

Vous recevez la lettre d'information de l'AFDIAG

Septembre 2025



Schnitzer
GLUTENFREIHEIT

SANS GLUTEN

DE-ÖKO-003

PLAISIR SANS GLUTEN POUR LA RENTRÉE

Sandwich et muffins à midi, burgers et pizza le soir entre amis. Bon appétit !

BIO BROT CLASSIC

BIO MUFFIN BLAUBEERE

BIO MUFFIN SCHOKO

BIO BURGER BUNS

BIO PIZZA BASE

DÉGUSTEZ NOS PAINS ET PÂTISSERIES SAVOUREUX ET SANS GLUTEN

Plaisir sans gluten pour la rentrée avec Schnitzer Glutenfreiheit !

Chères adhérentes, chers adhérents,

Nous espérons que vous avez passé un bel été ressourçant ! ☀️

En cette rentrée, l'équipe de l'AFDIAG est ravie de vous retrouver pour poursuivre ses engagements à vos côtés.

Nouveaux ateliers, événements à venir, infos pratiques... Ce mois de septembre marque le coup d'envoi d'une saison riche en échanges, en découvertes et en actions pour mieux vivre le sans gluten au quotidien.

Ce mois-ci, nous vous invitons également à découvrir le dernier numéro de l'AFDIAG *Infos*, disponible sur notre site et dans vos boîtes aux lettres pour celles et ceux ayant opté pour la version papier.

Très bonne rentrée à toutes et à tous, et bonne lecture !

Je découvre l'AFDIAG *infos* n°124

PAI et accueil à la cantine : nos conseils pour une rentrée sereine



À l'occasion de la rentrée scolaire, l'AFDIAG organise sa première session d'ÉduSansGlu **le jeudi 4 septembre**, consacrée au thème du PAI (Projet d'Accueil Individualisé).

Vous pouvez également prendre rendez-vous pour un coaching personnalisé si vous êtes parent d'un enfant ou d'un adolescent cœliaque, ou si vous rencontrez des difficultés liées aux modalités d'accueil à la cantine scolaire.

L'AFDIAG est là pour vous aider ! ❤️

✉️ Prenez dès à présent rendez-vous par e-mail à : contact@afdiag.fr

Assemblée Générale Ordinaire 2025 de l'AFDIAG



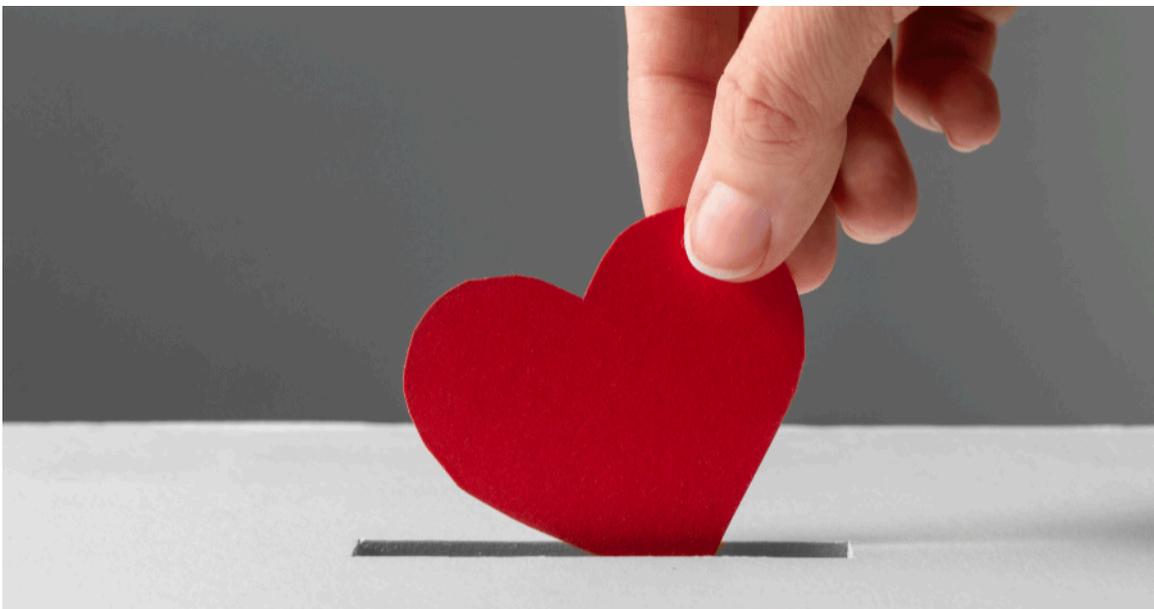
Chères adhérentes, chers adhérents,

Nous avons le plaisir de vous informer que l'Assemblée Générale Ordinaire de l'AFDIAG se tiendra cette année **le samedi 15 novembre 2025**, au [21 rue Antoine-Julien Hénard, 75012 Paris.](#)

L'AGO est l'occasion de faire le point sur les actions menées, d'échanger sur les projets à venir et de répondre à vos questions. Votre présence est précieuse pour faire vivre notre association et construire ensemble l'avenir de l'AFDIAG.

Nous vous transmettrons très bientôt toutes les informations pratiques relatives à cet événement. ✨

Nous avons besoin de votre soutien !



En tant qu'adhérent(e) de l'AFDIAG, vous bénéficiez d'un ensemble de services conçus pour vous accompagner au quotidien !

