



Prepariamoci a un Buon Natale!
Ecco il **MENÙ VEGAN**
componibile per pranzo e cenone

ANTIPASTI

Tortino di lenticchie e amaranto
Hummus di ceci
Insalata russa con maionese vegan
Insalata di farro con uva e melagrana
Verdure in pastella

PRIMI

Lasagne vegan
Cannelloni vegan
Pasta pasticciata vegan
Risotto alla zucca e funghi
Quinoa invernale

SECONDI

Spiedini di seitan e broccoli
Medaglioni di tofu al forno
Lenticchie all'indiana
Burger di ceci e patate
Crostini di polenta ai funghi

DOLCI

Panettone vegan
Pandoro vegan
Torrone vegan
Panforte vegan
Biscotti allo zenzero



Per le ricette consultare la pagina web: <http://www.greenme.it/mangiare/vegetariano-a-vegano/15262-natale-menu-vegano-componibile>

Gli Auguri e i Ringraziamenti dell'Apas

L'APAS augura serene Festività Natalizie e un 2016 portatore di pace, amore e compassione per tutte le creature viventi.

Ringrazia di cuore i propri Soci per la fedeltà e il prezioso contributo e tutti coloro che in vario modo si spendono per la causa degli animali, sostenendo le sue attività attraverso la devoluzione del 3xmille, con offerte in denaro o in cibo nei punti di raccolta designati.

NON SOLO CANI E GATTI....

Al Rifugio APAS trovano soccorso e protezione tanti altri animali che la gente ci porta, perché trovati feriti o vaganti nei luoghi più disparati, in pericolo di vita, oppure rinunciati da chi pensava di prendersene cura. Si tratta in genere di **conigli, tartarughe d'acqua e di terra, di merli, storni, uccellini canori** ancora da imboccare, di **piccioni** con zampette o ali spezzate. Vengono curati e accuditi e se possibile liberati in natura, come nel caso degli uccelli, in altri casi affidati a volontari, in ultima istanza restano al Rifugio custoditi in spazi dedicati.



NUOVE ADOZIONI

"Novembre ha portato fortuna al gattino Victor che ha trovato l'affetto di una famiglia!"

Rubrica per l'affidamento di animali abbandonati.
Per l'adozione telefonare al **Rifugio APAS**
Strada Fonte del Tauro, 1 Faetano Tel. 0549 996326
Lunedì, giovedì, sabato 8.00-14.30;
martedì, mercoledì, venerdì 8.00-14.00.



Meghan:

sono un Pastore tedesco di pura razza, con tanto di pedigree. Ho 6 anni, sono sterilizzata, molto buona e affettuosa con le persone ma poco socievole con gli altri cani, per cui se mi vuoi dovrà essere la regina della casa.



Lacky:

ero il cane guardiano di una fabbrica...ma ora non ho più un ruolo e al canile mi sento inutile. Sono anziano però ancora in forma, adottami, i cani anziani sono adattabili e sanno essere molto riconoscenti!



Lillo:

ho carattere come tutti i Pastori maremmani, e una certa timidezza è una mia caratteristica ma so essere allegro e scherzoso se saprai conquistare la mia fiducia. Ti aspetto, vieni a conoscermi.



Pimpo:

sono uno Springer in pensione, la caccia non fa più per me, ora desidero dare libero sfogo alla mia indole di cane gioioso e godermi la vita, passeggiate, lunghe dormite, momenti di gioco e di coccole, vorresti condiderli con me?



Duca:

visto che portamento? Ho anche un bel carattere, sono bravo al guinzaglio e non abbaio troppo. Insomma, tutte le carte in regola per essere un ottimo compagno di vita!



Alisya:

sono ancora in attesa della mia occasione e questa volta spero sia per la vita. Natale è alle porte sarebbe bello trascorrerlo sopra un morbido divano!