

**Octobre
2025**

La Gazette de Tiers Temps

Journal interne de la Résidence

**Les ateliers
mémoires**

EPOCA

**Un portrait :
Les Infirmières**

**Zoom sur :
Petits plats de
Picardie**



**Tous en Chœur pour
Alzheimer**

3 QUESTIONS ... 3 REPONSES avec :

Didier GAMAIN, Président de France Alzheimer Oise

QUESTION :

Septembre a été le mois de la journée mondiale.
Quel est votre retour ?

REPONSE : Notre ambition est d'être présent sur l'ensemble de l'Oise pour cette journée mondiale du 21 septembre et de sensibiliser le grand public.

Quatre jours d'animation et de sensibilisation ont eu lieu : Une conférence sur les maladies régénératrices le vendredi 19 à Chantilly ; la présence dans nos villes de cafés mémoire d'un stand d'information le samedi 20 matin, malheureusement perturbé par la météo. Le dimanche 21, une randonnée pédestre à Clairoix réunissant 120 participants et le jeudi 25, un concert à la bougie à Senlis.

QUESTION :

Octobre s'annonce-t-il avec autant d'événements ?

REPONSE : Octobre commence avec la semaine bleue. Nous serons présents sur les différents « salons des séniors » de l'Oise et de nombreuses conférences sont prévues dans des établissements médicalisés. L'union Nationale France Alzheimer célèbre cette année ses 40 ans et nous profiterons de cet anniversaire pour remercier nos bénévoles lors d'une journée festive.

QUESTION :

De nouvelles ambitions pour France Alzheimer Oise ?

REPONSE : Nous continuons nos activités mensuelles (je rappelle le chiffre de 340 actions menées en 2024) et grâce aux signatures avec des fédérations nationales sportives, nous développerons sur le département, le sport adapté.

EVENEMENTS

02 octobre :

NOYON : portes ouvertes Emeis – Résidence du Dr Hallot, 48 boulevard Carnot 14h/17h

CREIL : portes ouvertes Emeis – Résidence les bords de l'Oise – 110 rue de la République 14h/17h

CLAIROIX : Salon des seniors à la salle polyvalente 14h/18h

06 octobre :

BEAUVAIS : journée récréative à l'âge d'or – loto et diffusion court métrage, 1 allée des épingliers à partir de 14h

07 octobre :

NOYON : forum santé au centre social St Siméon 13h30/18h30

BEAUVAIS : semaine bleue à l'espace Galilée, débat théâtral 1 rue du pont de Paris 13h30/17h15

08 octobre :

MOUY : forum des seniors à la salle Alain Bashung, 2 place P.Sémard 14h30/17h

16 octobre :

COMPIEGNE : conférence DOMUSVI – Résidence Tiers Temps 9 rue Bouvines 14h30

BEAUVAIS : journée santé mentale à l'hôpital dans le hall 14h/17h

17 octobre :

NOYON : loto en faveur de France Alzheimer Oise à la résidence du Dr Hallot EMEIS 48 boulevard Carnot à 14h

21 octobre :

SONGEONS : journée du bénévolat au centre social 17 impasse du petit pont à 9h30

AGENDA

LE CAFE MEMOIRE

03/10 :

NOYON « LE KATHEDRAL » 30 rue du Général de Gaulle 15h/17h

07/10 :

BEAUVAIS « LE KIOSQUE » rue de la République 14h30/16h30

NOGENT-SUR-OISE à la boulangerie « le temps d'un délice » 85 rue du Général de Gaulle (rue de la mairie) 14h30/16h30

AGNETZ / HAMEAU DE RONQUEROLLES

« LE MOULIN » 264 rue Bernard Laurent 15h/17h

08/10 : **COMPIEGNE** au « COQ D'OR » 28 place du change 15h/17h

15/10 :

CRÉPY-EN-VALOIS Maison des associations, 60b rue de Soissons 15h/17h

16/10 :

SENLIS Pub « SAINT LOUIS » 7 rue Bellon 15h/17h

CRÈVECŒUR-LE-GRAND/ FROISSY

au centre social 1 rue des Bouviers FROISSY 14h/16h

21/10 :

