



Compagnon du mois
OCTOBRE 2024

Home médicalisé de la Sarine

Sommaire

- Édito p. 3
- Activités du mois p. 4 - 8
- Informations p. 9
- Vie culturelle p. 10 – 11
- Jeux p. 12 - 13
- Bien-être et mouvement p. 14 - 15
- Comme à la maison p. 16 - 17
- Nature et environnement p. 19
- Vie sociale et intergénérationnelle p. 20 - 21
- Expression de soi p. 22 - 25
- Texte Café souvenirs p. 26 - 27
- Rubrique saison p. 28 - 31
- Vie des résidents p. 32 - 35
- Vie spirituelle p. 36 - 37
- Jeux p. 38 - 46
- Rétrospective p. 47 - 51

Comité de rédaction : service d'animation

Édito

Chères résidentes et chers résidents,

Avec ce journal, nous vous souhaitons la bienvenue dans ce mois d'octobre. L'automne est arrivé plus vite que prévu et de manière bien froide. Les feuilles n'ont pas encore changé de couleur, néanmoins cela ne saurait tarder. Les jours commencent à raccourcir, les terrasses ferment doucement, les couvertures sont sorties des armoires.

Après cet été court et intense, nous arrivons au moment de l'année où les glands sont récoltés, tout comme les pommes à cidre, et les dernières vendanges en cours.


Pour entrer comme il se doit dans cette nouvelle saison, nous avons préparé des activités qui se verront réjouissantes et réconfortantes. Vous pourrez comme à votre habitude les découvrir dans les prochaines pages.

Nous nous réjouissons de pouvoir partager ces moments de convivialité, de joie et de créations à vos côtés!

Bonne lecture!

Activités du mois

Activités du 30 septembre au 6 octobre 2024

Jour	Matin	Après-midi
Lundi 30	10h15 S'exprimer en image	14h45 Mini-shop 15h30 Jeux d'adresse Salle d'animation
Mardi 1	10h15 Ecoute musicale Salle d'animation	15h00 Quiz Salle d'animation
Mercredi 2	10h15 Chorale Salle d'animation	15h00 Jeux de société Salle d'animation
Jeudi 3	Bonne matinée !	14h30 Film Salle d'animation
Vendredi 4	10h15 Flash infos Salle d'animation	15h00 Jeux apprendre à se connaître Salle d'animation
Samedi 5	Bon week-end à toutes et à tous ! 	
Dimanche 6	10h00 Messe Chapelle	

Activités du mois

Activités du 7 au 13 octobre 2024		
Jour	Matin	Après-midi
Lundi 7	10h15 Atelier bien-être Salle d'animation	Bon après-midi !
Mardi 8	10h15 Ecoute musicale Salle d'animation	14h30 Loto Salle d'animation
Mercredi 9	10h15 Lecture de légendes et contes fribourgeois Salle d'animation	15h00 Jeux de société Salle d'animation
Jeudi 10	10h15 Gymnastique Salle d'animation	13h30 Sortie au musée Rotonde
Vendredi 11	10h15 Flash infos Salle d'animation	13h30 Réflexologie Sur inscription 15h00 Coloriage mandalas Salle d'animation
Samedi 12	Bon week-end à toutes et à tous ! 	
Dimanche 13	10h00 Messe Chapelle	

Activités du mois

Activités du 14 au 20 octobre 2024

Jour	Matin	Après-midi
Lundi 14	10h15 Borne Mélo Rotonde	14h45 Mini-Shop Salle d'animation 15h30 Moment d'échange Salle d'animation
Mardi 15	10h15 Ecoute musicale Salle d'animation	15h00 Atelier argile Salle d'animation
Mercredi 16	10h15 Confection de cake Salle d'animation	15h00 Jeux de société Salle d'animation 15h00 Dégustation de cake Salle d'animation
Jeudi 17	10h15 En vidéo Salle d'animation	15h00 Gymnastique Salle d'animation
Vendredi 18	10h15 Flash infos Salle d'animation	15h00 Scrabble Salle d'animation
Samedi 19	Bon week-end à toutes et à tous ! 	
Dimanche 20	10h00 Messe Chapelle	

Activités du mois

Activités du 21 au 27 octobre 2024

Jour	Matin	Après-midi
Lundi 21	10h15 Atelier bien-être Salle d'animation	Bon après-midi !
Mardi 22	9h00 Massage Sur inscription 10h15 Ecoute musicale Salle d'animation	15h00 Atelier 5 sens Salle d'animation
Mercredi 23	10h15 Lecture diverses Salle d'animation	15h00 Jeux de société Salle d'animation
Jeudi 24	10h15 En vidéo Salle d'animation	15h00 Jeux de balles Salle d'animation
Vendredi 25	10h15 Flash infos Salle d'animation	15h00 Peinture sur pots Salle d'animation
Samedi 26	Bon week-end à toutes et à tous ! 	
Dimanche 27	10h00 Messe Chapelle	

