

🍂 La Gazette d'Auxiliadom Hauts-de-France — Octobre 2026

Bienvenue dans votre gazette du mois ! Au programme : douceur automnale, couleurs chaudes et bonne humeur pour entrer ensemble dans la belle saison. 🧡



Le Mot de l'Équipe

> « Prendre soin, c'est aussi accompagner les saisons de la vie. »

Ensemble pour l'automne 🍂

Octobre marque une nouvelle saison, pleine de projets et d'énergie retrouvée. Nous sommes à vos côtés pour vous accompagner avec chaleur et bienveillance.

Un bel octobre à vous tous 🧡

Toute l'équipe Auxiliadom Hauts-de-France vous souhaite un mois doux et coloré. Prenez soin de vous. 🍁

Présentation d'Auxiliadom

Chez **Auxiliadom**, notre mission va bien au-delà de l'aide aux gestes du quotidien : nous tissons du lien social et humain. Nous nous engageons à garantir une autonomie durable et sereine aux personnes âgées et en situation de handicap, en leur permettant de rester chez elles dans les meilleures conditions.

Nos Services Personnalisés



Aide à la toilette



Aide aux repas



Entretien du logement



Accompagnement extérieur



Présence et compagnie



Vie sociale

🎀 Octobre Rose : Ce mois-ci, nous avons décidé de vous gâter ! 💗

À l'occasion d'Octobre Rose, Auxiliadom se mobilise pour soutenir la sensibilisation au cancer du sein et rappeler l'importance du dépistage et de la prévention. 🌸

Et parce que ce mois est aussi placé sous le signe du partage et de la solidarité, nous avons décidé de vous gâter ! 🎁💕

De jolies attentions, une touche de rose et surtout beaucoup de bienveillance 🩷





> 🎀 **Ensemble, mobilisons-nous pour Octobre Rose !**

🏅 Auxiliadom à Caen Ça Bouge

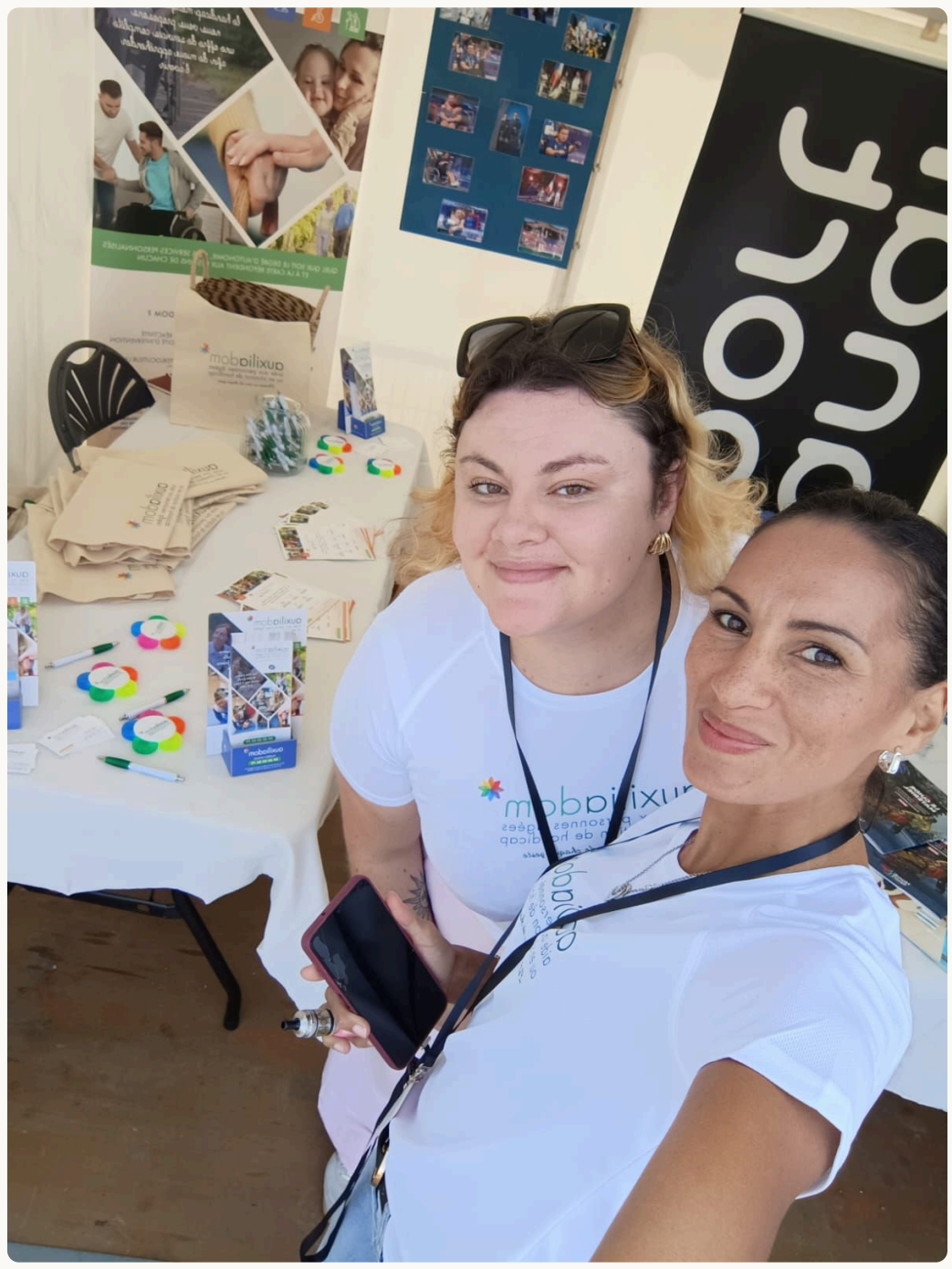
Auxiliadom a eu le plaisir de s'inscrire dans la dynamique de Caen Ça Bouge, un événement placé sous le signe de l'inclusion, du sport et du partage. 💪