CHANTILLY au bar « Le Sylvia » 14 avenue du Maréchal Joffre 15h/17h

TENNIS DE TABLE 02 – 09 – 16 octobre

OMNISPORT DE GOUVIEUX rue du Saulieu - place de Numbrecht 18H/19H30

GROUPE DE PAROLE

04/10 : **CREIL** Salle Voltaire- 39 rue Voltaire 10h/12h

10/10 : **NOYON** Maison des associations – 492 rue de Chauny 15h/17h

17/10 : **LA CROIX ST OUE** 799 Rue Ferdinand Meunier 15h/17h12/11

GROUPE + 65 ans 13h/15h

GROUPE – 65 ans 15h/17h

21/10 :

CREPY EN VALOIS – Résidence Etienne Marie de la Hante – 3 mail Philippe d'alsace 17h30/19h30

SOPHROLOGIE

09/10 : **BEAUVAIS** Centre social 21 rue Hector Berlioz 14h/16h

14/10 : **CREPY EN VALOIS** Maison des asso 60b rue de Soissons 15h/17h

15/10 : **SENLIS** 24 rue Thomas Couture 10h/12h

16/10 : **CHANTILLY** Médiathèque – 34 rue d'Aumale 10h/12h

21/10 : **CLAIROIX** Salle du jeu d'arc – 9 rue du Marais 10h/12h

EQUITHERAPIE CHAMANT

14/10 : Les écuries de Balagny – 3 grande rue sur Aunette 14h/15h

ATELIER DE RELAXATION VENETTE

29/10 : Fondation Diaconesses /173 rue du chemin croissant 14h30/16h

ART THERAPIE CLAIROIX

03/10 : Salle du jeu d'Arc – rue du marais 10h/11h30

FORMATION DES AIDANTS BEAUVAIS – COMPIEGNE – CREIL 2025/2026

INSCRIPTIONS PAR TELEPHONE OU PAR MAIL

Pour les inscrits à la formation de CREIL :

10/10 : 14h/16h30 Salle Voltaire – 39 rue Voltaire

17/10 : 14h/16h30 Salle Voltaire – 39 rue Voltaire

25/10 : 14h/16h30 Salle Voltaire – 39 rue Voltaire

HALTE REPIT CLERMONT

21/10 : Au Centre socio-culturel de Clermont - quartier des sables
rue Wenceslas Coutellier – salle Aline Brenner 14h/16h

Sommaire

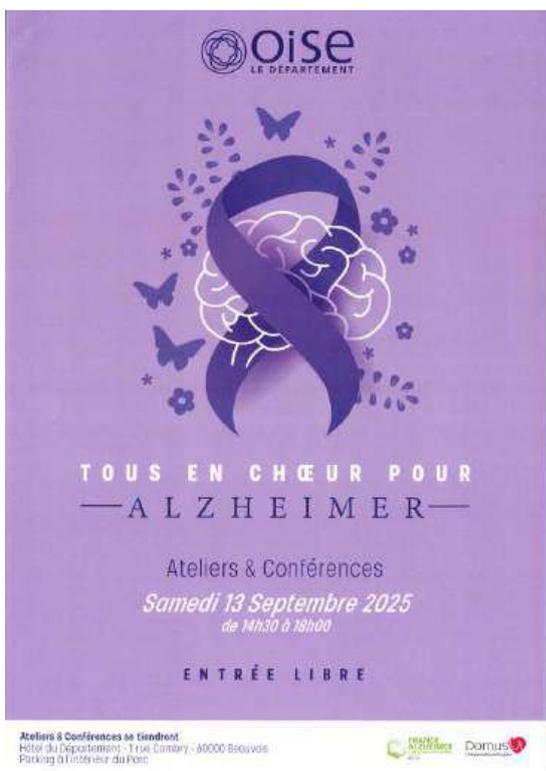
- p 4** *Tous en Chœur pour Alzheimer*
- p 6** Nous avons marché pour Alzheimer
- p 7** EPOCA
- p 8** Les ateliers mémoire
- p 9** Fête des anniversaires
- p 10** Photos d'Aout

