

# Amaelles vous accompagne!



## 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!

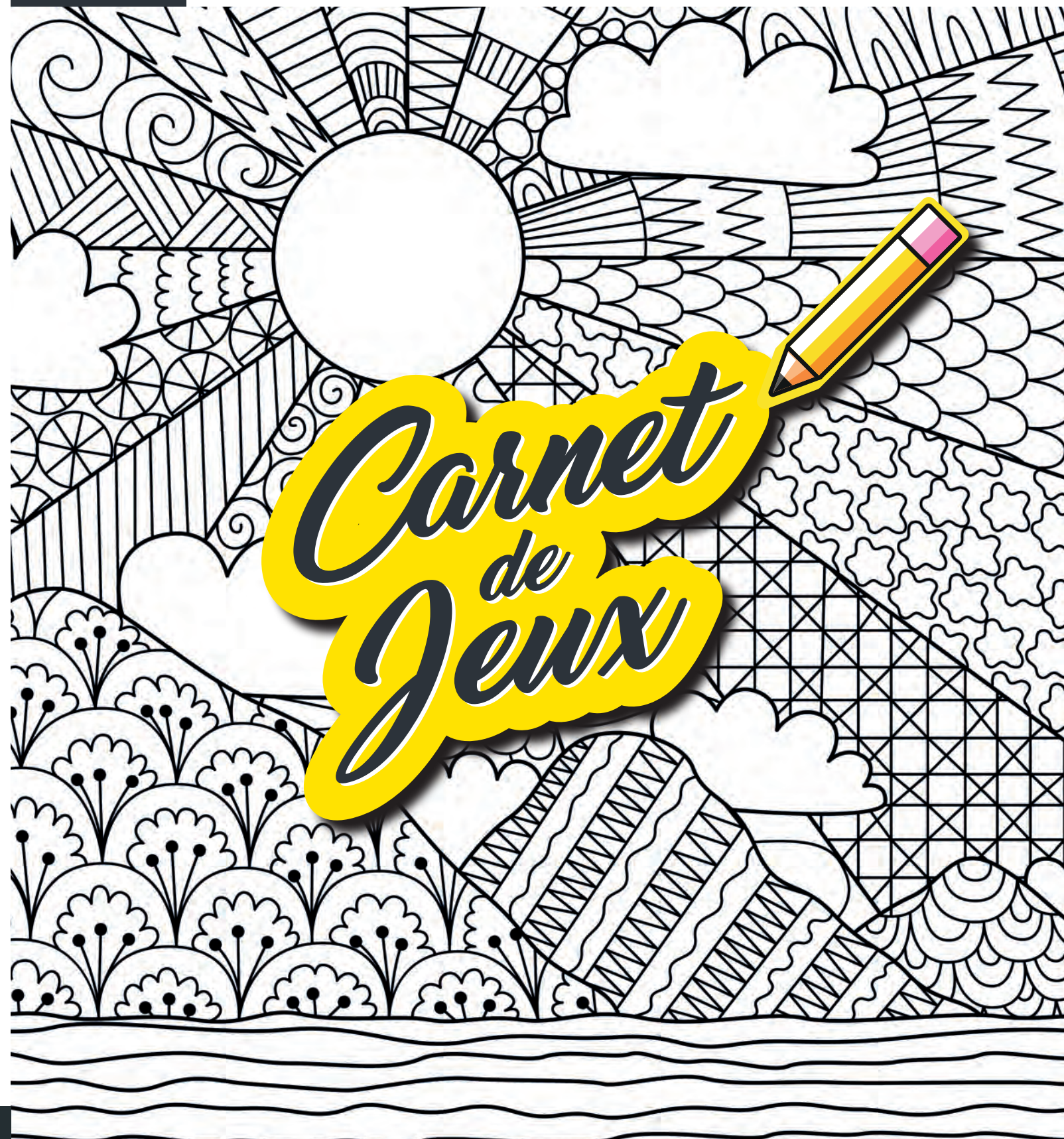


## MICRO-CRÈCHES

Des solutions de garde pour vos petits trésors.

  
Amaelles

# AIDE ET SOINS À LA PERSONNE



Des jeux pour tous les âges,  
du lien pour tous les jours.

créons  
ensemble  
des jours  
heureux

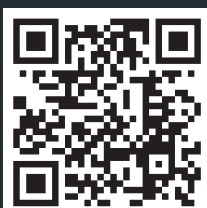
  
Amaelles

créons  
ensemble  
des jours  
heureux

[info@apa.asso.fr](mailto:info@apa.asso.fr)

 03 89 32 78 78

[amaelles.org](http://amaelles.org)



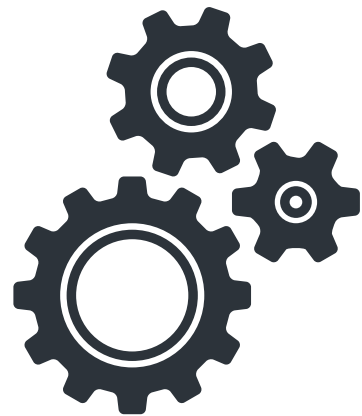


# Sudoku

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

## 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

- ACCUEIL
- AIDE
- ALTRUISME
- AMAELLES
- CONFIANCE
- DIVERSITÉ
- ÉCOUTE
- ENTRAIDE
- HUMANITÉ
- INCLUSION
- PARTAGE
- PROXIMITÉ
- SOIN

## 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.

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

# Rébus



LE MOT EST : \_\_\_\_\_

# Charade

Mon premier est ce qu'on coupe dans un gâteau pour le distribuer.

Mon deuxième est la première syllabe d'un objet de décoration que l'on pose au sol.

Mon troisième peut être de rôles, de société ou même olympiques

Mon tout est une valeur que nous cultivons avec les personnes que nous accompagnons.

LE MOT EST : \_\_\_\_\_

# Recette

## VERRINES DE TIRAMISU AUX FRUITS ROUGES

### INGRÉDIENTS (POUR 4-6 PETITES VERRINES)

- 250G DE MASCARPONE
- 2 ŒUFS
- 60G DE SUCRE
- BISCUITS OU SPÉCULOS
- FRUITS ROUGES  
(FRAIS OU SURGELÉS : FRAMBOISES, FRAISES, MYRTILLES)

### PRÉPARATION

1. SÉPAREZ LES BLANCS DES JAUNES. BATTEZ LES JAUNES AVEC LE SUCRE, PUIS AJOUTEZ LE MASCARPONE.
2. MONTEZ LES BLANCS EN NEIGE ET INCORPOREZ-LES DÉLICATEMENT.
3. ALTERNEZ DANS LES VERRINES : BISCUITS ÉMIETTÉS, CRÈME, FRUITS ROUGES.
4. LAISSEZ REPOSER AU FRAIS 2H. SERVEZ AVEC UN BRIN DE MENTHE.



Parfait pour une dégustation **fraîche** et **conviviale**