- 📅 Du 1er au 4 octobre 2026
- 🌐 Pour en savoir plus sur l'événement : **https://caencabouge.fr/**
- 📹 **Revivez l'événement en vidéo**

Organisé en partenariat avec la Fédération Française Handisport – Comité du Calvados, cet événement a notamment été marqué par la présence exceptionnelle d'**Aurélie Aubert**, notre ambassadrice et championne paralympique de Boccia, accompagnée de son entraîneuse Claudine LLOP. Leur présence a permis de mettre en lumière les valeurs du sport, de l'inclusion et du dépassement de soi. 🏆







🏅 Agenda Handisport — Hauts-de-France Novembre 2026

Voici les événements handisport et sport adapté confirmés dans les Hauts-de-France en novembre 2026.



4 novembre

🏓 Journée régionale de Boccia BC3 (journée qualificative) — Oignies (Pas-de-Calais), salle Lemaire. Horaires : 10 h – 15 h 30. Compétition régionale qualificative destinée aux sportifs de la catégorie BC3.



7 novembre

🎯 Championnat régional de para-pétanque adaptée — Arques (Pas-de-Calais). Horaires : 9 h 30 – 16 h 30. Compétition qualificative ouverte aux sportifs titulaires d'une licence compétitive de sport adapté.



20 novembre

🎳 Boccia by Night — Complexe Clairefontaine, Duisans (Pas-de-Calais). À partir de 18 h 30. Découverte de la boccia dans une ambiance festive, avec possibilité de jouer en famille ou entre amis. ✍️ Inscription en ligne obligatoire.



21 novembre

🌸 Journée Handi'Rection des Filles — La Ferme des Ailleurs, Arleux (Nord). Journée dédiée aux femmes en situation de handicap, autour du sport, du bien-être et du partage. Contact : d.bonnet@handisport-hautsdefrance.org.

📅 Calendriers officiels à consulter pour les mises à jour : Comité Régional Handisport Hauts-de-France · Fédération Française du Sport Adapté

