



# AUTONOMIE' NEWS



Octobre - novembre - décembre 2023



Autonomie Asbl  
Organisation à but non  
lucratif

## Citation du trimestre :

"Nous pourrions imaginer un monde avec l'esprit de Noël le temps d'une vie."

- Josiane Coejimans



## DANS CE NUMÉRO :

Recette sablés de Noël



Anniversaires



Petits jeux



Actualités de l'ASBL



Voeux Autonomie



Un peu d'humour



Qu'est-ce qui a 34 jambes, 9 têtes et 2 bras ?

Réponse : le père Noël et ses 8 rennes ! 🦌🦌🦌



## Les sablés de Noël à la confiture

### Ingrédients

- > 300 g de farine
- > 180 g de sucre
- > 150 g de beurre
- > 50 g d'oeuf soit 1
- > 150 g de confiture au choix
- > 20 g de sucre glace
- > 1 g de sel soit 1 pincée

👩🍳 Recette facile

€€€ Economique

🕒 Temps total: 55 min

🔪 Préparation: 15 min

🕒 Cuisson: 10 min

⏸️ Pause: 30 min

Préparation Recette pour 8 personnes

- Mélanger au robot la farine avec le sel, le beurre ramolli coupé en dés et le sucre. Mixer pour obtenir un mélange sableux.
- Ajouter l'oeuf, et mélanger sans trop travailler la pâte. Former une boule, filmer et réserver au frais 30 minutes.
- Préchauffer le four à 200°C. Recouvrir la plaque de papier de cuisson.
- Abaisser la pâte au rouleau et découper les sablés avec le plus grand emporte-pièce (cercle). Sur la moitié des sablés, détailler le milieu avec le plus petit emporte-pièce (étoile).
- Disposer les sablés sur la plaque de cuisson en les espaçant. Enfourner 10 minutes. Laisser refroidir sur une grille.
- Saupoudrer les sablés troués de sucre glace. Étaler une petite cuillère de confiture sur chaque disque sablé et coller un cercle étoilé par-dessus.

Source : <https://www.supertoinette.com/recette/4934/sables-de-noel-a-la-confiture.html?diaporama=358>

# LES ANNIVERSAIRES DU MOIS D'OCTOBRE, NOVEMBRE ET DECEMBRE



<p><b>Georges L. (23/12)</b>  <b>Nicky C. (03/10)</b>  <b>Philippe B. (26/11)</b>  <b>Didier G. (20/12)</b>  <b>Domenica O. (09/12)</b>  <b>Cathy L. (22/12)</b></p>	<p><b>Xavier V.D.B. (28/11)</b>  <b>Rudy A. (29/11)</b>  <b>Roberto C. (22/12)</b>  <b>Karim A. (04/11)</b>  <b>Jérémie S. (19/11)</b>  <b>Jordan L. (19/12)</b></p>	<p><b>Laurie T. (08/12)</b>  <b>Geovanni N. (03/11)</b>  <b>Marie D. (22/12)</b>  <b>Dylan D. (12/12)</b>  <b>Elisa T. (22/12)</b>  <b>Esméralda T. (24/11)</b></p>	<p><b>Jordan S. (08/10)</b>  <b>Sabrina S. (10/10)</b>  <b>Lore D. (13/11)</b>  <b>Valentino. T. (22/12)</b>  <b>Jordan C. (11/11)</b></p>
--	--	---	--

## Petits jeux du trimestre

### Sudoku de Noël


### Les 7 différences

### Observation

UNE BOULE EST DIFFÉRENTE.  
PEUX-TU LA TROUVER ?

### Mots fléchés de Noël

Mes mots fléchés de Noël

## Actualités de l'ASBL

# HAPPY 2024!

Toute l'équipe d'Autonomie  
vous souhaite une  
merveilleuse nouvelle année !  
Que tous vos souhaits  
puissent se réaliser et la bonne  
santé vous accompagner !

Le nouveau site internet est en ligne !  
N'hésitez pas à lui rendre une petite visite !

Nouveau site web

[www.asblautonomie.be](http://www.asblautonomie.be)

### D'Marches pour l'Avenir (parcours emploi)

Nous sommes ravis d'annoncer la clôture réussie de notre 4ème module de formation emploi à Erquelinnes. Cette étape marque un moment clé dans le parcours de nos stagiaires, qui sont désormais en stage de découverte dans des secteurs variés tels que les travaux publics, la cuisine, et la floriculture. Depuis le début de leur formation, nos stagiaires ont démontré un engagement et une détermination exceptionnels. Ils n'ont pas seulement participé activement à la formation, mais se sont aussi impliqués dans plusieurs ateliers et visites enrichissantes, accumulant des expériences précieuses pour maximiser leurs chances de réussite.

Chaque étape franchie est une preuve de leur croissance personnelle et professionnelle. Nous sommes fiers de les voir évoluer et de les accompagner dans ce voyage vers un avenir prometteur.

Un grand bravo à tous nos stagiaires pour leur travail acharné et leur persévérance ! Continuez à briller et à avancer vers vos rêves.

Nous en profitons pour féliciter Rosaline et Mohamed qui les ont accompagnés.

### Clôture session JCPMF 2024

Trois de nos bénéficiaires ont prêté main-forte à l'équipe organisatrice de "Je Cours Pour Ma Forme" ce 18 décembre dernier pour préparer une excellente soupe et ainsi réchauffer les courageux sportifs du dimanche. Ceux-ci ont fièrement représenté le volontariat mis en place par Autonomie à la demande de notre partenaire Promusport. Bravo et merci à Noël, Jean-Michel et Rudy ainsi qu'à notre collègue Sophie venue en soutien.

### Goûter cougnous 2023

Ce fut une nouvelle fois un succès. Beaucoup d'entre vous étaient au rendez-vous l'après-midi du 22 décembre dernier afin de déguster ensemble les excellents cougnous avec un chocolat ou un café. Les petites activités préparées par l'équipe d'Autonomie ont permis aux 3 équipes du jour de se départager dans la bonne humeur et la convivialité ! Merci encore pour votre présence.