- p 11** Bon à savoir
- p 14** Le portrait du mois
- p 16** Programme prévisionnel des animations
- p 20** Que faire à Compiègne et sa région

- Un peu de détente
- p 21** Les actualités marquantes
- p 22** Zoom sur : Petits plats de Picardie
Poésie du mois
- p 25** Quizz
- p 26** Mots mêlés
- p 27** Solutions



Ça s'est passé en Septembre



Tous en Chœur pour Alzheimer

Samedi 13 septembre, un groupe de nos résidents ont participé à une journée spéciale dédiée à la sensibilisation à la maladie d'Alzheimer, organisée au sein du magnifique cadre de l'Hôtel du Conseil Départemental à Beauvais. Cet événement a rassemblé plusieurs résidences de la région et a été un moment à la fois enrichissant et apaisant pour nos aînés.

Au programme de cette journée :

- Un parcours de motricité, conçu pour stimuler l'agilité et la coordination.
- Une participation à la chorale, avec une interprétation émouvante de la chanson "Tout s'efface, tout doucement", écrite par les résidents des 8 résidences participantes. Un moment de partage et de musique particulièrement touchant.
- Des activités de danse sur chaise, permettant à chacun de bouger à son rythme et de profiter d'un moment de convivialité.



Ça s'est passé en Septembre

- Un espace détente dédié au bien-être, avec un bain de pied relaxant accompagné d'un massage, un massage assis, ainsi qu'une expérience apaisante de bols tibétains, pour favoriser la relaxation et la sérénité.



Tout au long de la journée, les résidents ont pu savourer des gourmandises et se régaler de petites douceurs, contribuant à la bonne humeur générale.

Nous sommes heureux d'avoir pu offrir à nos résidents un tel moment de bien-être, d'échanges et de partage. Ce fut une belle occasion de les sensibiliser à la maladie d'Alzheimer tout en leur offrant un cadre agréable et bienveillant.

Ça s'est passé en Septembre

Nous avons marché pour Alzheimer!

Dimanche 21 septembre, à l'occasion de la Journée mondiale Alzheimer, la Résidence Tiers Temps a soutenu et a vu la participation de son animateur ainsi que d'une courageuse résidente à la randonnée pédestre organisée à Clairoix par l'association France Alzheimer Oise.

Le départ a eu lieu à 9h45 pour un parcours de 3 km, permettant aux participants de découvrir la splendide zone naturelle des Marais de Clairoix. La matinée s'est achevée autour d'une collation conviviale et d'une tombola.



Cette initiative vise à sensibiliser le grand public à la maladie d'Alzheimer, une pathologie neurodégénérative qui touche des millions de personnes dans le monde, entraînant une perte progressive de la mémoire et des fonctions cognitives.

Un grand merci à France Alzheimer Oise pour cette belle initiative, qui contribue à mieux faire connaître la maladie et à soutenir les malades ainsi que leurs familles.

Ça s'est passé en Septembre



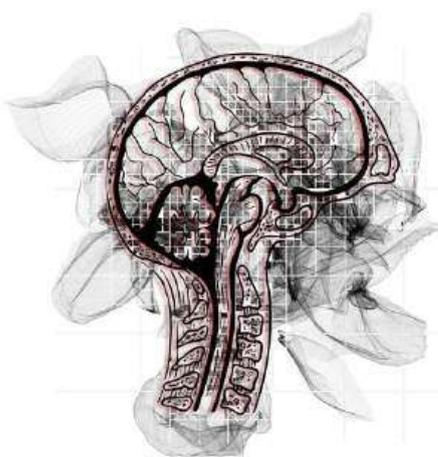
EPOCA : Nouvelle collaboration

Toujours soucieuse d'assurer le meilleur suivi médical à ses résidents, la résidence Tiers Temps s'engage désormais avec EPOCA, une solution de télémédecine humaine et connectée.