🏛️ Petite visite à la mairie de Somain ! — 25 octobre

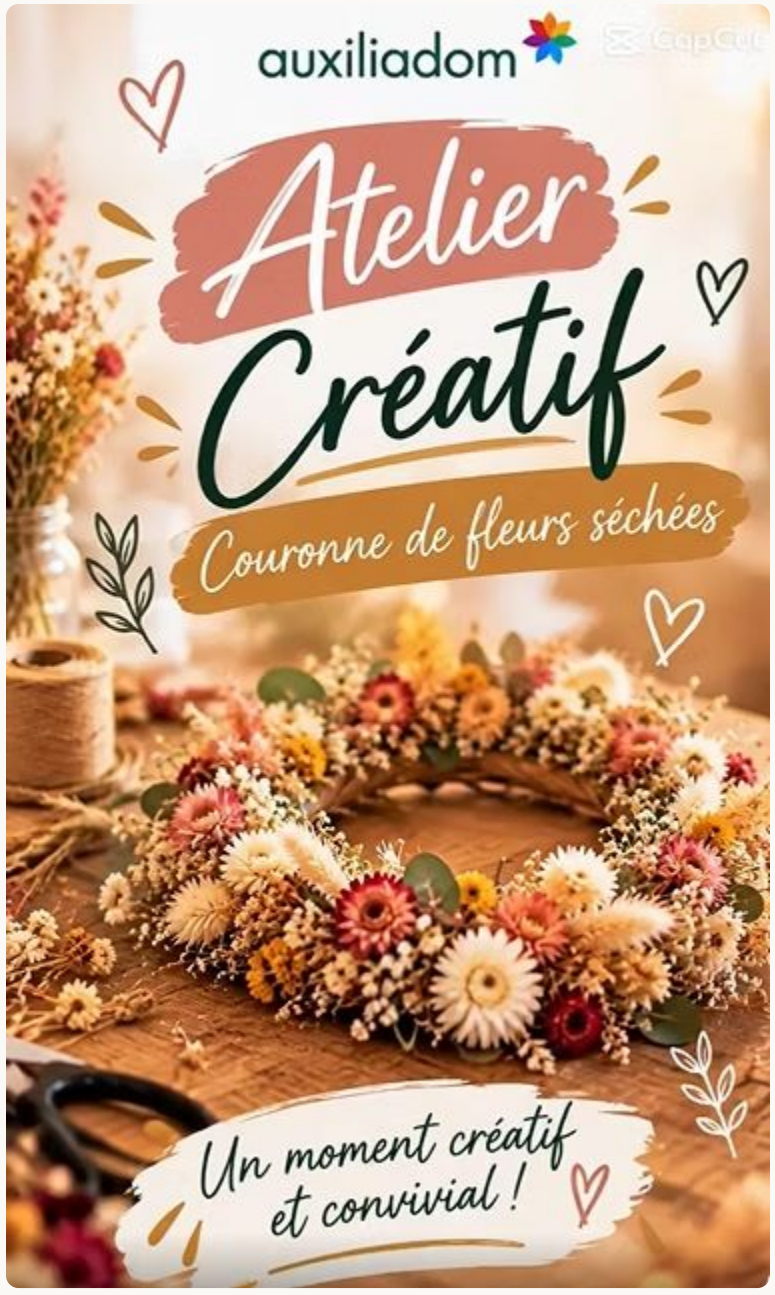
Romane et Geoffrey avaient rendez-vous avec Monsieur le Maire de Somain pour échanger et s'inscrire dans la dynamique de la vie locale. 😊

📸 Pour la photo, on vous explique… Avec la tempête qu'il y avait, les cheveux au vent et les coiffures en freestyle, on a préféré faire appel à l'IA ! 😂💨

On vous rassure, le rendez-vous, lui, était bien réel ! 😉



🌸 Un moment créatif, convivial et plein de douceur chez Auxiliadom ! 🌸



Nous avons eu le plaisir d'accueillir des personnes accompagnées pour un atelier de création de couronnes en fleurs séchées. 💐

Un joli moment pour sortir du quotidien, laisser parler sa créativité, échanger, rire et partager autour d'une activité manuelle.

Chacune a pu créer sa propre couronne et repartir avec une création unique, réalisée avec ses petites mains. 🥰

Parce que l'accompagnement, c'est aussi créer des occasions de se retrouver, de découvrir, de partager et tout simplement de passer un bon moment ensemble. ❤️

Merci à nos participantes et à leurs auxiliaires de vie pour ce bel après-midi !

🌿 Auxiliadom – L'humain au cœur de chaque geste.

▶️ **Voir la vidéo sur Facebook**







🎬📍 Ouverture prochaine des nouveaux locaux de notre agence Auxiliadom à Valenciennes

Vous êtes prêts à découvrir où notre belle aventure va bientôt continuer ? 👀❤️

On vous laisse découvrir ça en vidéo… et on a hâte de vous accueillir très bientôt dans notre nouveau chez-nous ! 🏡✨

Merci à tous pour votre participation, vos commentaires et votre enthousiasme, ça nous fait vraiment plaisir ! 🥰❤️

PS : Petit mot pour les autres gagnants qui se sont manifestés depuis 🍀🎉 Nous avions tourné cette vidéo avant de voir vos commentaires, alors ne vous inquiétez pas, nous ne vous avons pas oubliés ! ❤️😉

Restez connectés, la suite arrive très bientôt !

▶️ **Voir la vidéo sur Facebook**

🎯 Animation Boccia & Salon Seniorêva — Octobre

🎯 Animation Boccia — 9 octobre

Animation Boccia à la résidence Les Promenades de la Madeleine, le 9 octobre. 😊

Une classe de l'école Victor Hugo nous a rejoints pour un moment de partage entre générations ! 🤝



🏛️ Salon des seniors Seniorêva — du 8 au 10 octobre

Salon des seniors Seniorêva du 8 au 10 octobre au Grand Palais de Lille. Une belle occasion de rencontrer de nombreux partenaires engagés pour le bien-être des seniors. 😊



🤝 Job Dating avec le Département du Nord — 8 octobre

Job dating organisé avec le Département du Nord au sein du centre commercial Lillenium, le 8 octobre. Une belle occasion d'échanger avec les candidats autour de l'emploi. 😊





🤝 Un beau moment de partage à l'AFEJI d'Aniche ! 😊

Récemment, Geoffrey a eu le plaisir de participer au Conseil de la Vie Sociale (CVS) de notre partenaire, l'AFEJI d'Aniche, qui nous a chaleureusement conviés à ce temps d'échange.