Activités du mois

Activités du 28 octobre au 3 novembre 2024

Jour	Matin	Après-midi
Lundi 28	10h15 Puzzle Salle d'animation	14h45 Mini-Shop Salle d'animation 15h30 Décoration de fenêtres Salle d'animation
Mardi 29	10h15 Ecoute musicale Salle d'animation	15h00 Documentaire M.Zberg Polynésie part.3 Salle d'animation
Mercredi 30	10h15 Karaoké Salle d'animation	15h00 Jeux de société Salle d'animation
Jeudi 31	10h15 Gymnastique Salle d'animation	15h00 Goûter des anniversaires Home médicalisé de la Sarine Départ de la Rotonde à 14h15



Information



Présentation de l'équipe

Depuis quelques semaines, l'équipe d'animation s'est agrandie. Nous vous la présentons avec grand plaisir.



De gauche à droite:

Léa Padula, Nina Détrée, Nina Dupré, Simone Perriard, Roxane Tinguely et Jennifer Flückiger

Chaque animatrice est référente d'une unité. N'hésitez pas à prendre contact avec nous !

- **Home médicalisé de la Sarine:**

Unité 1: Nina Dupré

Unité 2: Nina Détrée

Unité 3 et 4: Jennifer Flückiger et Simone Perriard

- **Rose d'Automne:**

Roxane Tinguely et Simone Perriard

Notre apprentie ASE: Léa Padula

Vie culturelle

Film

Chères résidentes, chers résidents,

Le jeudi 3 octobre à 14h30

Nous vous proposons la diffusion d'un film qui aura lieu dans la salle d'animation. Vous aurez la possibilité de choisir parmi 3 films.

Si vous avez des idées de films d'ici là, merci de vous manifester auprès de l'animation



Vie culturelle

Lecture de contes et légendes de Fribourg

Chères résidentes, chers résidents,

Le mercredi 9 octobre à 10h15 en salle d'animation

Nous vous proposons de partir à la découverte des contes et légendes de notre merveilleux canton. Evadez-vous le temps d'une matinée et n'hésitez pas à apporter vos anecdotes fribourgeoises!



Jeux

Loto

En ce mois d'octobre, nous vous proposons de vous joindre à nous, afin de gagner de superbes lots en tentant votre chance au loto.

Que vous soyez un joueur assidu ou un novice, tout le monde est le bienvenu pour passer un excellent moment ensemble.

L'ambiance amusante et chaleureuse saura vous faire passer un agréable temps de jeu en compagnie de notre équipe d'animation.

**Rendez-vous le 8 octobre à 14h30
en salle d'animation**



Jeux

Borne mélo

Durant le mois d'octobre, nous vous proposons une activité musicale. Celle-ci est animé par la «Borne Mélo» qui est un appareil informatique d'animation ainsi qu'un support musical et culturel.

**Nous vous donnons rendez-vous
le lundi 14 octobre à 10h15 en salle d'animation**



Bien-être et mouvement

Réflexologie plantaire



Mais en fait ... qu'est-ce que la réflexologie ?

Un massage des zones réflexes sur les pieds permettant de soutenir les mécanismes d'auto-guérison du corps et de réduire le stress et l'anxiété, de calmer les douleurs musculaires, de soulager les troubles digestifs et de renforcer le système immunitaire par un drainage lymphatique et une élimination des toxines du corps, une stimulation de la circulation sanguine et une détente du système nerveux. La réflexologie aide à rétablir l'équilibre dans le corps.

**Le vendredi 11 octobre pour un rendez-vous
individuel en chambre**

Sur inscription à l'animation

**Le vendredi 22 novembre pour un rendez-vous
individuel en chambre**

Sur inscription à l'animation

Bien-être et mouvement

Massage



Libérez votre corps de ses tensions et offrez à votre esprit un moment de relaxation.

Le massage est connu pour ses nombreux bienfaits : évacuation du stress, favorisation de la circulation sanguine, régulation du système digestif et combat de la dépression.

Cette technique atténue également les douleurs musculaires, les migraines et les troubles du système nerveux lors d'une pratique régulière.

Les massages relaxants peuvent être effectués à l'aide d'huiles de sésame et d'arnica mélangées à des huiles essentielles apaisantes et anti-inflammatoires.

Le mardi matin 22 octobre
pour un rendez-vous individuel en chambre

Sur inscription auprès de l'animation

Comme à la maison

JOUR DE COURSES

PAR L'ANIMATION



**En cas d'indisponibilité des familles,
l'animation fait les courses tous les
mois.**

**Merci d'avertir le personnel soignant
de ce dont vous avez besoin.**

DATES :

AVERTIR LES SOINS JUSQU'AU LUNDI 8H	COURSES
LUNDI 30 SEPTEMBRE	MERCREDI 2 OCTOBRE

Comme à la maison

Mini-shop

Produits cosmétiques et d'hygiène corporelle



L'institution met à disposition une gamme de produits cosmétiques et d'hygiène de dépannage afin de simplifier vos achats.

Vous n'avez pas besoin de monnaie car votre achat est enregistré par l'équipe d'animation et vous est ensuite facturé.

