

AFDIAG

infos

Le magazine de l' Association
Française Des Intolérants Au
Gluten et des Hypersensibles
au gluten non cœliaques

N° 122
AUTOMNE
2024

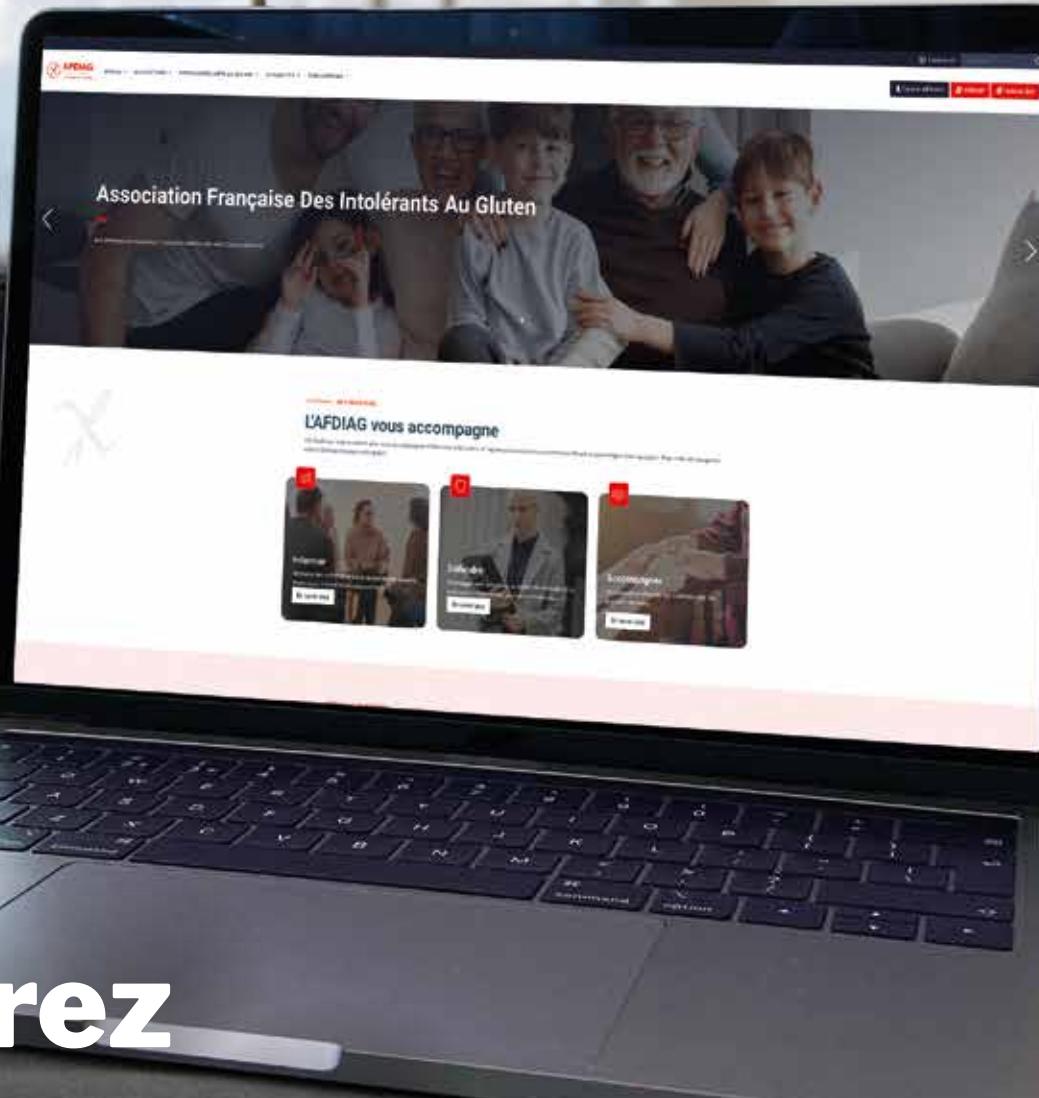
EN DIRECT
DES RÉGIONS

DIÉTÉTIQUE
L'avoine quand
on est cœliaque !