Un moment convivial, riche en discussions et en partage, qui témoigne de l'importance des liens que nous tissons avec nos partenaires au quotidien. 💙

🙏 Un grand merci à toute l'équipe de l'AFEJI pour son invitation, son accueil et ce beau moment de rencontre !

Ensemble, continuons à faire vivre ces partenariats qui nous tiennent à cœur ! 🫶

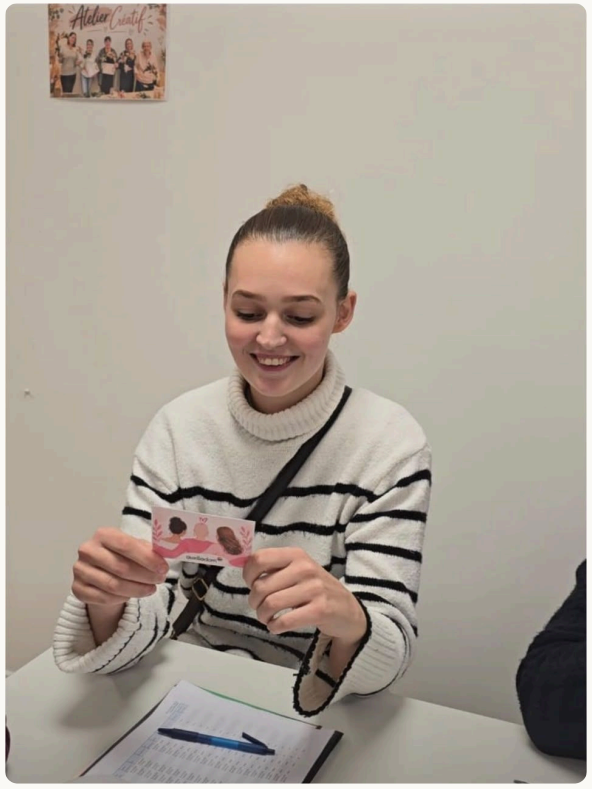


🎀 Octobre Rose : des petits mots de soutien 💗

Jessie et Tiphaine ont créé de petites cartes et ont demandé à nos auxiliaires de vie de laisser un mot de soutien pour les femmes atteintes d'un cancer du sein. 💌

Ces petits mots seront déposés au service de cancérologie de l'hôpital d'Arras. 🩷