Nous sommes à votre disposition pour toute question et nous vous souhaitons confort et satisfaction lors de l'usage de ces produits.

Vous pourrez vous rendre en salle d'animation

Les lundis après-midi de 14h45 à 15h15

LUNDI 14 OCTOBRE

LUNDI 28 OCTOBRE

Au plaisir de vous servir ! Votre équipe d'animation.

(Au vu de la hausse des prix de la Migros, nous vous annonçons que les prix du mini-shop ont changé.)

Comme à la maison

Confection et dégustation de cake

Puisque le froid et la grisaille sont de retour, il est temps de chercher un peu de réconfort. Nous vous invitons donc à un atelier pâtisserie

Lundi 16 octobre à 10h15 en salle d'animation

Afin de confectionner un cake marbré ainsi qu'un cake tyrolien, que nous dégusterons ensemble l'après-midi !



Nature et environnement

La Polynésie : partie 3

Chères résidentes et chers résidents,

Nous vous proposons de nous rejoindre pour découvrir la 3^{ème} partie du documentaire captivant de Monsieur Zberg. Une escapade visuelle en plein cœur de la Polynésie qui vous fera vibrer par la beauté des paysages.

Nous espérons vous voir nombreux afin d'échanger un moment de partage enrichissant.

Rendez-vous le :

Le mardi 29 octobre à 15h en salle d'animation



Vie sociale et intergénérationnelle

Visite de la Fromagerie de Pringy

Chères résidentes, chers résidents,

L'équipe d'animation a le plaisir de vous inviter pour une sortie à la

Fromagerie de Pringy
le 30 octobre
Rendez-vous à 13h30 à la rotonde

Les places sont limitées à 6 résidents, merci de bien vouloir venir vous inscrire auprès de l'équipe d'animation



Vie sociale et intergénérationnelle

Goûter des anniversaires

Afin de célébrer l'anniversaire des natifs du mois d'octobre, l'après-midi sera accompagné en musique par Monsieur Patrice Bugnon pour vous faire danser et chanter. Les natifs du mois ont la possibilité d'inviter 2 personnes (amis, membres de votre famille ou résidents).



**Le jeudi 31 octobre au rez-de-chaussée du Home
médicalisé de la Sarine de 15h00 à 16h30**

une invitation sera donnée aux personnes concernées

Départ de la Rotonde à 14h15

Expression de soi

Chorale

De jolies mélodies d'hier et d'aujourd'hui résonnent encore dans les murs de la salle d'animation depuis notre première rencontre du mercredi 10 septembre.

Cette activité a amené joie et détente auprès des résidents présents. Pour amener des voix supplémentaires, n'hésitez pas à nous rejoindre lors du prochain moment de chants qui aura lieu le

**Mercredi matin
2 octobre
en salle d'animation**



Expression de soi

Atelier argile

Nous avons le plaisir de vous inviter à notre atelier d'argile. Vous allez pouvoir développer votre créativité, vous détendre à l'aide de vos sens et vous reconnecter à cette matière malléable afin de donner forme à votre imaginaire. Nous vous attendons le

Mardi 15 octobre à 15h00
en salle d'animation



Expression de soi

Peinture sur pots

Nous avons le plaisir de vous inviter à décorer votre pot en terre cuite selon votre imagination et votre envie du moment. Nous vous attendons le

**Vendredi 25 octobre à 15h00
en salle d'animation**



Expression de soi

Décoration de fenêtre

Afin d'habiller nos fenêtres de couleurs et de divers motifs, nous vous invitons à mettre à profit votre créativité et votre âme de Picasso. Ceci au moyen de différentes peintures pour vitres. Vos créations pareront les vitres de la Rose d'Automne. C'est avec plaisir que nous vous attendons le

Lundi 28 octobre à 15h30
en salle d'animation



Texte Café souvenirs

Café souvenirs du 9 septembre 2024 - Home de la Sarine

Nos prochains café-souvenirs se dérouleront les lundi 14 octobre et 28 octobre 2024



Danses et musique, bals et carrousels.

Avec l'accompagnement musical de Noëlle et son accordéon

Textes composés par : Noëlle, Marie-Thérèse, Solange, Jeanine, Marguerite, Thérèse, Aldo et Hélène.

Nous dédions cette rencontre à Emmanuel qui a tiré sa révérence la semaine dernière. Que de bons moments nous avons partagés ! Nous le saluons, où qu'il soit.

Noëlle nous interprète La Valse des neiges.

Noëlle reprend son accordéon et nous joue Zing, zang, zong, un air entre marche et polka.

Noëlle termine notre concert de l'après-midi avec La chanson de Lara puis La valse de l'Empereur de J Strauss dont Marie-Thérèse se souvient qu'elle lui donnait les larmes aux yeux quand elle l'écoutait dans un certain état de fatigue, et enfin Etoile des neiges pour les cœurs amoureux !

