yann | Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Sophie |
| Vendredi 1^{er} Mai | Salon d'animation Un café en bonne compagnie? | | 15h00 Défilé de la Reine du Muguet Avec Aide Soignante | | Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Sophie |
| Samedi | Salon d'Animation Une partie de Domino? | | Salon d'animation 15h00 Diffusion d'un Film Avec Aide Soignante | | Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Stéphanie |

Bon à savoir

Que faire à Compiègne et sa région

Vagabondage en faune et flore

La Médiathèque Jean Moulin de Margny-lès-Compiègne accueille une exposition dédiée à l'illustratrice Émilie Vast. À travers ses œuvres épurées inspirées de la faune et de la flore, le public découvre un univers poétique où se mêlent animaux, plantes et motifs graphiques. Le parcours, accessible à tous, propose également des modules ludiques tirés de ses albums, offrant une immersion douce et contemplative dans la nature.

Pour plus de détails, consultez Le Picantin.



Vagabondage en faune et flore
Émilie Vast
avec l'association Le Marché Super de Reims

Exposition
du 18 avril au 15 juillet



MARCHE DE
L'HISTOIRE
COMPIEGNE

Le 8^e Marché de l'Histoire

Rendez-vous incontournable pour tous les passionnés de reconstitution, d'artisanat ancien et de patrimoine vivant.

Pendant tout le week-end du 18 avril, le Tigre accueille des artisans, des troupes historiques et des exposants venus de toute la France et d'Europe.

Un voyage à travers les époques

Un peu de détente

Les actualités marquantes de Mars



Les élections municipales ont rythmé le mois de mars. À Compiègne, les résultats officiellement certifiés ont confirmé l'équipe menée par le maire M. Marini, allié à M. Leca, pour un nouveau mandat de six ans. Cette nouvelle équipe municipale poursuivra ainsi son action jusqu'en 2032.

Avec l'arrivée du printemps, les parcs et jardins de Compiègne ont retrouvé leurs couleurs.

Les premières floraisons ont attiré de nombreux promeneurs, notamment au parc du Château et à la forêt domaniale. Une ambiance douce et vivifiante qui marque le retour des activités en plein air.



En mars 2026, la France dépasse officiellement les 1 000 communes labellisées "Villes et Villages Fleuris" avec 4 fleurs, un record historique.

Ce label récompense les communes qui misent sur la nature, le bien-être, les jardins partagés et la qualité de vie.



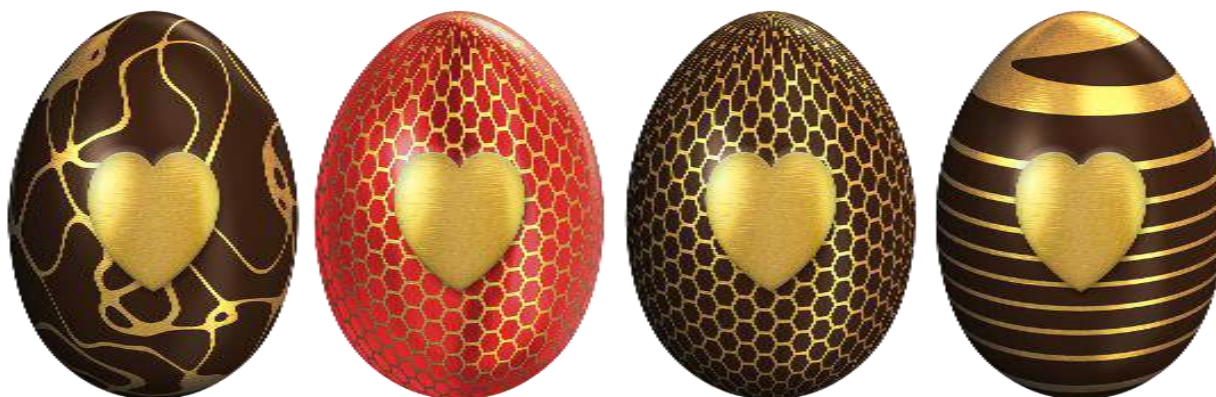
Un peu de détente

Zoom sur : Pâques, d'hier à aujourd'hui

Bien avant de devenir une célébration chrétienne, Pâques plonge ses racines dans des rites païens liés au retour du printemps.

Les peuples antiques fêtaient alors la renaissance de la nature, la lumière retrouvée et la fertilité.

L'œuf, symbole universel de vie, était déjà au cœur de ces traditions. On l'offrait décoré, peint ou gravé, comme un porte-bonheur annonçant la belle saison.