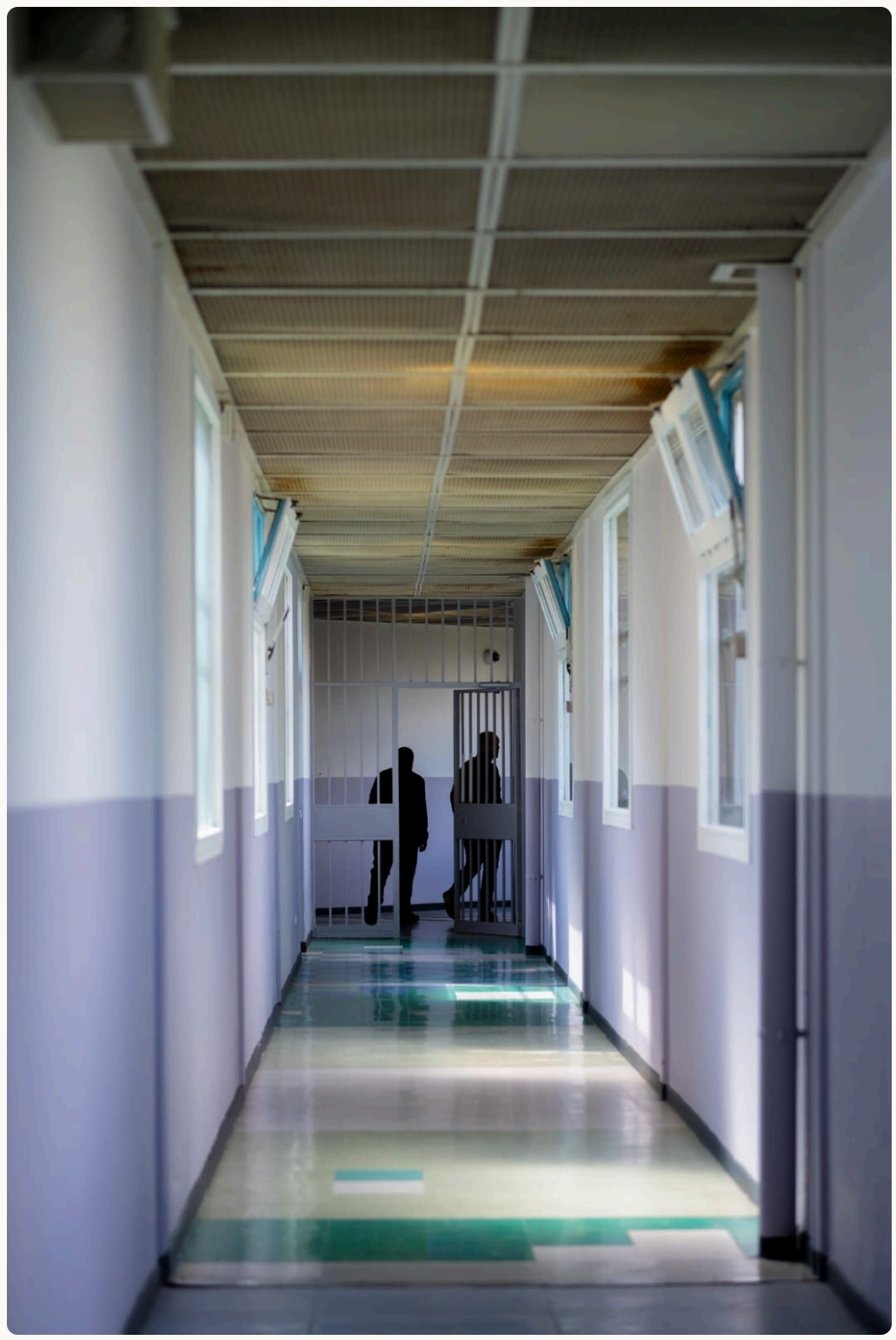
🤝 Visite du centre pénitentiaire de Bapaume

Visite du centre pénitentiaire de Bapaume par deux de nos auxiliaires de vie, afin de répondre aux besoins des populations incarcérées.

La direction de l'établissement a lancé un appel auprès des services d'aide à domicile pour intervenir auprès de son public.

Auxiliadom a répondu présent et accepté cette mission.





🌟❤️ NOUS METTONS LOUISE À L'HONNEUR ! ❤️🌟

Depuis plus d'un an, Louise est une auxiliaire de vie investie à nos côtés, et nous tenions à la remercier pour son engagement, sa confiance et sa fidélité ! 🥰👏

Mais Louise, c'est aussi une belle ambassadrice de notre structure ! Grâce à ses recommandations, plusieurs auxiliaires de vie et bénéficiaires nous ont rejoints. Et ça, ça mérite d'être souligné ! 🫶

🎁 Chez nous, le bouche-à-oreille est récompensé !

Vous aussi, vous pouvez participer à notre développement et recevoir un chèque-cadeau en nous recommandant :

- 🎀 80 € en chèque-cadeau pour toute auxiliaire de vie recommandée, après validation de sa période d'essai.
- 🎀 À partir de 50 € en chèque-cadeau pour tout bénéficiaire recommandé.

📣 Alors, n'hésitez pas à parler de nous autour de vous, à distribuer nos flyers, à partager nos publications et à faire connaître nos services !