Texte Café souvenirs

Café souvenirs du 9 septembre 2024 - Home de la Sarine

Notre poème du jour :

La danse en moi

**Elle est dans ma tête
Elle est au bout de mes doigts
Elle est dans mon cœur
Elle n'est pas passée par moi
Elle ne m'intéresse pas
Elle est dans la vibration de mon corps
Elle est dans une sensation de bien-être et de détente
Elle m'apporte du bonheur ou de l'indifférence
Selon les moments de la vie**



Rubrique saison

Le potiron

C'est une plante à fleurs annuelle à longues tiges très vigoureuses, rampantes, éventuellement grimpantes, qui s'accrochent par des vrilles à tout support. Ces feuilles sont grandes, entières, cordiformes, à nervation palmée, formant cinq lobes arrondis.

Les fruits sont très polymorphes. Ils varient, selon les variétés, par leur forme, par leur taille ou encore par leur couleur à maturité. La chair est épaisse et de couleur jaune orangé.

Les potirons se récoltent à complète maturité et se consomment cuits. Très légers en calories et concentrés en micronutriments, ils peuvent être préparés de très nombreuses manières comme légume ou comme dessert : en soupe, en purée, en gratin, en tarte, en tourte, en confiture....., voire en glace.



Rubrique saison

Halloween

Effrayant pour certains, un retour en enfance pour d'autres, Halloween rend rarement indifférent.

Halloween est une fête folklorique originaire des îles anglo-celtes célébrée dans la soirée du 31 octobre, veille de la fête catholique de la Toussaint.

L'événement principal de la fête est la chasse aux bonbons, aussi appelé passage d'Halloween, durant lequel des enfants déguisés en personnages effrayants vont de porte en porte pour réclamer des friandises. Les enfants crient alors « Des bonbons ou un sort ! »



Rubrique saison

Passage à l'heure d'hiver



Cette année, le passage à l'heure d'hiver se déroulera dans la nuit du samedi 26 au dimanche 27 octobre 2024. Soit, le dernier week-end du mois. Nous devons alors tous reculer nos montres et différentes horloges d'une heure : à 3 heures du matin, il sera alors 2 heures.

Dans les faits, il sera 20h pour l'horloge biologique quand il sera 19h à votre montre, c'est pourquoi il est fréquent les premiers jours de ressentir la faim ou l'envie de dormir plus tôt dans la journée car l'horloge interne va continuer à transmettre les signaux de la faim ou du sommeil à ses horaires habituels.

Les débuts de l'heure d'hiver et d'été remontent à la Première Guerre mondiale. Dès 1916, l'heure d'été a été introduite en Europe pour la première fois. Elle était basée sur l'idée de pouvoir économiser l'énergie en temps de guerre et en cas de pénurie de charbon et de pétrole. Avec les longues heures d'ensoleillement le soir, il fallait moins de charbon pour le chauffage ou de pétrole pour les lampes.



 Après le changement d'heure, se coucher à 23h correspond à retarder son sommeil d'une heure par rapport à l'horloge biologique. L'organisme est déjà prêt !

 Se lever à la même heure qu'habituellement la nuit du changement d'heure équivaut à gagner une heure de sommeil.



