

Y'APPA MIEUX



5 NUANCES DE PORTRAIT

Livreuse repas à domicile (1 an et demi)

Raffole des chicons gratins frites «grand-mère»
Rêve d'aller au festival TomorrowLand
Se rebooste en écoutant «Born Again» du DJ Sunnery James
Scotchée devant la série «Doctor Who»
Partage sa passion du dessin avec ses 3 enfants

Yveline

Bénédicte



Bénéficiaire APPA (2 ans et demi)

Amoureuse des légumes sauf des olives
Charmée par la Grèce lors de ses 40 ans de mariage
Monte le son pour «Petite Marie» (F. Cabrel)
Vous conseille «Docteur Jivago», film sur la Russie
Adore converser avec les livreuses APPA, belle présence quotidienne

NOUVELLES

RÉCRUES

Manon



Aide-familiale

Aide-ménagère



Judith

DÉSINSCRIPTION

NEWSLETTER

Voilà presque 2 ans que vous recevez tous les trimestres notre newsletter informative et ludique «Y'APPA mieux». **Elle ne vous intéresse pas? Faites-le nous savoir** au 067 84 30 42 ou par mail à contact.appa@asbl-mmi.be ou contact.appa-ts@asbl-mmi.be. Nous arrêterons alors de vous l'envoyer si vous nous signalez votre désintérêt.

● Tout Tout tout, vous saurez TOUT sur le...

Une **nouvelle ère** bientôt pour notre service de **livraison de repas chauds à domicile**. Ce mois d'**octobre** sera le mois du **changement**: l'arrivée des valisettes-repas et une camionnette famblant neuve.

Compartmentée, la nouvelle valisette **régulera mieux la chaleur** et présentera votre menu du jour de manière **plus séduisante**. La plus-value sera aussi **écologique** puisque c'est la **vaisselle en porcelaine** qui remplacera les barquettes en aluminium. Quant à la nouvelle **camionnette**, elle prendra un **look...coloré!** Mieux adaptée à la livraison de vos repas par valisette, elle mettra à l'honneur les **4 services proposés par APPA asbl**: aide-ménagère, aide-familiale, téléalarme et, bien sûr, la livraison de repas à domicile.

Commandez votre repas au **067 84 30 42**.

changements
repas à domicile





OYÉ OYÉ «UN JOUR, UNE HISTOIRE» SPÉCIAL «HALLOWEEN»

Le **31 octobre prochain**, vous revêtirez peut-être votre costume le plus effrayant pour **fêter Halloween** avec vos enfants ou petits-enfants. **D'où vient cette coutume?** On s'y est intéressé pour vous. Il y a 2500 ans, les celtes célébraient la **fête des Samain** qui marquait l'arrivée de la **nouvelle année**, suivant leur calendrier qui indiquait, à l'époque, le 31 octobre comme le dernier jour de l'année. Cette nuit-là, ils pensaient que **«les portes du monde des vivants étaient ouvertes et que les âmes venaient hanter les vivants»**. Ils portaient alors des **costumes effroyables pour les éloigner**. Au XIXe siècle, les Irlandais et Ecossais exportèrent cette fête aux Etats-Unis lors de leur migration durant la grande famine. Bien plus tard dans les années 90, la **fête se popularisa en France** avec la diffusion de la série Simpson et d'autres **films américains** la mettant en scène à l'écran. Et **pourquoi la citrouille** comme symbole d'Halloween? **A la base, c'est un navet** que les celtes sculptaient: une référence à leur légende irlandaise «Jack à la lanterne», jeune homme condamné à errer dans le noir avec pour seule source de lumière une bougie plantée dans un navet évidé. Petit à petit, la **citrouille plus facilement sculptable remplaça le navet**.

● A vous de jouer!

Pâte à modeler

Créez votre pâte à modeler maison avec vos (petits-)enfants.

Une **recette** facile, rapide et comestible:



- Dans un saladier, mélanger 300gr de **farine**, 380ml d'**eau chaude** et 2 c.à c. d'**huile** jusqu'à obtenir un mélange homogène. Ajouter et mélanger 250gr de **sel** et 1 c.à s. de **bicarbonate**
- Verser le tout dans une casserole et faire cuire à feu doux en remuant sans cesse jusqu'à ce que la préparation se décolle des bords de la casserole et devienne épaisse et pâteuse.
- Arrêter le feu et laisser refroidir 1 -2 minutes sur une planche puis pétrir vigoureusement la pâte avec les mains. Séparer la pâte en plusieurs boules selon le nombre de couleurs souhaitées.
- Placer chaque boule dans un bol différent, verser quelques gouttes de **colorant alimentaire (gel ou liquide)** sur chacune et malaxer pour que la couleur se diffuse dans la pâte
- Conserver les boules dans du film transparent au frigo pour ne pas qu'elles durcissent. A chaque utilisation, saupoudrer d'un peu de farine si la pâte devient trop collante. *Source: ellemijotequelquechose.com*

Y'A PLUS QU'À...

#ENFAMILLE
#AVOSAGENDAS



S'amuser en famille! Voici nos idées:

- 9/10 - 10h : Balade gourmande Soignies
- 15/10- 19h15 : Cortège de la Simpélourd
- 19/10- 14h30 : Spectacle « Rapa »
(dès 7 ans) au Centre culturel Soignies
- 20/10, 24/11, 15/12 - 19h: Jeux-dis Soir de la Ludothèque
- 29/10- 18h: Balade des Zombies
(dès 6 ans) au Bois de la Houssière
- 26/11 - 14h30 : Spectacle « Monsieur Nicolas »
(dès 3 ans) au Centre culturel Soignies
- 18/12- 11h30 : Théâtre « La Mer »
(dès 3 ans) au Centre culturel Soignies

#RECETTEDEGRANDMERE
#AHOOUAIS?
#MAISNOOOOON
#SITULEDIS



Tester du vinaigre dans votre lessive!
Versez une demi-tasse de **vinaigre blanc** dans le compartiment d'adoucissant pour **assouplir**, désinfecter, **éliminer les odeurs** que le tartre de la machine. Le vinaigre prévient aussi l'apparition des peluches et élimine l'électricité statique du linge.

Marya
Aide-familiale chez APPA

Réponse du « A vous de jouer » • Newsletter juillet 2022

éponge - manne - logos t-shirt - couleur basket - couleur vaporisateur - bulles - cadrage

APPA & APPA-TS
Tél: 067 84 30 42