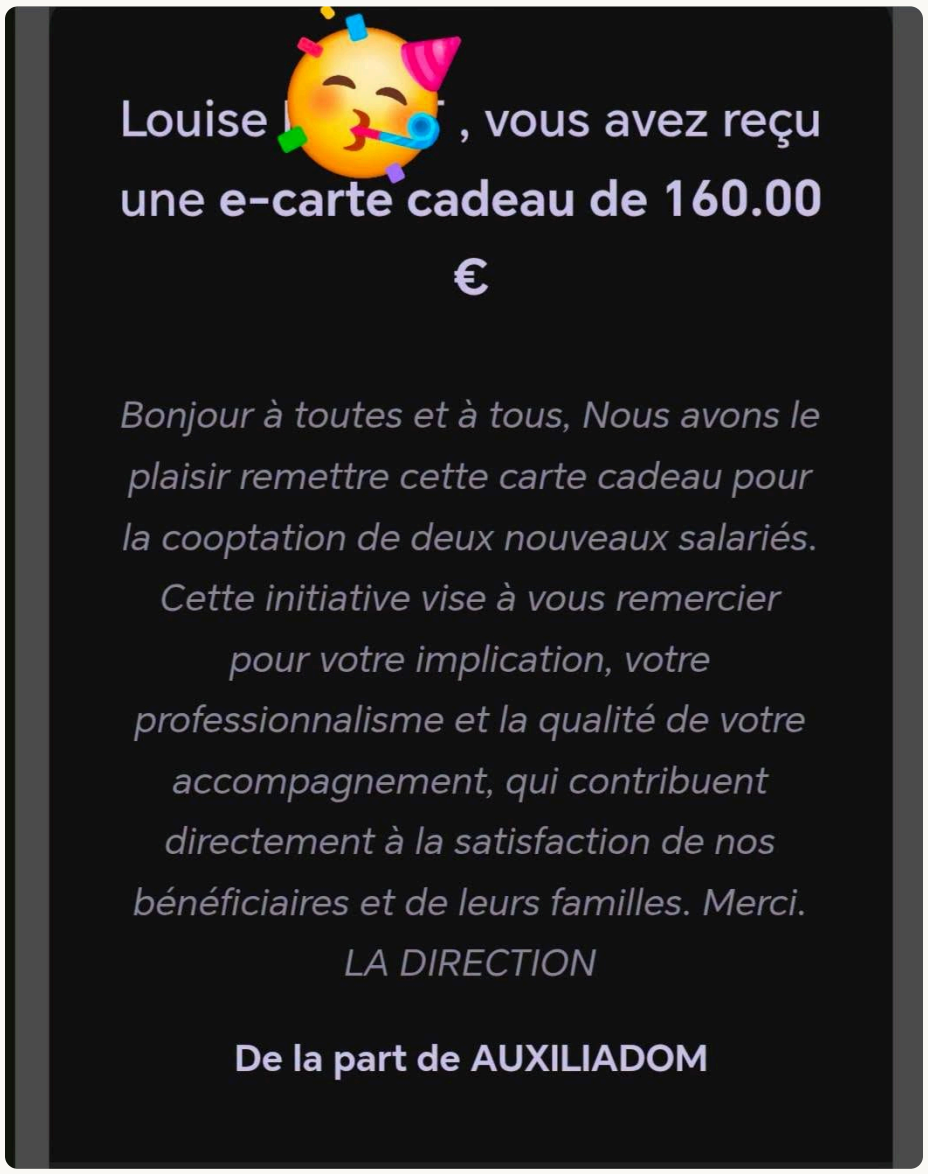
Chaque recommandation compte et nous aide à poursuivre notre mission : accompagner toujours plus de personnes avec bienveillance et professionnalisme. ❤️

👏 Un grand MERCI à Louise et à toutes celles et ceux qui contribuent à faire grandir notre belle aventure !

Et si, vous aussi, vous deveniez notre prochain ambassadeur ? 😉🎁

❤️ Ensemble, faisons grandir nos belles valeurs





📢 Nous recrutons : auxiliaire de vie

Nous recherchons une personne sympa, sérieuse et bienveillante pour accompagner une dame dans son quotidien 😊

🧡 Les missions :

- 🧼 Aide à la toilette
- 🍽️ Préparation et aide aux repas
- 🏡 Entretien du logement et tâches ménagères
- 🚶‍♀️ Accompagnement lors des sorties extérieures

🗓️ Les horaires :

- Lundi : 10h – 13h15
- Mardi : 10h – 12h45 et 18h30 – 20h15
- Jeudi : 10h – 13h15
- Un samedi sur deux : 10h – 12h45 et 18h – 20h15

📌 Le contrat :

- CDI évolutif
- Moyenne de 13h30 par semaine
- 11h les semaines sans samedi et 16h les semaines avec samedi

💛 Nous recherchons avant tout une personne de confiance, douce, à l'écoute et motivée, qui aime le contact humain et souhaite contribuer au bien-être d'une personne au quotidien.

🚀 Prise de poste rapide !

📩 Intéressé(e) ? Envoyez votre candidature à : coordinationvalenciennes@auxiliadom.com

N'hésitez pas à nous contacter pour plus d'informations !

🌟 BIENVENUE À NOS NOUVELLES RECRUES ! 🌟

Le mois de septembre a été riche en nouvelles arrivées au sein de notre équipe ! 💙

Nous sommes ravis d'accueillir Léa, Mélanie, David, Virginie, Célia, Catherine, Émilie et Mélissa. 👋😊

Toute l'équipe leur souhaite la bienvenue dans cette belle aventure et beaucoup de réussite dans leurs nouvelles missions auprès des personnes que nous accompagnons. 🤝💙

✨ Bienvenue à toutes et à tous ! ✨



🤝 Job Dating « Chemin vers l'emploi »

Nous avons participé au Job Dating « Chemin vers l'emploi » 🤝

Une belle matinée riche en rencontres et en échanges autour de l'emploi et des opportunités professionnelles.