Rubrique saison

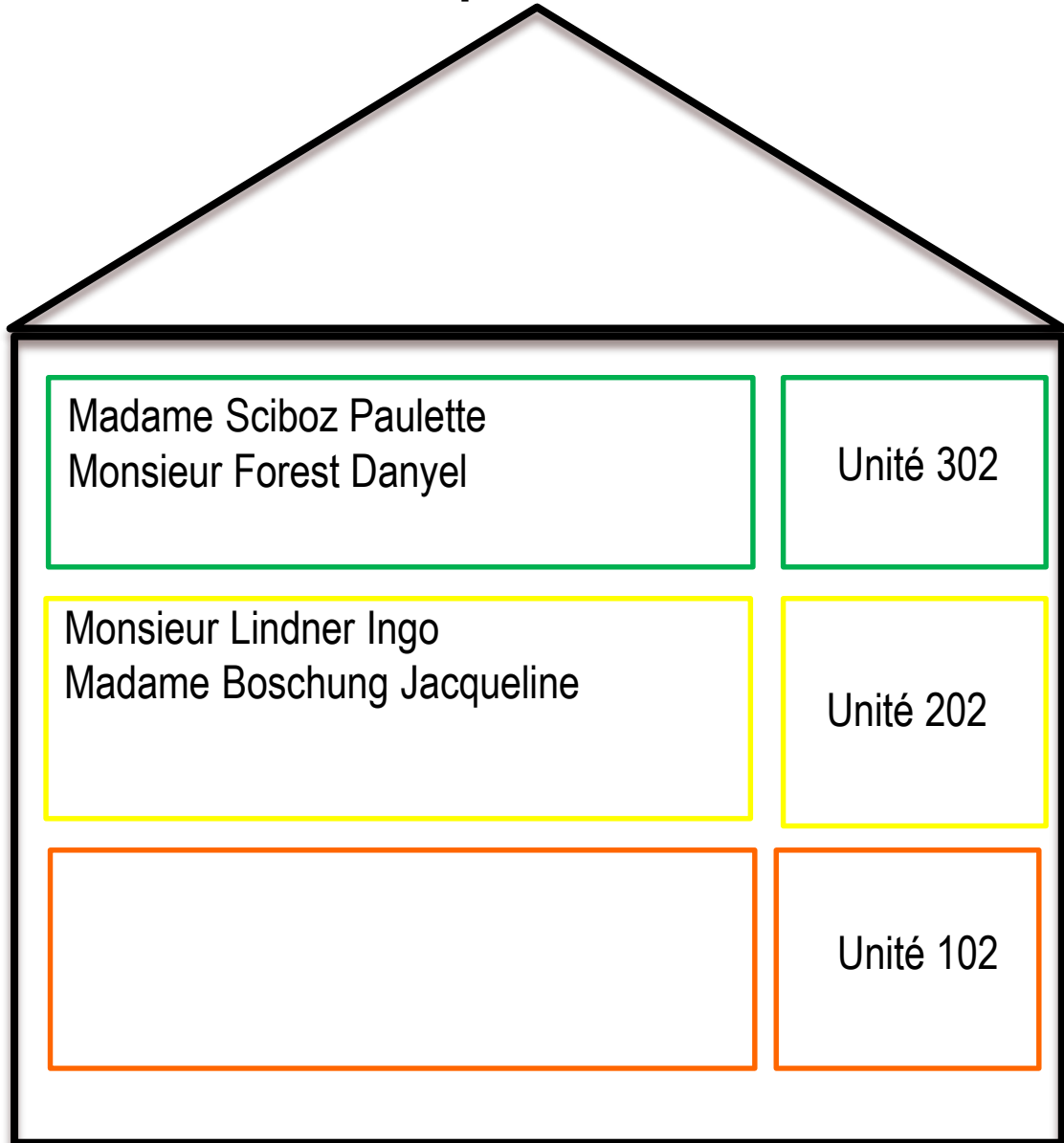
Les écureuils

A l'automne, ces petits rongeurs adorables font leurs provisions pour l'hiver en mettant de côté de bonnes noix, noisettes et autres glands qu'ils enterrent dans des trous ou dans le creux des arbres. Vous avez donc de grandes chances de les voir ces prochains mois à l'affût dans les parcs, forêts ou même dans les arbres de vos jardins à la recherche de nourriture ! Mais, s'ils sont très prévoyants, les écureuils sont très distraits : saviez-vous que, très souvent, ils ne se souviennent plus de l'endroit où ils ont caché leurs vivres ? Tant pis pour eux, cela fera certainement d'autres heureux... !



Vie des résidents

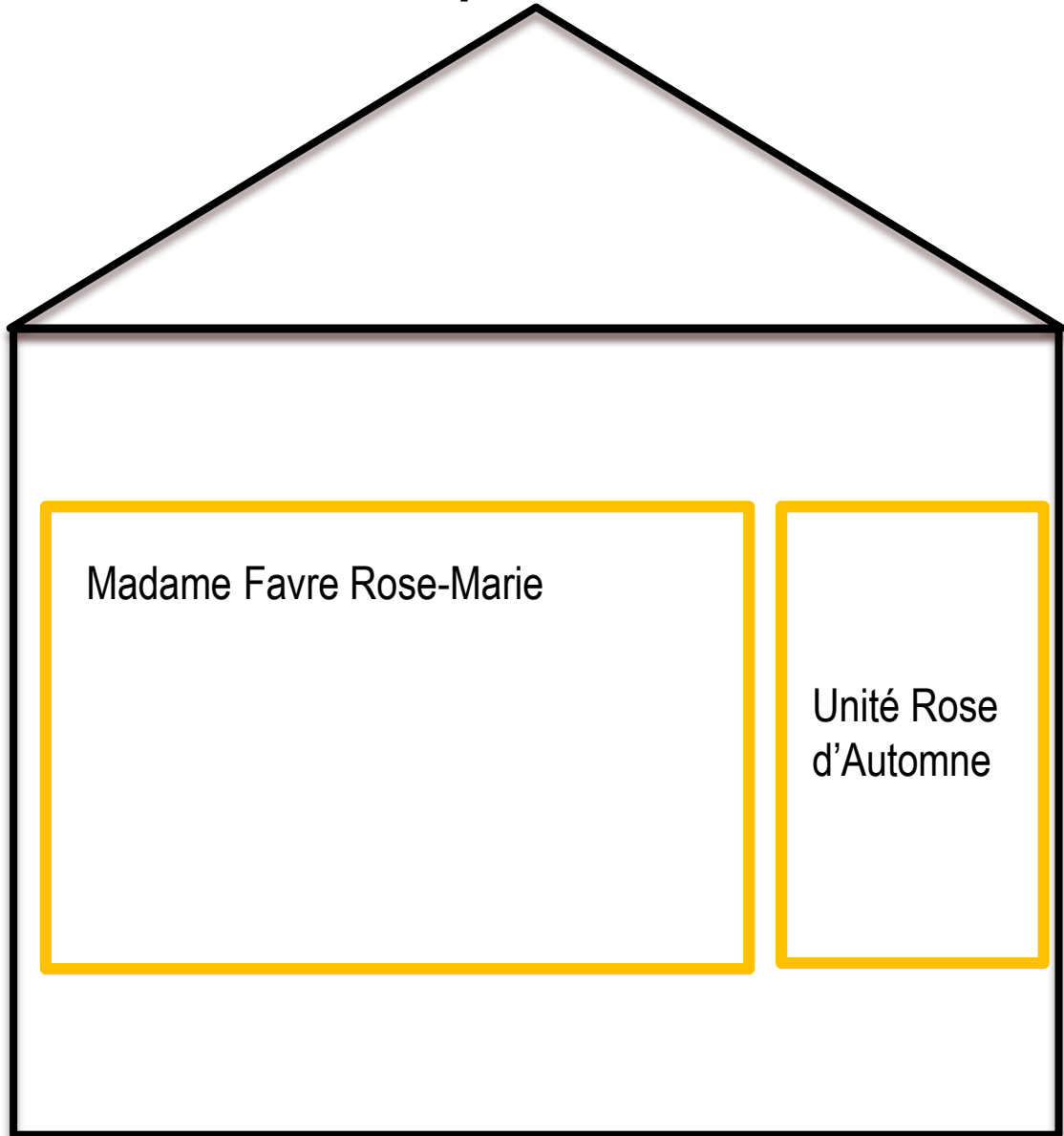
Au sein du Home médicalisé de la Sarine,
nous avons le plaisir d'accueillir:



