

La recette du mois

MUG CAKE

Temps de préparation :

8 minutes

Temps de cuisson :

1 minute



Ingrédients (pour 1 mug) :

- 1 mug
- 35 g de beurre
- 40 g de chocolat
- 1 œuf
- 20 g de sucre
- 20 g de farine
- garniture au choix : caramel au beurre salé, noix, bananes, amandes, etc.

Préparation de la recette :

1/ Couper les morceaux de chocolat, ajouter le beurre en morceaux ;

2/ Passer 30 secondes au micro ondes ;

3/ Mélanger avec une fourchette pour terminer de faire fondre le chocolat ;

4/ Ajouter le sucre, l'œuf, le lait et la farine en mélangeant entre chaque ajout ;

5/ Ajouter la garniture au choix ;

6/ Cuire le gâteau dans son mug pendant 1 minute à puissance max.

C'est prêt !



Le film du mois

« American Sniper »

Un film de Clint Eastwood



L'histoire :

La mission de Chris Kyle est de protéger ses frères d'armes en endossant le rôle de cible privilégiée des insurgés. Malgré le danger et l'angoisse dans laquelle vit sa famille, Chris participe à quatre batailles décisives parmi les plus terribles de la guerre en Irak, s'imposant ainsi comme l'incarnation vivante de la philosophie des Navy SEAL. Mais une fois sur le champ de bataille, le doute s'installe dans la tête du « héros ».

Durée : 127 minutes

DVD disponible à
Nanterre Préfecture !



RELAIS
ACCUEIL
DU VALLONA

Mars 2016

Les NEWS du mois



Joyeux Anniversaire à :

Hassanatou, Merveille,
Kévin, Chakib Mounir,
Jordan, Imaine, Lucas,
Jérémy, Asmae, Agnès

Bienvenue à :

Merveilles Bergeot, Chakib
Mounir, Dimitry, Kévin, Jean
-Baptiste, Ouala,
Mohammed, Tarek

Les animations

Mardi 22 mars : Atelier logement

Nanterre Préfecture

Mercredi 16 mars : Soirée Raclette à 19h30

Nanterre Ville

Infos pratiques

- ♦ Forum emploi jeunesse
- ♦ Le printemps de l'égalité

Recette de cuisine

Mug cake



Le film du mois

« American
Sniper » (Clint Eastwood)



Les animations du mois

RELAIS
ACCUEIL
DU VALLONA

ATELIER LOGEMENT

démarche
Aide
CONSEILS
partenariats
information



- > Cibler ses recherches de logements
- > Organiser ses visites de logements
- > Organiser son déménagement
- > Assurer son logement
- > Connaître ses droits et ses devoirs
- > Connaître les dispositifs d'aides



Au salon de
Nanterre Préfecture

Mardi 22 mars
A 20 heures

Inscription auprès de la référente logement
Juliette ROUILLÉ-PATRIER
06 66 57 65 68

RACLETTE PARTY !!



Mercredi 16 mars
à partir de 19h30
à Nanterre Ville

Une participation
financière de 2 € est
demandée, merci !



Pour des raisons
d'organisation, merci
d'informer votre
référente de votre
participation !

RELAIS
ACCUEIL
DU VALLONA

Infos pratiques

Relais Accueil du Vallona

Nous souhaitons la bienvenue à
la nouvelle chargée de suivis

Anissa OUARTI

Vous pourrez la rencontrer lors
de la raclette party!!



Depuis plusieurs années, la ville de Nanterre co-organise avec les associations de tous les quartiers, le Printemps de l'égalité femme-homme. Cette année, la ville a décidé d'ouvrir le débat aux discriminations raciales.



Autour de la Journée internationale de la femme (8 mars) et de la Semaine de solidarité avec les peuples en lutte contre le racisme et la discrimination raciale (du 21 au 27 mars), le Printemps de l'égalité ouvre le dialogue autour des discriminations et permet à chacun de s'interroger sur ses propres comportements.

Retrouvez le programme de ces journées sur :

<http://www.nanterre.fr/1652-le-programme-2015.htm>

Destination emploi jeunesse

Emploi

Le 30 mars
de 14h à 18h

MERCREDI 30 MARS 2016
14H - 18H

DESTINATION
EMPLOI JEUNESSE

ALTERNANCE
RECRUTEMENT
PROJETS

Entrée libre



RENDEZ-VOUS
A L'ESPACE
CHEVREUL
97 av de la Liberté
92000 NANTERRE

Alternance, recrutement, projets, plusieurs espaces sont à la disposition des jeunes pour les accompagner dans leur recherche d'emploi. Sur place, des centres de formation, des entreprises seront présents pour répondre aux attentes du public et les orienter au mieux.