INTERVIEW
ZOE.NOGLUTEN

À LA UNE

Découvrez
notre nouveau
Site Internet !



Vos délégués

En un coup d'œil, tous vos délégués
au sein d'une région (un secteur)
et d'un département.

Déléguée Nationale

Brigitte Croze - 06 03 67 73 68
stephbrig@wanadoo.fr



Secteur Ouest

Déléguée de secteur : Marine Richard
06 75 70 85 08 - marine.afdiag29@gmail.com
et **Brigitte Jolivet** - afdiag@gmail.com
29. Marine Richard
06 75 70 85 08 - marine.afdiag29@gmail.com
35. Mathilde Lefevre
06 75 87 27 33 - m.lefevre605@gmail.com
37-36. Mathilde Nouveau
06 69 05 23 42 - mathilde.nouveau@laposte.net
44. Guillaume Bryon-Caraes
guillaumeb.afdiag44@hotmail.com
49. Tiphaine Rich
Tél. 06 15 53 13 49 - tr.afdiag@outlook.fr
56. Martine Miara
Tél. 06 82 65 40 67 - miamarpa@yahoo.fr
61-14-50. Virginie Pitet
06 23 54 83 56 - afdiag61@gmail.com

Secteur Sud-Ouest

Déléguées de secteur :
Fatiha Ouchikh et Béatrice Rance Boisot
33. Fatiha Ouchikh
06 82 06 34 99 - fa.ouchikh@laposte.net
40-64. Béatrice Rance Boisot
06 76 20 03 59 - beatricerance@orange.fr
16-17. Christelle Mercier
christellemer@gmail.com
***47. Françoise Marie Glorieux**
06 83 44 81 73 - latribumarie@orange.fr

Secteur Île-de-France

Déléguée de secteur : Edouard Mordant
06 88 10 80 58 - emordant@wanadoo.fr
75. Mathilde Bourdeau
06 33 55 91 47 - mtd.bourdeau@gmail.com
78. Élise Bonnier
06 31 85 40 75 - elisebonnier@yahoo.fr
91. Cécilia Burger
06 16 13 30 93 - cecilia.burger@yahoo.com
91. Natalya Pennarum
06 33 64 49 48 - natalya.pennarum@gmail.com
92. Sabrina Canet Mira
06 11 22 03 46 - s.canet@yahoo.fr
93. Stéphanie Idir
06 67 54 33 29 - idir_stefanie@yahoo.fr
94. Delphine le Boulaire
06 12 48 06 80 - dleboulaire@gmail.com
94. Souha Methni
07 52 51 18 94 - methni.souha@gmail.com

Secteur Alsace

67-68. AMIG-EST
amigest6768@gmail.com

Secteur Est

Déléguée de secteur : Aline Cablé
06 08 69 99 33 - aline88.cable@gmail.com
25-90. Katja Marechal
06 41 12 10 13 - katja.afdiag@laposte.net
54. Frédérique Roung
06 81 48 71 49 - frederique.roung@gmail.com
88-70-90. Aline Cablé
06 08 69 99 33 - aline88.cable@gmail.com

Secteur Auvergne / Rhône-Alpes

38. Angélique Raineau
06 02 04 74 62 - angelique.raineau@gmail.com
42-43. Cécile Chauvinc
06 67 38 58 49 - chauvinc.cecile@neuf.fr
73. Leslie Chauvel Maurin
06 51 05 84 01 - lesliechauvel@outlook.fr
73. Delphine Dorget
06 22 42 14 52 - dorgetdelphine@yahoo.fr
74. Marie-Odile Roger
06 87 90 47 97 - mariodileroger@aol.com
***69. Élodie Macario et Charles Sala**
09 71 53 54 94 - delegues_afdiag69@proton.me