Nous leur souhaitons la bienvenue !

Vie des résidents

**Au sein du Home médicalisé de la Sarine,
nous avons le plaisir d'accueillir:**



Nous leur souhaitons la bienvenue !

Vie des résidents

Monsieur Buchs Paul de l'Unité 2

Monsieur Vinard Robert de l'Unité 1

Madame Glannaz Liliane de l'Unité Rose d'Automne

Monsieur Waeber Bernard de l'Unité Rose d'Automne



Vie des résidents



En ce mois d'octobre, nous souhaitons un joyeux anniversaire à nos chères résidentes et chers résidents :

Madame Renevey Cornelia le 1 octobre (Unité RDA)

Madame Mauron Agnès le 4 octobre (Unité 1)

Madame Boschung Jacqueline le 11 octobre (Unité 2)

Madame Bapst-Scheurer Ursula le 15 octobre (Unité 2)

Madame Thiebaud Marie-France le 19 octobre (Unité 1)

Madame Bruegger Ruth le 20 octobre (Unité 3)



JOYEUX ANNIVERSAIRE

Monsieur Audergon Gilbert le 23 octobre (Unité 3)

Madame Vasylenko Marharyta le 25 octobre (Unité RDA)

Madame Cuennet Myriam le 27 octobre (Unité 2)

Monsieur Fragnière André le 28 octobre (Unité RDA)

Madame Nguyen-Huynh Thi Dep Marie le 31 octobre (Unité RDA)



Vie spirituelle



Vous toutes et tous qui recevez le Journal « Compagnon » vous habitez le Foyer Rose d'Automne. Ce n'est pas simplement une étiquette pour désigner la maison où vous séjournez maintenant.

Ne pensez-vous pas que chacune et chacun de vous peut être une belle rose d'Automne. Vous me direz qu'en Automne les roses se flétrissent et qu'elles sont moins agréables à regarder. Avec l'âge, nos corps sont souvent abimés par la maladie ou le handicap. Nous pouvons cependant demeurer une belle Rose d'Automne, si nous laissons transparaître la beauté qui habite chaque cœur humain.

Notre Dieu qui s'est manifesté en Jésus est capable de garder nos cœurs dans la beauté. Confions-lui nos peines et nos soucis. Alors le bouquet des Roses d'Automne restera bien fleuri.



Bel Automne ! Votre aumônier : André Duruz

Vie spirituelle

Hommages



Madame Noth Zita RDA
Monsieur Tamani Vincenzo RDA
Madame Greco-Chirizzi RDA
Monsieur Meyer Hugo RDA
Madame Delley Danielle RDA

Monsieur Broillet Emmanuel Unité 3
Madame Fasel Claudine Unité 3

Monsieur Tinguely Francis Unité 2
Madame Gentilcore Mariamichela Unité 2
Madame Cunaj-Berisha Zojë Unité 2



Nous adressons toute notre sympathie à la famille et aux ami(e)s

Jeux

Sudoku

		6				7	1	
3			1		2			
2							4	
	6	5		9				
	9			8			7	
				2		5	8	
	2							3
			5		6			1
	1	3				6		

Jeux

Solutions sudoku

9	8	6	4	5	3	7	1	2
3	5	4	1	7	2	9	6	8
2	7	1	8	6	9	3	4	5
8	6	5	7	9	1	2	3	4
4	9	2	3	8	5	1	7	6
1	3	7	6	2	4	5	8	9
6	2	8	9	1	7	4	5	3
7	4	9	5	3	6	8	2	1
5	1	3	2	4	8	6	9	7