Cet outil innovant permet de garantir un maintien sécurisé pour les patients pathologies complexes, en particulier lorsque le médecin traitant n'intervient pas sur la résidence en situation d'urgence et que le médecin coordonnateur est absent. Dans ces situations, les infirmières disposent de la possibilité de joindre à distance un médecin via l'application, pour une téléconsultation hors urgence vitale. Grâce à la technologie EPOCA, le médecin sollicité peut téléoscuper le patient et ainsi apporter une réponse rapide et adaptée à la situation. Cette avancée constitue un véritable atout pour renforcer la continuité des soins et la sécurité médicale au sein de la résidence.

Ça s'est passé en Septembre

Les Ateliers Mémoire



À la résidence Tiers Temps, entretenir la mémoire est bien plus qu'un simple exercice : c'est un moment de partage, de plaisir et de confiance en soi.

Chaque semaine, les ateliers mémoire invitent les résidents à stimuler leurs capacités cognitives à travers des activités variées et adaptées à chacun;

Ces ateliers s'appuient sur des jeux et des exercices ludiques faisant appel à la mémoire, à l'attention, au langage ou encore à la logique. Mots croisés, quiz thématiques, associations d'images, souvenirs musicaux ou repères temporels : les séances se veulent à la fois dynamiques et bienveillantes.

L'objectif n'est pas la performance, mais le maintien des fonctions cognitives et le plaisir d'apprendre et d'échanger ensemble. Chaque résident participe selon ses capacités et ses envies, dans une ambiance chaleureuse où la bonne humeur est toujours au rendez-vous.

Ces ateliers contribuent aussi à renforcer le lien social : ils encouragent les échanges, la coopération et le partage d'expériences, tout en valorisant les compétences et les souvenirs de chacun.

À la Résidence Tiers Temps, la mémoire se cultive dans la joie et la convivialité !

Ça s'est passé en Septembre

Fête des anniversaires

Samedi 27, l'ambiance était à la fête et à l'évasion avec la venue très remarquée de Jack le Pirate à l'occasion de la fête des anniversaires.



Le joyeux flibustier a su conquérir tous les cœurs... surtout ceux des dames, venues nombreuses profiter de ce moment festif et original. Avec son accent de vieux loup de mer et ses chansons entraînantes, Jack a fait voguer petits et grands sur les flots de la bonne humeur. L'après-midi s'est conclue dans la plus pure tradition, autour des bougies soufflées, sous les applaudissements et les rires. Un moment chaleureux, plein de complicité, où chacun a pu souhaiter un joyeux anniversaire à ceux qui soufflaient les bougies ce mois-ci.

Un grand merci à Jack le Pirate pour cette parenthèse enchantée et encore un joyeux anniversaire à madame Annie Lechvallier, madame Arlette Feuillet, madame Hélène Laurin, madame Marcelle Goedgebeur et monsieur Olivier LAPLAUD



Photos de Septembre



La Chorale 09 09



Temps de détente pour le personnel
20 09



Retour des enfants de la crèche
04/09



Les enfants de l'IME 27 09



Retour des enfants de la crèche
04/09



Elles ont repassé le certificat d'étude 20 09



Prenons le soleil 03 09



Au travail 20 09

Bon à savoir

Anniversaire



Nous souhaitons un joyeux anniversaire à :

M Maurice LEBLANC le 05
Mme Françoise GUENAND le 11
Mme Jeanine THOMAS le 12
Mme Sabine STERLIN le 20
Mme Françoise BARON le 26
Mme Martine LAVILLONNIERE le 29

Arrivés



Nous souhaitons la bienvenue à :

Mme Régine BRETON
Mme Claude et M. Marcel HERPET
M Philippe BOUAT
M Serge DEMOUY

Départs



Nous avons une pensée pour:

M. René GRES
Mme Graziella LOFFLER

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

Psychologue

Félix LONGA

Le mercredi

Animateur remplaçant

Yann AUTISSIER

Du mardi au samedi

Coiffeuse

Florence

Le Jeudi

Agent de maintenance

Jean LEBEE

Du lundi au vendredi

Elections du Conseil de la Vie Sociale



Nous avons le plaisir de vous informer que les élections des représentants des résidents au Conseil de la Vie Sociale se dérouleront :

Du 2 au 20 octobre 2025

Sur les horaires d'ouverture de l'accueil

Fermeture du bureau de vote le 20 octobre à 20h

Nous vous invitons à voter pour l'un des candidats à votre représentation:

À la représentation des résidents:

- Mme VANCRAENBROECK Jacqueline
- Mme TRANEL Anne Marie
- M LAPLAUD Olivier

A la représentation des familles de résidents:

- Mme BRIATTE Christine, fille de Mme HERISSON
- Mme KAISIN Amandine, petite fille de Mme TRANEL
- Mme LEGER Isabelle, fille de Mme LEGER

Pour toute information complémentaire, n'hésitez pas à vous adresser à l'accueil ou à la Directrice de la résidence Mme ZAOUI.

