

01

OCTOBRE

2026

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Hygge, ou la méthode danoise de bonheur B1 - B2 	• Et si on arrêtait la viande ? (B1) • Musique - La fréquence bien-être (B2) • La fête de la musique (A2)	→ - Journée mondiale du végétarisme - Journée internationale de la musique - Journée mondiale du chocolat et du café - Journée internationale des personnes âgées ↗	1	2 Journée internationale de la non-violence Les cours d'empathie, clé du bonheur ? (B1-B2)	3 → Le pouvoir du rire (B1) Et si on arrêtait la viande ? (B1) - Journée mondiale du sourire - Journée mondiale des animaux	4
5 Quels souvenirs gardez-vous de vos professeurs ? (B1) - Journée mondiale des enseignants - Fête des grands-pères	6 Les professeurs vont-ils être remplacés par l'IA ? (B2)	7 La santé dans une tasse de café ? (B2+) 	8	9	10 Journée mondiale de la santé mentale Quel est le secret du bonheur ? (B2/C1) - Thème : Psychologie	11
12	13	14	15	16 Journée mondiale du pain 	17	18
19	20 Fête des marraines et des parrains	21	22	23	24 Journée de l'ONU	25 Journée mondiale des pâtes 
26 "Le passage à l'heure d'hiver" (B2) Passage à l'heure d'hiver	27 Journée européenne de la dépression La dépression - bien plus qu'un simple coup de blues (B2-C1)	28 Journée internationale de la langue et de la culture créole La Journée du créole (B2)	29	30 Halloween Halloween : entre histoire, traditions et controverses (B2) Pourquoi avons-nous besoin d'Halloween ? B1-B2 	31 Halloween Parler de la mort (C1) La mort sans tabou (C2)	