Secteur Centre

Déléguée de secteur : Nathalie Carlet
06 14 76 06 52 - nathaliecarlet@orange.fr
21-10-39. Nathalie Carlet
06 14 76 06 52 - nathaliecarlet@orange.fr
21. Nathalie Combes
06 51 05 84 00 - natblanchet21@hotmail.fr

Secteur Limousin / Midi-Pyrénées

Déléguée de secteur : Fabienne Riehl
06 19 58 28 74 - fabienne.riehl@wanadoo.fr
12-81. Bringolo Claire
06 44 95 36 07 - claire.bosc-bringolet@laposte.net
15. Fabienne Riehl
06 19 58 28 74 - fabienne.riehl@wanadoo.fr
31-09. Carole Dall'acqua
carole_del@hotmail.com
82-46. Marjorie Vasse
06 89 57 85 21 - afdiag82@gmail.com
87-19. Céline Rouby
06 70 26 64 45 - celinerouby@live.fr
87-23. Véronique Bourdon
06 71 53 10 67 - bourdon.cha@orange.fr
***03. Aurélie Mazel**
06 79 63 34 62 - aurel.mazel@gmail.com

Secteur Sud / Sud-Est

Déléguée de secteur : Brigitte Croze
06 03 67 73 68 - stephbrig@wanadoo.fr
05-04. Bernadette Brillard
04 92 51 37 20 - 06 81 14 95 61
bernadette.brillard@gmail.com
11.66. Odile Vergès
06 10 36 43 18 - ocverges@gmail.com
30-48. Sylviane De Sousa Reis
06 31 04 25 37 - sylviane.desousareis@gmail.com
34. Brigitte Croze
06 03 67 73 68 - stephbrig@wanadoo.fr
84. Camille Girard
cgirard.afdiag@gmail.com
***06. Jessica Potot**
07 69 00 91 43 - jessica06afdiag@gmail.com
***83. Pascale Garin**
06 13 65 39 90 - pascalegarinvar@gmail.com



*Délégués en formation



Édito

○ ○ ○

Chère adhérente, Cher adhérent,

Après 25 années à la présidence de l'Association, je quitterai mon engagement lors de la prochaine Assemblée Générale du 23 novembre. Pendant ce quart de siècle l'Association a grandi grâce à l'engagement de nombreux bénévoles.

Je tiens aujourd'hui à les remercier pour leur motivation et leurs compétences, sans compter leur temps. Toutes ces années n'ont pas toujours été "un long fleuve tranquille", mais j'ai pu côtoyer des adhérents formidables, des partenaires investis, des prestataires inventifs et engagés (presque tous !).

Nous avons également la chance d'être accompagnés par les membres de notre Comité Médical que je remercie pour leur investissement bénévole permettant de nous tenir informés des avancées de la Recherche et de répondre à nos questions.

Je vous remercie pour votre confiance, les membres du Conseil d'Administration et du Bureau sont très motivés et ont plein de projets à vous partager.

Les bénévoles et les salariés sont à votre écoute pour continuer de faire grandir l'Association, pour que les pathologies liées au gluten soient mieux connues et reconnues. J'espère vous retrouver nombreux lors de notre Assemblée Générale qui sera marquée par les 35 ans de l'AFDIAG.

Lors de cette journée, vous pourrez faire la connaissance de notre nouvelle directrice.

Le prochain colloque médical se déroulera à Nice, l'occasion de mettre à jour nos connaissances avec le Professeur Stéphane Schneider (gastro-entérologue nutritionniste) et la Professeure Véronique Breuil (rhumatologue) que nous remercions pour leur collaboration.

Ce colloque sera enregistré en vidéo pour permettre à tous de partager les interventions.

Bonne lecture et belles fêtes de fin d'année.

Brigitte JOLIVET, Présidente

Vous êtes adhérent. Vous ne recevez pas notre lettre d'info mensuelle ? N'hésitez pas à nous communiquer votre adresse mail, nom et prénom à notre courriel : afdiag@gmail.fr.