Bon à savoir

Période épidémique



La saison des virus est de retour ! Pour protéger la santé de tous, il est important de continuer à adopter les bons gestes au quotidien :

- Lavez-vous les mains régulièrement avec de l'eau et du savon, ou utilisez une solution hydroalcoolique.
- Portez un masque si vous présentez des symptômes (toux, rhume, fièvre) ou lors des visites auprès des plus fragiles.
- Pensez à la vaccination (grippe, COVID...) : elle reste le meilleur moyen de limiter les formes graves
- Et surtout, restez chez vous ou signalez vos symptômes si vous ne vous sentez pas bien — c'est un geste de solidarité envers les autres.

Merci à chacun pour votre vigilance et votre bienveillance !
Ensemble, continuons à prendre soin les uns des autres

Dates à retenir



- Mercredi 1^{er}: Journée Internationale des personnes âgées
- Lundi 6: Journée du sourire
Journée Nationale des Aidants
- Lundi 20: Journée des Cuisiniers
- Du 13 au 23: Semaine du goût
- Dimanche 26 : Changement d'heure (-1h)
- Mercredi 29: Messe
- Vendredi 31 : Halloween

Bon à savoir

Portrait

Nous vous proposons cette rubrique pour vous faire découvrir les différents métiers que vous pourrez rencontrer au sein de la résidence et du personnel.

Les Infirmières Diplômées d'Etat

À la résidence Tiers Temps, les infirmières diplômées d'État (IDE) assurent chaque jour la continuité des soins et veillent au bien-être des résidents.

Présentes tous les jours, elles sont deux en semaine et une seule le week-end, garantissant ainsi un suivi constant et attentif.

Les IDE assurent la préparation et la distribution des traitements, réalisent les soins techniques (pansements, injections, surveillance des constantes, etc.) et veillent au respect des prescriptions médicales. Elles travaillent en collaboration étroite avec le médecin coordinateur, les aides-soignants, l'enseignantes APA, les kinésithérapeutes, ainsi qu'avec l'ensemble de l'équipe pluridisciplinaire.

Elles assurent également un rôle de liaison et de coordination entre les professionnels de santé, les familles et les résidents.

En lien avec le médecin coordinateur et l'équipe pluridisciplinaire, elles assurent une coordination fluide et un accompagnement personnalisé.

Disponibles, bienveillantes et dévouées, les infirmières de la résidence Tiers Temps sont des actrices indispensables de la qualité de vie et du confort des résidents.

Bon à savoir



Mégane F.



Amandine K.



Virginie T.

Semaine du 5 au 11 Octobre

	Matin			Après- midi			
Dimanche	11h00 Messe télévisée			Salon d'animation 15h00 Loto Avec Aide Soignant		Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Stéphanie	
Lundi	Réveil en douceur			Salon d'animation 15h00 Jeux de Société Avec Aide Soignant		Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Aide Soignante	
Mardi	Salon d'animation 10h00 7e Action Collective Avec La Maison des Solidarité de Compiègne	Salon d'animation 11h30 Revue de Presse Avec Yann		Salon d'animation 15h00 Atelier Mémoire Avec Yann	Salon d'animation 16h00 Atelier équilibre Avec Alexane	Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Aide Soignante	
Mercredi	Salon des Remparts 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 de Coiffure 15h00 Soins Esthétique Avec Aide Soignant	Salon des Remparts 16h30 La Chorale Avec Yann	Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Aide Soignant
Jeudi	Salon d'animation 10h30 Point Menu Avec Yann			Espace St Pierre des Minimes 14h00 Sortie Avec Yann		Salon d'animation 15h00 Puzzle Avec aide Soignant	Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Aide Soignant
Vendredi	Salon Détente 10h30 Atelier Relaxation Avec Alexane		Salon d'animation 11h30 Revue de Presse Avec Yann	Salon d'animation 15h00 Gym Douce Avec Yann			Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Aide Soignant
Samedi	Salon d'animation 11h30 Revue de Presse Avec Yann			Salle d'animation 15h00 Théâtre Avec Yann			Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Aide Soignante