Merci aux organisateurs pour cette initiative et à toutes les personnes rencontrées ! 😊



🌿 Sensibilisation aux TSA

Un grand merci à Re'pause et Vous Valenciennes et à Janick pour cette sensibilisation aux TSA (Troubles du Spectre de l'Autisme) riche en échanges ! 💙

Une belle rencontre qui a permis à nos auxiliaires de vie de repartir avec de nouvelles idées pour accompagner au mieux les personnes en situation de handicap. 🤝

Et pas d'inquiétude pour ceux qui ont manqué cette session : d'autres dates sont à venir !



🥣 Recette du Mois : Velouté de Topinambour, Panais & Noisettes

Un velouté d'automne simple et réconfortant, à base de légumes oubliés riches en fibres. Son goût doux, légèrement sucré, se marie à merveille avec les noisettes. Sans crème, mais tout aussi onctueux !

⏱️ **Préparation :** 15 min · **Cuisson :** 25 min · **Parts :** 4

🛒 Ingrédients (4 parts)

- 500 g de topinambours
- 2 panais
- 1 oignon
- 1 gousse d'ail
- 1 L de bouillon de légumes
- 1 c. à soupe d'huile d'olive
- 30 g de noisettes concassées
- Sel, poivre
- Une pointe de muscade

👩‍🍳 Préparation

1. Éplucher les topinambours et les panais, puis les couper en morceaux
2. Faire revenir l'oignon émincé et l'ail dans l'huile d'olive
3. Ajouter les légumes et faire suer quelques minutes
4. Verser le bouillon et laisser mijoter 25 min
5. Mixer jusqu'à obtenir un velouté lisse, assaisonner avec sel, poivre et muscade
6. Servir chaud, avec des noisettes torréfiées et un filet d'huile d'olive

🍂 Astuce

Les topinambours sont riches en inuline, une fibre bénéfique pour la flore intestinale. Si vous n'y êtes pas habitué, commencez par une petite portion.

🥄 Autres soupes originales et bonnes pour la santé à découvrir

- Soupe de chou rave et pomme au curcuma
- Velouté de crosnes au gingembre
- Soupe de rutabaga, carotte et lait de coco



⭐ Les Signes du Zodiaque de Novembre

♏ Scorpion — 23 octobre au 21 novembre

Signe d'eau, **intense, intuitif, déterminé et profondément loyal** — Le Scorpion va toujours au fond des choses et transforme chaque défi en véritable force.

✨ **Novembre 2026 :** Votre intuition est particulièrement vive ce mois-ci : faites-lui confiance pour prendre des décisions importantes. Votre détermination vous permet de mener à bien un projet qui vous tient à cœur. Côté cœur, la loyauté de vos proches vous apporte un grand réconfort. 🌙

♐ Sagittaire — 22 novembre au 21 décembre

Signe de feu, **optimiste, curieux, passionné d'aventure et franc** — Le Sagittaire voit toujours le verre à moitié plein et aime explorer de nouveaux horizons.

✨ **Novembre 2026 :** Un mois plein de belles surprises ! Votre curiosité vous conduit vers des rencontres enrichissantes et des idées stimulantes. Osez proposer une petite escapade ou un projet nouveau : votre enthousiasme sera contagieux. Votre franchise, appréciée de tous, renforce vos liens. 🏹



🎬 Le Jeu du Mois : Le Quiz Cinéma de Novembre

Retrouvez le film à partir d'indices, **seul ou en groupe**, confortablement installé à la maison ! Six questions pour tester votre culture cinéma, du rire à l'émotion.

🎬 Question 1

Quel film de 2008, avec Kad Merad et Dany Boon, se déroule dans le Nord de la France ?

📽️ Question 2

Quel film de 1966, avec Bourvil et Louis de Funès, se passe dans le Paris occupé ?

🎞️ Question 3

Quel film musical de 1964, avec Catherine Deneuve, est entièrement chanté et tourné en Normandie ?

🍿 Question 4

Quel film de 2001 suit une jeune serveuse de Montmartre jouée par Audrey Tautou ?

🎭 Question 5

Quel film de 2011 raconte l'amitié entre Omar Sy et François Cluzet ?

🌊 Question 6

Quel film de 1988 de Luc Besson parle de plongée en apnée ?

🎬 Réponses

1. **Bienvenue chez les Ch'tis** (2008)
2. **La Grande Vadrouille** (1966)
3. **Les Parapluies de Cherbourg** (1964)
4. **Le Fabuleux Destin d'Amélie Poulain** (2001)
5. **Intouchables** (2011)
6. **Le Grand Bleu** (1988)

💬 Le Saviez-Vous ?