- ✓ Coachings personnalisés
 - ✓ Plateforme d'EduSansGlu
 - ✓ Guides pratiques et livrets d'information
 - ✓ Ateliers cuisine et hypno-relaxation
 - ✓ Événements régionaux et rencontres conviviales
 - ✓ Colloques et webinaires médicaux
- ... et bien d'autres ressources exclusives !

Nous espérons que ces outils vous apportent un réel soutien, à vous comme à vos proches, dans la gestion du sans gluten.

 **Pensez à renouveler votre adhésion** pour continuer à en profiter et soutenir les actions de l'AFDIAG. Pour cela, il vous suffit de vous connecter à votre espace personnel et de cliquer sur « *RENOUVELER SON ADHÉSION/COTISATION* ».

 **Bon à savoir** : votre adhésion ou un don à l'AFDIAG ouvrent droit à une déduction fiscale de 66 % du montant, dans la limite de 20 % de vos revenus imposables.

 Votre engagement à nos côtés est précieux.

Merci pour votre fidélité et votre soutien !

[Je fais un don à l'AFDIAG](#)

De nouvelles dates pour nos prochains ateliers en visio sont disponibles !



**Hypnose - Coaching
Professionnel**

Ateliers cuisine



Ateliers cuisine

Nous vous rappelons qu'il reste encore des places disponibles pour nos prochains ateliers de cuisine, nos sessions d'EduSansGlu ainsi que pour notre atelier de coaching professionnel.

Pour vous inscrire, il vous suffit de cliquer ci-dessous pour accéder à la newsletter des ateliers ou de consulter la rubrique "Agenda" sur notre site internet.

Ne tardez pas à réserver votre place ! 🖱️

[Je m'inscris aux prochains ateliers de l'AFDIAG](#)

**Une marque engagée aux côtés de
l'AFDIAG pour une offre sans gluten de
qualité**



Pour Françoise Merle, fondatrice de la société Paradeigma, propose des recettes sans gluten certifiées. C'est une histoire qui a démarré il y a 20 ans.

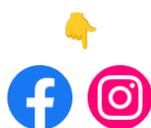
En 2005, elle rencontre un producteur de sarrasin et décide de faire des recettes avec cet ingrédient nutritif. Elle rencontre plusieurs personnes cœliaques qui souffrent de ne pas trouver de produits gourmands ; le sarrasin est sans gluten !

Elle veut faire des recettes gourmandes sans gluten avec la certification AFDIAG et la vignette de remboursement sécurité sociale. Tout est fabriqué dans un espace dédié au sans gluten, tout en Bio car cela correspond à ses valeurs !

La cuisson par extrusion à basse température permet d'éviter le brunissement des produits. Les galettes (100% sarrasin, 5 céréales), les biscuits fourrés, les Goûtine®, biscuit sarrasin fourré généreusement (cacao & noisettes, noix de coco, chocolat noir, framboise, cacahuète) ont d'abord été lancés sous la marque Paradeigma. À présent, on trouve ces mêmes recettes sous la marque Aglina, principalement en grande distribution ou sur leur site de vente www.glutifree.fr

Et vous, connaissez-vous ces recettes Aglina ?

Vous pouvez également les retrouver sur leurs réseaux sociaux pour découvrir leurs créations gourmandes



Quiche aux courgettes et carottes sans gluten

Une recette simple, rapide et sans gluten pour régaler petits et grands



Pour 6 personnes

Préparation : 10 minutes

Cuisson 20 minutes au four

Ingrédients :

- 200 g de carottes
- 200 g de courgettes
- 150 g de polenta
- 100 g de fromage râpé (Comté par exemple)
- 300 ml de crème fraîche liquide (ou de yaourt bulgare)
- 300 ml de lait
- 3 œufs sel, poivre

Préparation :

1. Éplucher les carottes et les courgettes, les rincer, puis les râper.
2. Mettre les légumes râpés dans un grand saladier.
3. Ajouter la polenta, le fromage râpé, la crème (ou le yaourt), le lait et les œufs.
4. Saler, poivrer, puis bien mélanger l'ensemble.
5. Verser la préparation dans un moule à manqué en silicone.
6. Décorer le dessus avec quelques rondelles très fines de courgette.
7. Enfourner à 200°C (four préchauffé) pendant environ 20 minutes.
8. Laisser reposer cinq minutes avant de servir, accompagné de quelques chips nature.

Bon appétit !

Pour ne rien rater, suivez-nous sur nos réseaux sociaux !



Continuez à aider l'Association !
Parlez de nous autour de vous, nous répondrons présents !



Adhérer, cotiser et renouveler votre adhésion sont des actes qui comptent pour nous afin de vous informer, de défendre vos intérêts, de permettre des recherches et de promouvoir des projets rien que pour vous.
Nous comptons sincèrement sur vous !

Pour celles et ceux qui réadhèrent par anticipation, aucun décalage de leur abonnement existant n'aura lieu.

Rendez-vous à l'adresse : <https://www.afdiag.fr/panier>
puis choisissez la rubrique qui vous correspond le mieux.

Vous pouvez également choisir de nous faire parvenir directement un chèque à l'ordre de l'AFDIAG à l'adresse suivante :
AFDIAG - 1 Rue des Gâtines - 75020 Paris

Toute l'équipe de l'AFDIAG vous remercie !

À bientôt !

AFDIAG

1 rue des Gâtines, 75020, PARIS

Cet email a été envoyé à {{contact.EMAIL}}
Vous l'avez reçu car vous êtes inscrit à notre newsletter.

[Afficher dans le navigateur](#) | [Se désinscrire](#)

Envoyé avec

Brevo