Jeux

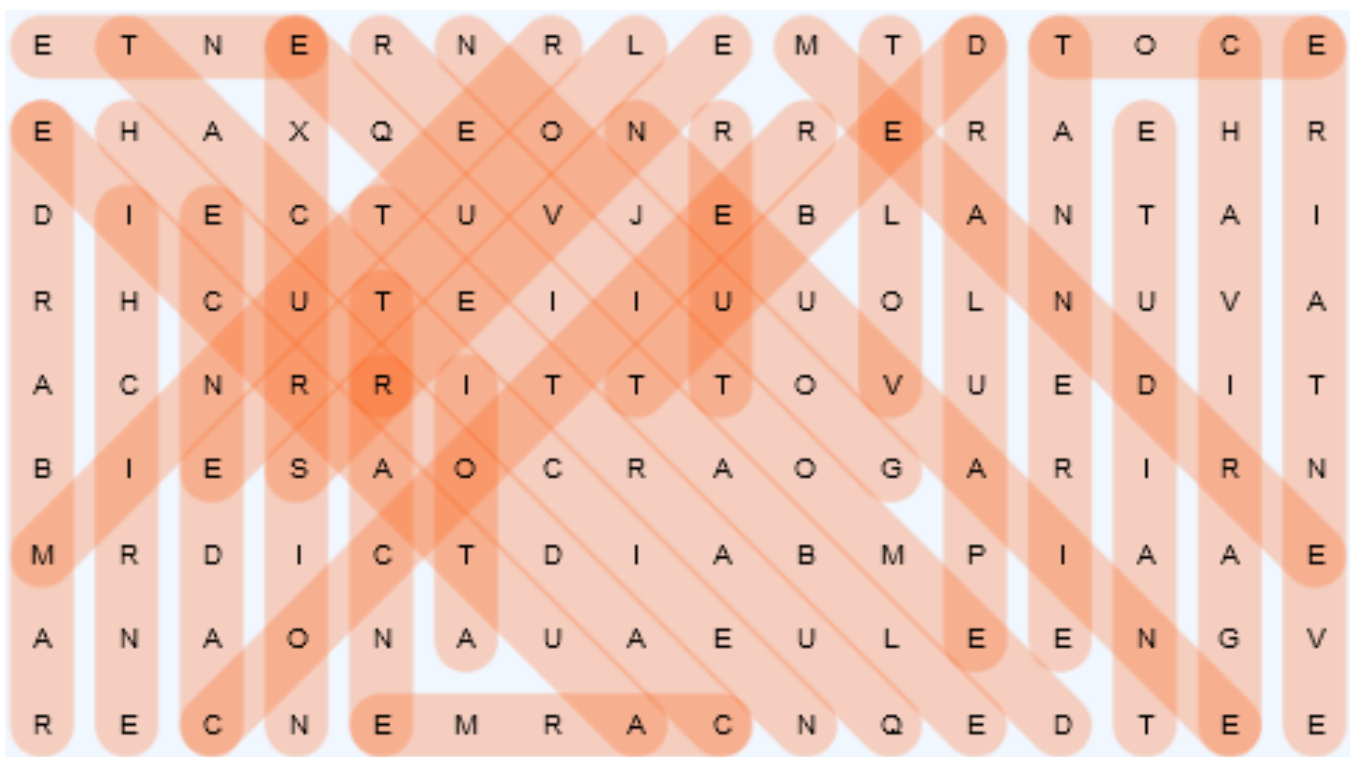
AUTARCIE CADENCE CADOR
CARME CHAVIRAGE COCOTIER
DEBUT DEMOTIVER ECOT
ENCART ENRICHI ENTE
ENVERS EPAULARD
EQUITABLE ETUDIANT
EVENTAIRE EXCURSION
GOUJON HEUR IOTA LOUTRE
MEANDRE MINUTER NEUVAIN
QUARTET RAMBARDE
TACTICIEN TANNERIE TUER
VOLET

Mots mêlés

E	T	N	E	R	N	R	L	E	M	T	D	T	O	C	E
E	H	A	X	Q	E	O	N	R	R	E	R	A	E	H	R
D	I	E	C	T	U	V	J	E	B	L	A	N	T	A	I
R	H	C	U	T	E	I	I	U	U	O	L	N	U	V	A
A	C	N	R	R	I	T	T	T	O	V	U	E	D	I	T
B	I	E	S	A	O	C	R	A	O	G	A	R	I	R	N
M	R	D	I	C	T	D	I	A	B	M	P	I	A	A	E
A	N	A	O	N	A	U	A	E	U	L	E	E	N	G	V
R	E	C	N	E	M	R	A	C	N	Q	E	D	T	E	E