La Pensée du Mois d'Octobre

> 🍂 *« Les sanglots longs des violons de l'automne blessent mon cœur d'une langueur monotone. » — Paul Verlaine*

Et vous, quelle est votre chanson d'automne préférée ?

🍁 Pourquoi les feuilles changent-elles de couleur ?

Quand les jours raccourcissent, la chlorophylle (le pigment vert) disparaît et laisse apparaître les jaunes et orangés ; les rouges sont fabriqués par l'arbre à l'automne.

⏰ Dimanche 25 octobre 2026 : on gagne une heure !

Passage à l'heure d'hiver : à 3 h il sera 2 h, on dort une heure de plus ! Pensez à reculer les horloges.

⛪ La cathédrale Notre-Dame d'Amiens

Plus vaste cathédrale gothique de France, classée au patrimoine mondial de l'UNESCO, elle est un joyau des Hauts-de-France — une belle sortie d'automne, à faire accompagné(e).

📚 Livres, Séries & Films du Mois — Octobre 2026



📖 LIVRE DU MOIS

"La Gloire de mon père" de Marcel Pagnol

Les souvenirs d'enfance de Marcel Pagnol en Provence, racontés avec humour, tendresse et nostalgie. Une lecture douce et accessible, pleine de joie de vivre, qui ravive les souvenirs et réchauffe le cœur. Idéal pour les longues soirées d'automne.



📺 SÉRIE DU MOIS

"Un Village Français" (France 3)

Une série historique captivante sur la vie d'un village sous l'Occupation. Chaque épisode est riche en émotions et en humanité. Disponible en replay sur France.tv et en DVD.



🎬 FILM DU MOIS

"Coco" (2017) — Disney/Pixar

Un film magnifique sur la mémoire, la famille et le passage du temps, à l'occasion de la Fête des Morts (Día de los Muertos). Émouvant, coloré et universel, il touche toutes les générations. Disponible sur Disney+ et en DVD.

Ces belles découvertes culturelles sont parfaites pour les soirées d'automne ! N'hésitez pas à les partager avec vos proches ou auxiliaires — les histoires rapprochent les cœurs. 🍂

🧘 Le Coin Bien-Être : 5 Gestes Simples pour Bien Vivre l'Automne à la Maison

L'automne est une saison propice au cocooning et à la douceur. Voici quelques conseils chaleureux pour prendre soin de vous et faire de votre intérieur un véritable havre de paix.

Gymnastique Douce Assise

Adaptez l'activité physique à vos capacités. Quelques étirements doux ou mouvements assis stimulent la circulation et maintiennent la souplesse. Votre corps vous remerciera !

Bien S'hydrater

Même si la soif se fait moins sentir, l'hydratation reste essentielle. Buvez régulièrement de l'eau, des tisanes chaudes ou des bouillons. Cela aide à maintenir votre énergie.

Profiter de la Lumière Naturelle

La lumière du jour aide à réguler votre horloge biologique et améliore votre humeur.

Garder le Lien Social

L'automne est parfait pour se connecter. Un coup de fil à un proche, une petite visite entre amis ou un moment partagé réchauffe le cœur et éloigne la solitude.

Routine de Sommeil Apaisante

Préparez votre corps et votre esprit au repos. Avant de dormir, évitez les écrans, privilégiez une lumière tamisée et un bon livre. La qualité de votre sommeil est primordiale.





🧡 À Bientôt de Toute l'Équipe Auxiliadom !

L'automne s'installe doucement… Nous vous souhaitons de profiter pleinement de ces **jours colorés** : une promenade dans les feuilles dorées, un moment en famille, une tasse de thé bien chaud au coin du feu 🍂

Et pour le mois prochain, rendez-vous en **novembre** pour découvrir notre prochaine gazette, pleine de chaleur et de bonnes idées pour traverser l'automne ensemble ! 🌿

En attendant, toute l'équipe Auxiliadom reste à vos côtés. N'hésitez jamais à nous appeler — nous sommes là pour vous, avec le sourire ! 🌸

⭐ Votre Avis Compte Pour Nous !

Un mot de votre part, c'est un monde pour nous. 💛

Chaque avis que vous partagez est précieux. Il aide d'autres familles à trouver un accompagnement de confiance pour leurs proches, et nourrit l'engagement et le sourire de toute notre équipe au quotidien.

📝 **Partagez votre expérience** — Quelques mots suffisent : comment vous sentez-vous accompagné(e) ? Qu'est-ce qui fait la différence pour vous au quotidien ?

🌟 **Aidez d'autres familles** — Votre témoignage guide des proches qui cherchent, comme vous, un accompagnement humain et de qualité.

👉 **Laisser un avis sur Google**

Merci du fond du cœur — toute l'équipe Auxiliadom 🙏

Partenaires