Avec le développement du christianisme, Pâques devient la fête centrale du calendrier religieux : elle commémore la résurrection du Christ, événement fondateur de la foi chrétienne.

Au Moyen Âge, cette période marque aussi la fin du Carême, un temps de privation. Les œufs, interdits pendant ces quarante jours, étaient alors accumulés... puis consommés ou décorés pour célébrer la fin du jeûne.

Un peu de détente

L'arrivée du chocolat : une révolution gourmande

Ce n'est qu'au XVIII^e siècle que les chocolatiers européens commencent à mouler du chocolat dans des coquilles d'œufs vidées.

Au XIX^e siècle, grâce aux progrès techniques, apparaissent les premiers œufs en chocolat creux, rapidement rejoints par les cloches, les lapins et les poissons.



Aujourd'hui, Pâques est l'un des moments les plus importants pour les artisans chocolatiers, qui rivalisent de créativité.

Les coutumes varient selon les pays :

En France, ce sont les cloches qui reviennent de Rome chargées de friandises.

Dans les pays anglo-saxons, c'est le lapin de Pâques qui cache les œufs dans les jardins.

En Suisse, on parle parfois du coucou de Pâques.

Ces légendes, transmises de génération en génération, donnent à la fête une dimension ludique et familiale

De ses racines anciennes à ses traditions modernes, Pâques continue de rassembler et de célébrer, rappelant que chaque printemps porte en lui une promesse de renouveau.

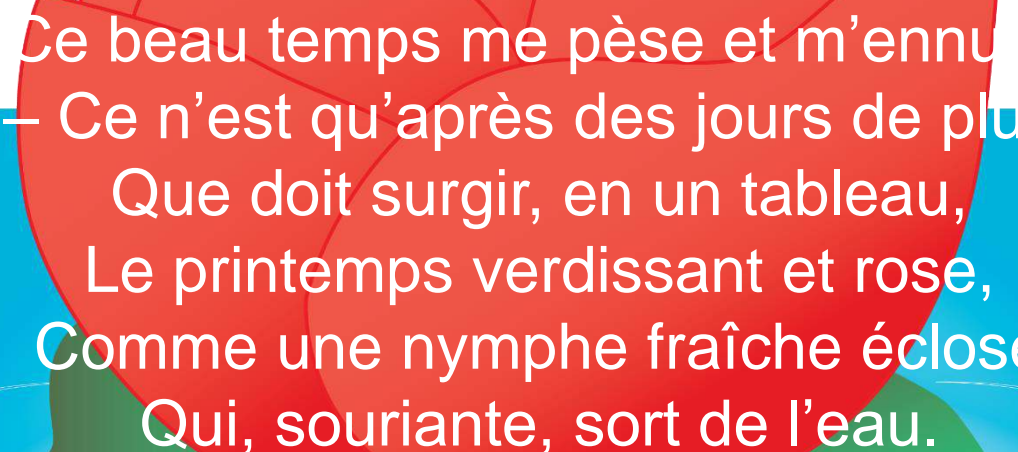
Un peu de détente

Poésie du mois

Avril

De Gérard de Nerval 1808-1855

Déjà les beaux jours, – la poussière,
Un ciel d'azur et de lumière,
Les murs enflammés, les longs soirs ; –
Et rien de vert : – à peine encore
Un reflet rougeâtre décore
Les grands arbres aux rameaux noirs !



Ce beau temps me pèse et m'ennuie
– Ce n'est qu'après des jours de pluie
Que doit surgir, en un tableau,
Le printemps verdissant et rose,
Comme une nymphe fraîche éclos
Qui, souriante, sort de l'eau.