Semaine du 12 au 18 Octobre

	Matin			Après- midi		
Dimanche	11h00 Messe télévisée			Salon d'animation 15h00 Bowling Avec Aide Soignant		Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Stéphanie
Lundi	Réveil en douceur			Salon d'animation 15h00 Jeux de mots Avec Aide Soignant		Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Aide Soignante
Mardi	Salon d'animation 10h30 Point Menu Avec Yann	Salon d'animation 11h30 Revue de Presse Avec Yann		Salon d'animation 15h00 Atelier Mémoire Avec Yann	Salon d'animation 16h00 Atelier équilibre Avec Alexane	Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Aide Soignante
Mercredi	Réveil en douceur			Salon de Coiffure 15h00 Soins Esthétique Avec Aide Soignant	Salon d'animation 15h00 Jeux de Société	Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Aide Soignant
Jeudi	Salon des Invités 10h00 Accompagnement Numérique Avec la Cyber Base			Salon d'animation 14h00 Conférence Alzheimer Avec France Alzheimer Oise		Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Aide Soignant
Vendredi	Salon Détente 10h30 Atelier Relaxation Avec Alexane	Extérieur 10h30 Sortie à la Biblio. Avec Yann	Salon d'animation 11h30 Revue de Presse Avec Yann	Salon d'animation 15h00 Présentation de producteur locaux Avec Yann		Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Aide Soignant
Samedi	Salon des Remparts 10h30 La Chorale Avec Yann		Salon d'animation 11h30 Revue de Presse Avec Yann	Salle d'animation 15h00 Club Littéraire Avec Yann		Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Stéphanie

Semaine du 19 au 25 Octobre

	Matin			Après-midi		
Dimanche	11h00 Messe télévisée			Salon d'animation 15h00 Atelier créatif Avec Aide Soignant		Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Stéphanie
Lundi	Réveil en douceur			Salon d'animation 15h00 Loto Avec Aide Soignant		Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Aide Soignante
Mardi	Salon d'animation 10h30 Point Menu Avec Yann	Salon d'animation 11h30 Revue de Presse Avec Yann		Salon d'animation 15h00 Atelier Ecriture Avec Yann	Salon d'animation 16h00 Atelier équilibre Avec Alexane	Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Aide Soignante
Mercredi	Salon des Remparts 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 de Coiffure 15h00 Soins Esthétique Avec Aide Soignant	Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Stéphanie
Jeudi	Salon d'animation 10h00 Visite des enfants de la crèches Avec Yann			Salon d'animation 15h00 Sortie Avec Yann & Alexane	Salon d'animation 15h00 Projection Film Avec Aide Soignant	Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Stéphanie
Vendredi	Salon Détente 10h30 Atelier Relaxation Avec Alexane	Salon d'animation 11h30 Revue de Presse Avec Yann		Salon d'animation 15h00 Sortie Avec Yann	Salon d'animation 15h30 Gym douce Avec aide soignant	Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Stéphanie
Samedi	Salon des Remparts 10h30 La Chorale Avec Yann	Salon d'animation 11h30 Revue de Presse Avec Yann		Salle d'animation 15h00 Fête des Anniversaires Avec Yann		Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Aide Soignante