AFDIAG INFOS est édité par l' Association Française Des Intolérants Au Gluten • N° 122 • AUTOMNE 2024 • 1 rue des Gâtines • 75020 PARIS (Métro Place Gambetta) • Tél. 01 56 08 08 22 • afdiag@gmail.fr • **Directrice de la publication :** Brigitte Jolivet • **Rédaction :** G. Bryon-Caraës, C. Chauvinc, N. Carlet, M. Miara, M. Bourdeau, F. Ouchikh, C. Rouby, V. Bourdon, F. Riehl, A. Mazel, M.-O. Roger, J. Oudart, L. Schmitt, B. Croze, O. Al Massati, C. Bourai-Chara, C. Torset, K. Lamrani, C. Journou, A. Begel, C. Janet. • **Photos :** G. Bryon-Caraës, C. Chauvinc, N. Carlet, M. Miara, M. Bourdeau, F. Ouchikh, C. Rouby, V. Bourdon, F. Riehl, A. Mazel, M.-O. Roger, J. Oudart, L. Schmitt, B. Croze, O. Al Massati, Qualinoa, Z. Reich; Shutterstock • **Réalisation :** AFDIAG • **Impression :** Saxoprint • Dépôt légal à parution • **Reproduction interdite.**

SOMMAIRE

N° 122 - Automne - 2024

4/11 | En direct des Régions

- Atelier lecture d'étiquettes à Nantes
- Sortie au restaurant à Saint-Régis-du-Coin
- Visite d'une moutarderie à Beaune
- Compte rendu Forum association GHBS
- Grand goûter d'Ile-de-France
- Les causeries au salon de thé chez Capy !
- Goûter partagé à Limoges
- Stand d'information au magasin Satoriz
- Foire Bio de Montauban
- Goûter partagé à Clermont-Ferrand
- Journée du Coeur et d'informations avec les associations
- Pique nique et visite de l'église de Passy
- Rencontre à la fromagerie au Pont-au-Loup
- AMIG-EST
- Rencontre à Lille
- Stand AFDIAG au Testathlon d'Armentières

12 | NOTRE NOUVEAU SITE INTERNET EST EN LIGNE !

13/15 | Diététique

- **L'AVOINE QUAND ON EST CŒLIAQUE :**
Attention aux contaminations croisées !

16/17 | AFDIAG SASU

- **QUALINOA.**
Une innovation de rupture "Sans gluten et sans additif" à très haute valeur nutritionnelle grâce au Quinoa !

18/19 | Stages d'été 2024

20 | Premier live Instagram avec @zoe.nogluten

21/22 | Les recettes maison

- Gratin de patate douce au lait de coco
- Quiche thon tomate sans gluten et sans lactose
- Cake à la farine de riz aux pépites de chocolat
- Biscuits sans gluten

EN DIRECT DES RÉGIONS

► Atelier lecture d'étiquettes à Nantes (44)



Pour mon premier temps de rencontre en Loire-Atlantique, j'ai souhaité me présenter comme délégué en proposant le 22 juin dernier un atelier lecture d'étiquettes aux adhérents du département, mais aussi à ceux de Vendée. Nous étions dix participants dont deux adolescent.e.s pour s'initier et s'y retrouver dans les différentes compositions de produits, et pour rappeler les différentes problématiques de contaminations. Un moment interactif, ludique et convivial, avec plusieurs interrogations pertinentes ! Un petit panorama des activités de l'AFDIAG était bien évidemment au programme.

Ce fut également l'opportunité d'un temps convivial et de dégustation, avec l'occasion de faire découvrir plusieurs produits sans gluten de l'entreprise locale Nature et Cie, basée à Vallet en Loire-Atlantique, que je remercie pour ses échantillons. •

Guillaume BRYON-CARAËS
Délégué du 44



◀ Sortie au restaurant à Saint-Régis-du-Coin (42)



Nous nous sommes retrouvés dimanche 9 juin 2024 au restaurant "Le Jardin des 4 M" à Saint-Régis-du-Coin (42) pour une sortie gourmande dans un cadre plein de charme et avec un accueil très chaleureux. Marie, notre hôte, très sensibilisée au régime sans gluten, a été très à l'écoute et nous a proposé un excellent menu sans gluten avec des produits de saison et locaux. Un pain maison aux graines de sarrasin nous a été proposé pour accompagner notre repas et nous avons eu le privilège de repartir avec la recette.

