

Amaelles vous accompagne!



AIDE ET SOINS À LA PERSONNE



MÉNAGE & REPASSAGE

Pour consacrer son temps libre à ses proches plutôt qu'aux tâches ménagères.



AIDE ET SOINS À LA PERSONNE

Prendre soin de soi et de sa santé.



RÉSIDENCES POUR SENIORS

Pour des logements adaptés et une convivialité unique.



LIVRAISON DE REPAS

Pour des repas équilibrés livrés directement chez soi.



AIDE AUX AIDANTS

Pour s'accorder un moment de répit.



TÉLÉASSISTANCE

Pour vivre à domicile avec sérénité et en toute sécurité.



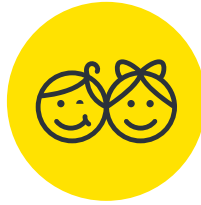
BÉNÉVOLAT

Parce qu'aider les autres fait partie de notre ADN.



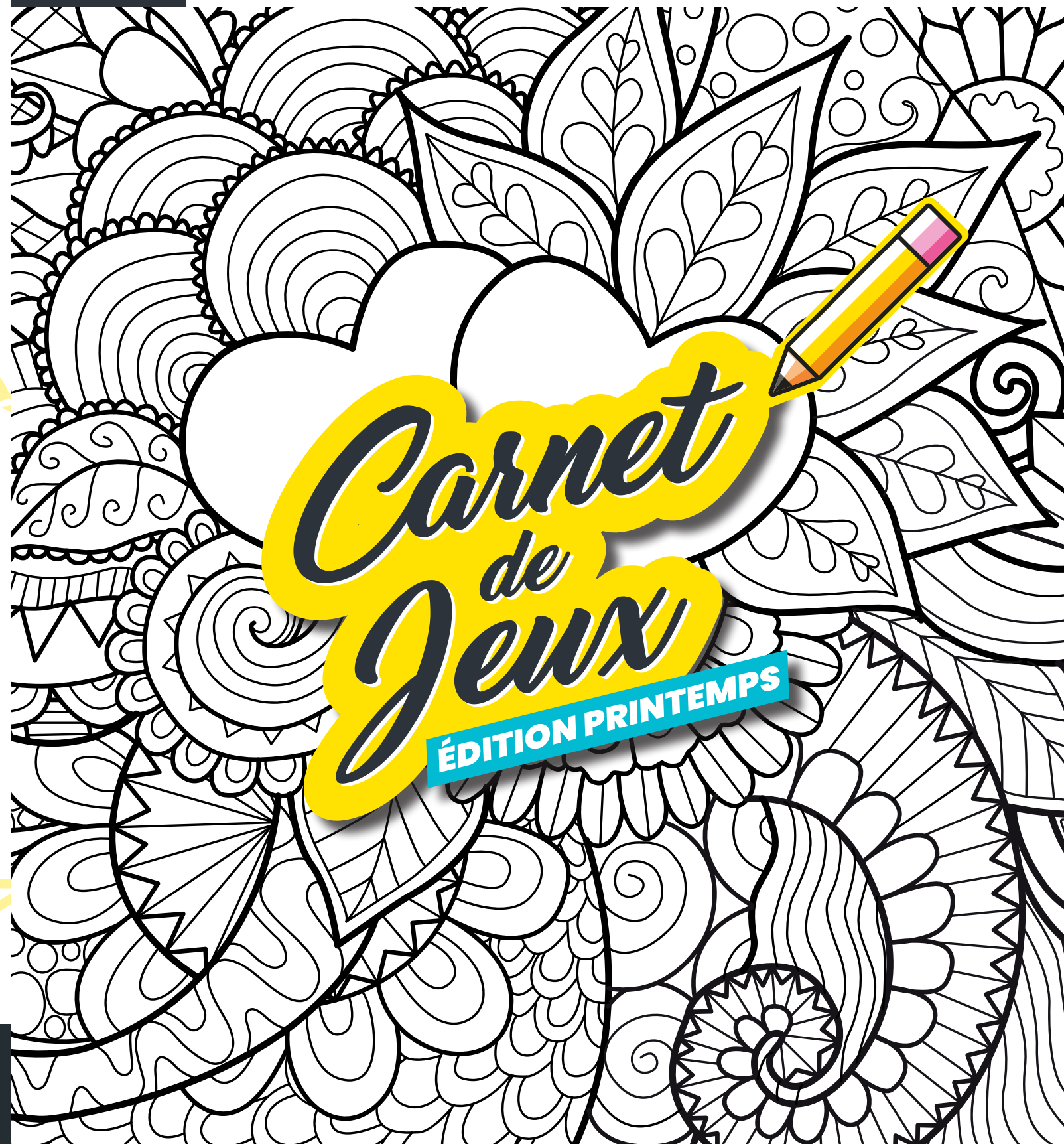
ANIMATIONS ET PRÉVENTION SANTÉ

180 activités pour garder la forme et s'amuser !