Un peu de détente

Quizz

1. En quelle année le Titanic a-t-il coulé ?
 - a) 1905
 - b) 1912
 - c) 1945

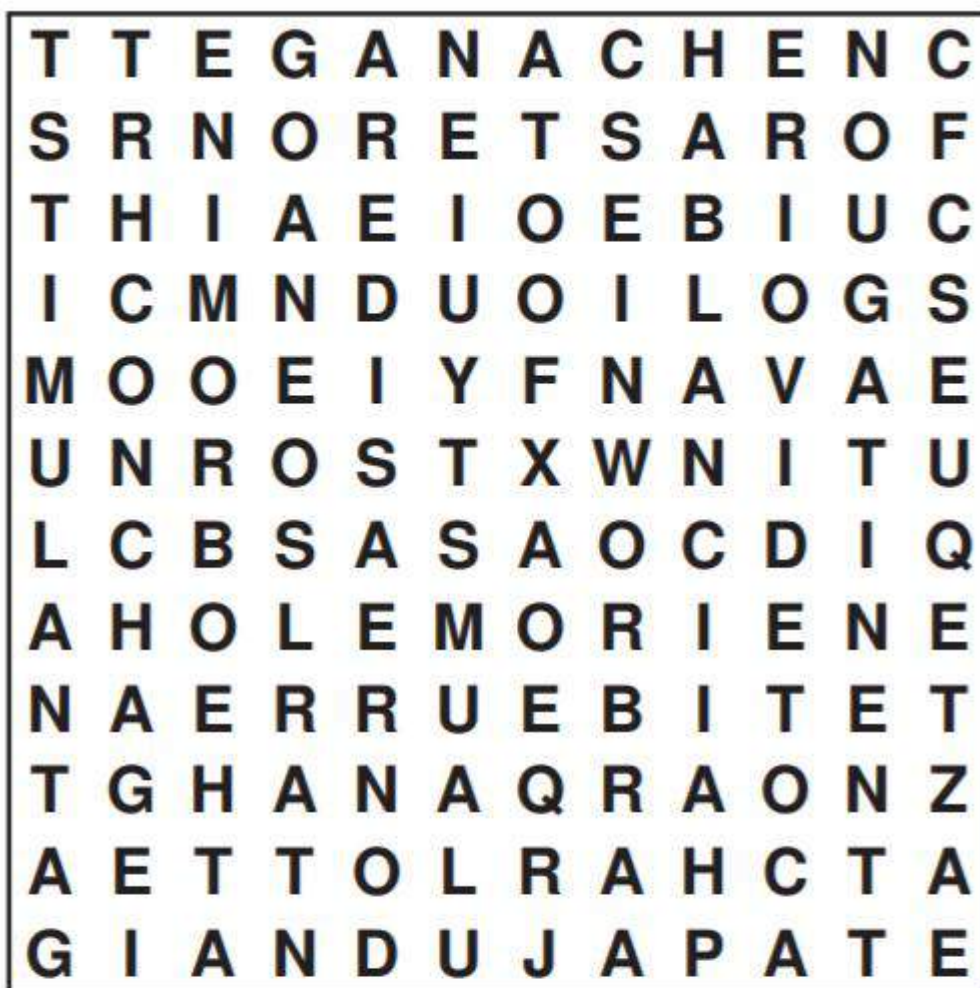
2. Quel événement technologique majeur a eu lieu le 3 avril 1973 ?
 - a) La création d'Internet
 - b) Le premier appel téléphonique depuis un téléphone portable
 - c) Le lancement du premier satellite GPS

3. Que célèbre la fête de Pâques dans la tradition chrétienne ?
 - a) La naissance de Jésus
 - b) La venue des Rois mages
 - c) La Résurrection de Jésus

4. Depuis quelle ville la course Paris-Roubaix part-elle depuis 1977 ?
 - a) Paris
 - b) Compiègne
 - c) Lille

Un peu de détente

Mots mêlés



www.fortissimots.com

AMER
ANTIOXYDANT
AZTEQUES
BEURRE
BLANC
BROWNIES
CABOSSE
CHARLOTTE

CONCHAGE
COTEDIVOIRE
FORASTERO
GANACHE
GHANA
GIANDUJA
NOIR

NOUGATINE
OEUF
PAQUES
PATE
STIMULANT
THEOBROMINE
TRINITARIO

Retrouvez Le mot mystère :

| | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|

Un peu de détente

Solution - Quizz

1. b) Le Titanic a coulé dans la nuit du 15 avril 1912, lors de son voyage inaugural, après avoir heurté un iceberg.
2. b) Le 3 avril 1973, l'ingénieur Martin Cooper de Motorola a passé le tout premier appel depuis un téléphone portable, un appareil de plus de 2,5 livres nécessitant 10 heures de charge pour 35 minutes d'autonomie..
3. c) L'Easter (Pâques) commémore la Résurrection de Jésus trois jours après sa crucifixion, l'un des fondements de la foi chrétienne
4. B) Surnommée "l'Enfer du Nord", cette course extrêmement exigeante part de Compiègne depuis 1977 et rejoint le mythique vélodrome de Roubaix..

Le mot-mystère est : **CHOCOLAT**



Les Olympiades des EHPAD !

Un événement placé sous le signe du partage et de la bonne humeur !

Samedi 6 Juin 2026 à partir de 10h00

📍 Au Stade Paul Petitpoisson

Venez encourager des équipes intergénérationnelles et inclusives, composées d'enfants, de personnes en situation de handicap et de résidents d'EHPAD !



Au programme : 🏃 Épreuves physiques

 Défis cérébraux

Convivialité et entraide