Je remercie très chaleureusement les personnes qui ont participé à ce joli moment de convivialité ainsi que Marie pour son accueil, son écoute et pour nous avoir offert en fin de repas les boissons chaudes. •

Cécile CHAUVINC
Déléguée du 42



◀ Visite d'une moutarderie à Beaune (21)



En ce dernier week-end du mois de juin, sous le soleil, les adhérents de la Côte d'Or et des départements limitrophes se sont retrouvés à Beaune pour visiter la moutarderie Fallot, entreprise familiale depuis 1840. À travers un parcours "sensations fortes" nous avons découvert le monde de la moutarde réalisé avec des graines 100 % bourguignonnes. Nous avons vu les différentes étapes de la transformation de la graine de sénevé depuis le silo de stockage jusqu'au conditionnement du produit fini. En fin de visite, chacun a reçu 2 petits pots de moutarde. De quoi cuisiner de bons petits plats ! Ensuite, nous sommes allés pique-niquer dans le parc de la Bouzaize. Sous les arbres nous avons trouvé de la fraîcheur car la chaleur était au rendez-vous. Les enfants étaient heureux de jouer tous ensemble dans le parc. Malheureusement nous avons dû quitter le parc sitôt le repas terminé. Le parc devait fermer en raison du déclenchement d'une vigilance orange "orages". En tout cas, tout le monde est reparti avec le sourire de cette journée bien remplie !

Nathalie CARLET

Déléguée du 21/10/39 et du secteur Centre

► Compte rendu Forum association GHBS (56)



Le Forum a eu lieu toute la journée du 13 juin, pour la 6^{ème} fois. La plupart des 65 associations conventionnées par le GHBS - Groupement Hospitalier de Bretagne Sud - étaient présentes. Malheureusement le temps n'était pas au rendez-vous, il y a eu moins de monde globalement à se déplacer que certaines années, mais pour l'AFDIAG, j'ai pu rencontrer des personnes intéressées par l'Association. Une adhérente qui a un petit garçon décelé coeliaque au mois de mars n'a pas pu venir au forum, nous avons donc pris un rendez-vous téléphonique 15 jours plus tard. Ces actions nous permettent de rester "connectés" avec les adhérents, de leur rappeler que nous sommes présents pour les accompagner vis-à-vis de la maladie coeliaque et l'environnement lié à cette maladie, comme le remboursement CPAM par exemple, régime à l'école etc.



Ce forum a permis d'échanger avec certains médecins, infirmières... puisque nous étions au centre de l'hôpital, mais également avec d'autres associations de santé. Sur ce dernier point, j'ai eu un contact intéressant et serai présente à une journée organisée par une association sur les maladies cardiaques au Centre Océnan à Ploemeur (56), le jeudi 26 septembre toute la journée. Il y aura là aussi diverses associations de santé. Merci à Schar pour ses produits, toujours appréciés. •

Martine MIARA - Déléguée du 56



EN DIRECT DES RÉGIONS

► Grand goûter d'Ile-de-France (94)



Le dimanche 23 juin dernier, une cinquantaine d'adhérents ont participé à la 1ère édition du grand goûter d'Ile-de-France à Vincennes !

Autour de gâteaux faits maison et de produits offerts par notre partenaire Dr Schar, les adhérents ont pu partager leur expérience entre eux ainsi qu'échanger avec 4 de nos déléguées départementales et le Vice-Président de l'AFDIAG.

Cet évènement promet de nombreuses nouvelles rencontres à l'avenir! Un groupe whatsapp vient d'ailleurs d'être créé pour les adhérents de région parisienne afin de prolonger les échanges.