MICRO-CRÈCHES

Des solutions de garde pour vos petits trésors.



créons
ensemble
des jours
heureux

info@apa.asso.fr

03 89 32 78 78

amaelles.org



Le printemps est là,
coloriez et jouez avec Amaelles

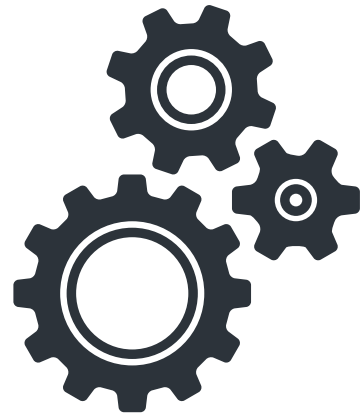
créons
ensemble
des jours
heureux

Sudoku

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

RÈGLE DU JEU :

Remplissez les cases vides avec les chiffres de 1 à 9. Chaque ligne, chaque colonne et chaque carré 3x3 doivent contenir tous les chiffres de 1 à 9, sans répétition.



Mots mêlés

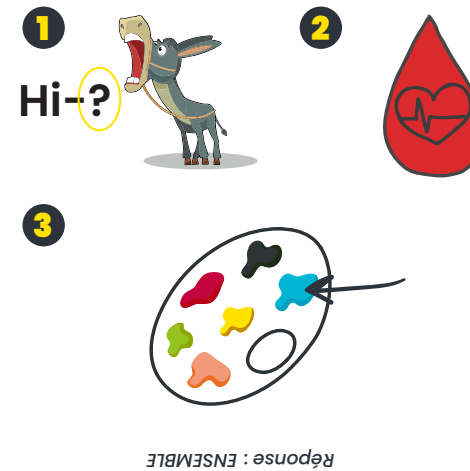
- ☒ AMAELLES
- ☐ ENGAGEMENT
- ☐ ENSEMBLE
- ☐ HABITATS
- ☐ JOIE
- ☐ LIBERTÉ
- ☐ LIEN
- ☐ PRESENCE
- ☐ PREVENTION
- ☐ RESPECT
- ☐ SANTE
- ☐ SOLIDARITE
- ☐ SOUTIEN

RÈGLE DU JEU :

Trouvez tous les mots cachés dans la grille. Les mots peuvent être disposés horizontalement, verticalement ou en diagonale, et dans n'importe quelle direction.

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

Rébus



Réponse : ENSEMBLE

Charade

Mon premier est une note de musique.

Mon deuxième est un endroit où l'on dort.

Mon troisième est la première syllabe d'un mot qui sert à indiquer le jour où nous sommes.

Mon quatrième est un aliment qu'on mange souvent en Asie.

Mon dernier est une boisson chaude qu'on partage avec plaisir.

Mon tout est une valeur essentielle chez Amaelles.

Réponse : SOLIDARITÉ

Recette

TARTE FINE AUX LÉGUMES DE PRINTEMPS ET FROMAGE FRAIS

INGRÉDIENTS :

- 1 PÂTE FEUILLETÉE
- 1 COURGETTE
- 2 OU 3 TOMATES
- 100G DE FROMAGE FRAIS (TYPE CHÈVRE, RICOTTA OU ST MÔRET)
- 1 C. À SOUPE DE MOUTARDE DOUCE (FACULTATIF)
- QUELQUES HERBES FRAÎCHES (CIBOULETTE, MENTHE)
- HUILE D'OLIVE, SEL, POIVRE

PRÉPARATION :

1. PRÉCHAUFFEZ LE FOUR À 180°C.
2. DÉROULEZ LA PÂTE FEUILLETÉE SUR UNE PLAQUE.
3. TARTINEZ-LA DE MOUTARDE, PUIS DE FROMAGE FRAIS.
4. DISPOSEZ LES LÉGUMES FINEMENT TRANCHÉS PAR-DESSUS.
5. ARROSEZ D'UN FILET D'HUILE D'OLIVE, SALEZ, POIVREZ.
6. FAITES CUIRE 20 À 25 MINUTES.
7. PARSEMEZ D'HERBES FRAÎCHES AVANT DE SERVIR.



Simple, frais, et plein de goût.