Semaine du 26 Octobre au 1 Novembre

	Matin				Après- midi			
Dimanche Changement d'heure -1h	11h00 Messe télévisée				Salon d'animation 15h00 Jeux de mots Avec Aide Soignant		Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Aide Soignants	
Lundi	Réveil en douceur				Salon d'animation 15h00 Atelier créatif Avec Aide Soignant		Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Stéphanie	
Mardi	Salon d'animation 10h30 Point Menu Avec Yann		Salon d'animation 11h30 Revue de Presse Avec Yann		Salon d'animation 15h00 Atelier Mémoire Avec Yann	Salon d'animation 16h00 Atelier équilibre Avec Alexane	Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Stéphanie	
Mercredi	Salon des Remparts 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 Messe Avec Yann	Salon de Coiffure 15h00 Soins Esthétique Avec Aide Soignant	Salon des Remparts 16h00 La Chorale Avec Yann	Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Aide Soignant	
Jeudi	Réveil en douceur				Salon d'animation 15h00 Thé dansant Avec Yann & Alexane		Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Aide Soignant	
Vendredi	Salon Détente 10h30 Atelier Relaxation Avec Alexane		Salon d'animation 11h30 Revue de Presse Avec Yann		Salon d'animation 15h00 Gym Douce Avec Yann	Salon d'animation 16h30 Puzzle Avec Yann	Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Aide Soignant	
Samedi	Salon d'animation 11h30 Revue de Presse Avec Yann				Salle d'animation 15h00 Club littéraire Avec Yann		Salon d'animation 17h30 Un moment ensemble Avec Stéphanie	

Bon à savoir

Que faire à Compiègne et sa région **Fête des Producteurs et du Goût**

Samedi 11 octobre 2025, Place de l'Hôtel de Ville, Compiègne, de 9h à 18h. Gratuit. Idéal pour les amateurs de marchés : rencontrer des producteurs, goûter des produits locaux, ambiance conviviale.

Pour plus de détails, consultez Le Picantin.



Marché aux livres / Bouquinistes

Samedi 25 octobre 2025, Promenade Saint-Pierre des Minimes, de 8h à 18h.
Compiègne-Pierrefonds

Pour les amateurs de lectures, de vieux livres ou simplement de flânerie dans une ambiance calme.



Un peu de détente

Les actualités marquantes



Le samedi 13 septembre 2025, la ville de Compiègne a organisé son Forum des associations, rassemblant plus de 300 structures locales autour de la culture, des loisirs, du sport, de l'environnement et de la solidarité. Un bel exemple de dynamisme local et de vivre-ensemble,

Les 16 et 17 septembre 2025, l'OCDE (Organisation de coopération et de développement économiques) et l'Agence internationale de l'énergie ont organisé un forum à Paris pour faire avancer le financement pour parer aux changements climatiques.



Le 9 septembre 2025, Sébastien Lecornu est nommé Premier ministre par Emmanuel Macron, succédant à François Bayrou. Après plusieurs semaines de consultations, son gouvernement est enfin annoncé le 5 octobre... mais il ne tiendra qu'une journée ! Face à des désaccords politiques et à la polémique autour de certaines nominations, Lecornu présente sa démission le 6 octobre 2025. Ce gouvernement devient ainsi l'un des plus courts de la Ve République.

Un peu de détente

Zoom sur : La Picardie : un terroir gourmand et généreux

La Picardie est une région riche en traditions culinaires, où la convivialité se retrouve à chaque table. Entre terre et mer, champs et forêts, ses spécialités reflètent le caractère authentique et chaleureux de ses habitants

La célèbre flamiche picarde

Plat incontournable, la flamiche est une tarte salée garnie de poireaux fondants, de crème et de beurre.



Servie chaude, elle se déguste aussi bien en entrée qu'en plat principal, accompagnée d'une salade.

La ficelle picarde

Cette crêpe roulée garnie de jambon, de champignons et de crème fraîche, gratinée au four, est sans doute la spécialité la plus connue de la région. Née dans les années 1950 à Amiens, elle séduit par sa simplicité et son goût réconfortant.



Un peu de détente



Le pâté de canard d'Amiens

Ce pâté en croûte est une fierté locale : une pâte dorée renfermant un mélange de viandes finement assaisonnées, notamment du canard. Il se savoure aussi bien chaud que froid, souvent lors des repas de fête.

Le gâteau battu

Côté sucré, le gâteau battu est une brioche légère et aérée, riche en beurre et en œufs. Sa forme en haute couronne est typique, et sa texture moelleuse en fait un délice au petit-déjeuner ou au goûter.