Jeux

Solutions mots mêlés



Jeux

Mots fléchés

THÉRA- PEUTIQUE TELE UNE ESPECE MENACÉE		GREFFA ÉGOUT- TOIR DU RÔTI		PEAU TANNÉE DE REPTILE EN ÈIRE		COURS DE SARA- GOSSE ÈTRE ACTIF		VENDUE FUMÉ, C'EST DU BACON		IL SE TORTILLE AU BOUT D'UNE LIGNE	
										DE LA POUDRE POUR LA FILLE DE L'AIR	
CHANGER DE VITESSE FEMMES LIBRES											
										IL BAVARDE EN SE LIS- SANT LES PLUMES	
LE THORIUM TABLE SUR (SE)			IL APPREND LE COMMAN- DEMENT				IL N'EXCITE PAS SON BUVEUR				
									ARGON ABRÉGÉ INSTITUT DU MONDE ARABE		
VERSION DOUBLEE IL PASSE SUR LES PLUS										CHACUN PEUT Y CRÉER SON SITE	OUVRIR LA BOUCHE SANS DIRE UN MOT
QUI EST CONTENT DE LUI	IDOLÂTRÉS										
			FER DE CHARRUE COUPÉE OU ÉPOUS- TOUFLÉE		QUI RESTE EN IMAGE JACAS- SEUSE		TOUTES DEFRAÏ- CHIES PENSE- BÊTE			IL DIRIGE UNE POINTE À TRACER NÉGATION	
QUI FAIT BEAUCOUP RIRE INGURGITÉ											
			IL A SES BONNES RECETTES DANS LE VAUCLUSE								
OPALINE YPRES CHEZ LES FLAMANDS											
						IL EST SYNONYME DE VACANCES					
ÉPREUVES D'OBS- TACLES											

Jeux

Solution mots fléchés

THÉRAPEUTIQUE TELLE UNE ESPÈCE MENACÉE	C	GREFFA ÉGOUTTOIR DU RÔTI	E	PEAU TANNÉE DE REPTILE EN ÉIRE	C	COURS DE SARAGOSSE ÊTRE ACTIF	E	VENDEUR FUMÉ, C'EST DU BACON	C	IL SE TORTILLE AU BOUT D'UNE LIGNE	V
V	U	L	N	E	R	A	B	L	E	DE LA POUDRE POUR LA FILLE DE L'AIR	E
CHANGER DE VITESSE FEMMES LIBRES	R	E	T	R	O	G	R	A	D	E	R
V	A	C	A	N	C	I	E	R	E	S	IL BAVARDE EN SE LISANT LES PLUMES
LE THORIUM TABLE SUR (SE)	T	H	IL APPREND LE COMMANDEMENT	E	O	R	IL N'EXCITE PAS SON BUVEUR	D	E	C	A
F	I	E						ARGON ABRÉGÉ INSTITUT DU MONDE ARABE	A	R	
VERSION DOUBLÉE IL PASSE SUR LES PLIS	V	F						I	M	A	
F	E	R						CHACUN PEUT Y CRÉER SON SITE	P	OUVRIR LA BOUCHE SANS DIRE UN MOT	
QUI EST CONTENT DE LUI	IDOLÂTRÉS	I						W	E	B	
F	A	T	FER DE CHARRUE COUPÉE OU ÉPOUS-TOUFLÉE	C	QUI RESTE EN IMAGE JACAS-SEUSE	V	TOUTES DÉFRANCHIES PENSE-BÊTE	F	IL DIRIGE UNE POINTE À TRACER NÉGATION	T	E
QUI FAIT BEAUCOUP RIRE INGURGITÉ	D	E	S	O	P	I	L	A	N	T	E
B	U	IL A SES BONNES RECETTES DANS LE VAUCLOSE	C	U	I	S	I	N	I	E	R
OPALINE YPRES CHEZ LES FLAMANDS	L	A	I	T	E	U	S	E			
I	E	P	E	R	IL EST SYNONYME DE VACANCES	E	T	E			
ÉPREUVES D'OBS-TACLES	S	T	E	E	P	L	E	S			

Jeux

Jeux des 8 différences



Jeux

Solution des 8 différences



Jeux

Coloriage



Rétrospective

Concert d'harmonica: Fabien Paulus

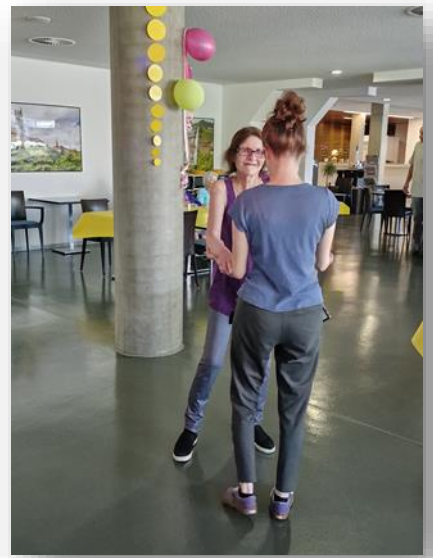


Rétrospective



Rétrospective

Goûter des anniversaires d'août



Rétrospective

Bénichon



Rétrospective

Bénichon



**Nous vous souhaitons
un joyeux mois d'octobre !**

