QUE FAIRE CETTE SEMAINE ?

ÉDITION 8

Ce petit document a pour but de vous donner des idées de choses à faire chez vous mais vous pouvez évidemment en trouver bien plus !

APF France handicap
Territoire Loir-et-Cher et Indre-et-Loire

UN QUIZZ

AUJOURD'HUI ... QUIZZ
(PAS DE PANIQUE LA RÉPONSE VOUS SERA DÉVOILÉE VENDREDI PROCHAIN)

QU'EST CE QU'UN HÉLICICULTEUR ?

APF France handicap | Territoire Loir-et-Cher et Indre-et-Loire

UN EXERCICE

METTEZ-VOUS À L'ÉPREUVE ...
SEREZ-VOUS CAPABLE DE RELEVER LE DÉFI YOGA?

RÉALISER UN EXERCICE DE YOGA
VOUS POUVEZ TROUVEZ DES TUTOS EN IMAGES DE DIFFÉRENTES POSTURES SUR HTTPS://HANDIYOGA.JIMDOFREE.COM/FICHES-ILLUSTR%C3%A9ES/

APF France handicap | Territoire Loir-et-Cher et Indre-et-Loire

UNE VISITE

UNE VISITE ANTHROLOGIQUE DANS VOTRE MAISON ?

L'ANTHROPOLOGIE, L'ÉTUDE DES HUMAINS, A UNE EXPOSITION DÉDIÉE AU MEXIQUE. VOUS POUVEZ VOUS BALADER DANS LES PIÈCES DE CE MUSÉE À TRVERS VOTRE ÉCRAN

IL VOUS SUFFIT DE COPIER CE LIEN DANS VOTRE NAVIGATEUR INTERNET :
HTTPS://ARTSANDCULTURE.GOOGLE.COM/STREETVIEW/MUSEO-NACIONAL-DE-ANTROPOLOG%C3%ADA-M%C3%A9XICO/CWEMAX5AGEJBLG?SV_LNG=-99.1874967&SV_LAT=19.4262021&SV_H=260&SV_P=0&SV_PID=VE0AANMRDJZJR19WXS9Z2W&SV_Z=1.0000000000000004

APF France handicap | Territoire Loir-et-Cher et Indre-et-Loire

UNE RECETTE

UNE RECETTE SIMPLE QUI SAURA VOUS RÉGALER À TOUS LES COUPS

INGRÉDIENTS :

6 oeufs

250g de sucre brun

200g de farine

10 cuillères à soupe de lait

100g de noisettes pilées

1 cuillère à café de levure

beurre pour le moule

GÂTEAU AUX NOISETTES

① Séparer les jaunes des blancs d'oeufs

② Dans un saladier, mélanger les jaunes d'oeufs, le sucre et après le ail.

③ Ajouter la farine, la levure, les noisettes et bien mélanger le tout.

④ Allumer le four à 200°

⑤ Battre les blancs en neige avec le fouet

⑥ Ajouter délicatement les blancs en neige à la préparation

⑦ Beurrer le moule à gâteau

⑧ Y verser la pâte et enfourner pendant 45 minutes

⑨ Démouler le gâteau quand il est froid

APF France handicap | Territoire Loir-et-Cher et Indre-et-Loire

IMAGE DE LA SEMAINE

CHAQUE SEMAINE, ENVOYEZ NOUS UNE PHOTO, IMAGE, DESSIN, CROQUIS SELON UN THÈME, LA PLUS BELLE SERA PUBLIÉE SUR NOS RÉSEAUX SOCIAUX

LE THÈME : SYMÉTRIE

L'image est à envoyer sur l'adresse suivante : lena.herve@apf.asso.fr

À VOS APPAREILS, VOS CRAYONS ET VOS PINCEAUX

APF France handicap | Territoire Loir-et-Cher et Indre-et-Loire

DES LIENS VERS ...

L'art

https://www.operadeparis.fr/

https://www.palaisdetokyo.com/fr/evenement/les-ateliers-tok-tok-tutos-videos

https://bdnf.bnf.fr/bibliotheque-pedagogique.html

http://www.bembergeducatif.org/index.html#home

Des visites virtuelles

http://virtuelle.mep-fr.org/index.php/fr/

Des Documents en ligne

http://bibliotheque.inha.fr/iguana/www.main.cls?surl=search&searchProfile=INHA&mode=expert

Du cinéma et des courts-métrages

https://www.lacinetek.com/fr/

https://www.indiewire.com/2020/03/short-films-streaming-great-directors-nolanwaititi-12022 18423/?fbclid=IwAR3_x3GlPp9Qk9Bj2KSZ_JoU9CenZ43Sh4SJqhGmrkcQnGqUzDmRt-3K Spw

Radio

https://iledefrance.apf-francehandicap.org/radiorouelibre

http://www.radio-enligne.fr/podcasts

APF France handicap | Territoire Loir-et-Cher et Indre-et-Loire

LES NOUVEAUTÉS

Merci à nos partenaires qui nous soutiennent durant cette période :

FONDATION BNP PARIBAS

Fondation de France

malakoff humanis

LE VOYAGE DE LA SEMAINE

BOTSWANA

APF France handicap | Territoire Loir-et-Cher et Indre-et-Loire