La tarte à la rhubarbe !

Acidulée et fondante, la tarte à la rhubarbe est un classique des tables picardes. Souvent préparée avec une meringue dorée, elle ravit les amateurs de douceurs fruitées.

Un peu de détente

Poésie du mois

Pense aux autres

De Mahmoud DARWICH (1941-2008)

Quand tu prépares ton petit-déjeuner,
pense aux autres.
(N'oublie pas le grain aux colombes.)

Quand tu mènes tes guerres,
pense aux autres.
(N'oublie pas ceux qui réclament la paix.)

Quand tu règles la facture d'eau, pense aux autres.
(Qui têtent les nuages.)

Quand tu rentres à la maison, ta maison,
pense aux autres.
(N'oublie pas le peuple des tentes.)

Quand tu comptes les étoiles pour dormir,
pense aux autres.
(Certains n'ont pas le loisir de rêver.)

Quand tu te libères par la métonymie,
pense aux autres.
(Qui ont perdu le droit à la parole.)

Quand tu penses aux autres lointains,
pense à toi.
(Dis-toi : Que ne suis-je une bougie dans le noir ?)

Un peu de détente

Quizz

1. Joe Dassin a décrit un phénomène du nord de l'Amérique, dans sa chanson *L'été Indien*. À son début, il murmure "C'était un automne où il faisait beau... avec ta robe longue , tu ressemblais à une aquarelle..." Mais à quelle aquarelle ?
 - a) Une aquarelle de Marie Laurencin
 - b) Une aquarelle de Marc Chagall
 - c) Une aquarelle de Mary Cassatt
2. En octobre 1969, un événement révolutionne la communication mondiale. Lequel ?
 - a) e premier appel téléphonique mobile
 - b) La création d'Internet
 - c) Le lancement de la télévision couleur
3. Quelle célèbre statue fut inaugurée à New York le 28 octobre 1886 ?
 - a) Le Christ Rédempteur
 - b) Le Mont Rushmore
 - c) La Statue de la Liberté
4. En octobre 1981, un événement important marque l'histoire de la télévision française. Lequel ?
 - a) L'apparition de la publicité à la télé
 - b) La création de la chaîne Canal+
 - c) L'autorisation des radios libres

Un peu de détente

Mots mêlés

Les fruits d'automne

(dans les zones géographiques tempérées)

k	i	g	c	p	r	u	n	e	m	c	m
i	w	r	o	h	e	l	e	t	h	e	a
n	s	i	c	d	a	t	e	k	r	n	r
o	r	s	t	o	c	t	r	i	a	g	r
e	v	e	m	m	o	p	a	w	b	u	o
q	u	e	t	s	c	h	e	i	e	e	n
x	t	c	o	i	n	g	o	t	g	r	d
i	l	a	k	i	d	h	u	é	a	n	a
o	b	e	c	a	r	i	s	i	e	c	e
n	p	e	t	o	k	s	s	i	s	g	t
f	a	t	i	n	o	i	s	e	t	t	e
c	e	e	u	g	n	a	m	l	e	e	s

châtaigne - coing - datte - kaki - kiwi - marron
noix - noisette - poire - pomme - raisin

Un peu de détente

Solution - Quizz

1. a) C'était l'automne, un automne où il faisait beau
Une saison qui n'existe que dans le Nord de l'Amérique
Là-bas on l'appelle l'été indien
Mais c'était tout simplement le nôtre
Avec ta robe longue
Tu ressemblais à une aquarelle de Marie Laurencin »
2. B) La création d'Internet (ARPANET) Le tout premier message envoyé sur ce réseau pionnier fut "LO"... car le système est tombé en panne avant que le mot "LOGIN" ne soit terminé !
3. c) La statue de la liberté. Cadeau de la France aux États-Unis, elle fut conçue par Frédéric Auguste Bartholdi et son armature métallique réalisée par Gustave Eiffel, avant même la Tour Eiffel !
4. c) L'autorisation des radios libres. Cette décision du gouvernement de François Mitterrand met fin au monopole d'État sur la radio et permet à de nombreuses stations locales de voir le jour !