Vous êtes coeliaque (intolérant) ou sensible au gluten ? N'hésitez pas à rejoindre l'Association afin de profiter de l'ensemble de nos évènements en région, des documents d'information et des nombreux ateliers proposés aux adhérents. •

Mathilde BOURDEAU
Déléguée du 75



◀ Les causeries au salon de thé chez Capy ! (33)



Toutes les personnes inscrites sont venues et nous avons pu faire connaissance et échanger sur nos vies sans gluten.

Des expériences échangées, des perspectives positives qui montrent que les plus anciens ont réussi à apprivoiser le régime dans le quotidien.

Une causerie intergénérationnelle, où l'on croise petites filles, jeunes adultes, séniors, avec un diagnostic récent ou ancien. Des astuces partagées, des ateliers cuisine et d'autres projets de rencontres ont été évoqués pour des prochains événements.

Cejour, le thème évoqué était le remboursement des produits sans gluten par la sécurité sociale et les mutuelles. Une prochaine date en septembre est prévue pour le salon de Thé. Le mois d'octobre devrait aussi être intéressant avec un atelier cuisine en visio et peut être du présentiel... le mail d'information paraîtra en octobre. •

Fatiha OUCHIKH
Déléguée du 33 et du secteur Sud-Ouest

► Goûter partagé à Limoges (87)



Première réunion pour l' AFDIAG Haute-Vienne, le dimanche 9 juin, malgré un temps triste, la réunion était le moment pour les adhérents, de se rencontrer, d'échanger et partager le ressenti de chacun sur leur maladie ou celle de leurs enfants. La bonne humeur était là avec une parole libérée.

Fabienne Riehl déléguée de secteur nous a accompagné pour notre premier contact avec les adhérents AFDIAG conviés (secteur Limousin, Vienne) avec un jeu d'étiquettes, très apprécié des enfants.

C'était aussi l'occasion de pouvoir déguster des cookies, gâteau au chocolat et cake aux amandes les yeux fermés en toute confiance.

Merci beaucoup aux adhérents qui se sont déplacés et à Fabienne pour sa gentillesse.

Espérant un nouveau rendez-vous de partage. •

Céline ROUBY et Véronique BOURDON
Déléguées du 87



◀ Stand d'information au magasin Satoriz (42)



Le samedi 15 juin 2024, le magasin bio Satoriz à Saint Etienne (42) a eu la gentillesse de m'accueillir afin d'animer un stand d'information et de sensibilisation au régime sans gluten.

Cette animation a été l'occasion de riches échanges avec des personnes sensibilisées au régime sans gluten et de faire connaître les actions de l'Afdiag.

Je remercie Sylvain, responsable du magasin et toute son équipe pour leur chaleureux accueil et pour avoir mis gracieusement à disposition de nombreux produits sans gluten sur le stand Afdiag. •

Cécile CHAUVINC
Déléguée du 42

EN DIRECT DES RÉGIONS

► Foire Bio de Montauban (82)



Pour la deuxième année consécutive l'AFDIAG était présente à la foire Bio de Montauban qui s'est tenue le 15 septembre Cours Foucault en plein air !

Le soleil était de la partie et les visiteurs sont venus en nombre !

Sophie, de la société So Damn, est venue dès le matin apporter des viennoiseries sans gluten, du pain et quelques douceurs au moment du café ! Elle a donné un peu de son temps sur le stand à la rencontre du public qui s'arrêtait nombreux pour prendre des informations.

Il y a également eu la visite d'adhérents du département et des départements voisins venus en réponse à l'invitation reçue. Les rencontres et les échanges ont été nombreux, pour certains simple curiosité, d'autres concernés par le problème du gluten ou ayant quelqu'un dans leur entourage coeliaque ou hypersensible.

Une belle occasion de faire connaître l'Association et ses missions souvent méconnues ! •

Fabienne RIEHL
Déléguée du 15
et du secteur Limousin/Midi-Pyrénées



◀ Goûter partagé à Clermont-Ferrand (63)



Le samedi 28 septembre, les adhérents du Puy-de-Dôme se sont retrouvés à la salle Auguste Ricard de Montferrand pour un moment de convivialité. Cette rencontre a été l'occasion d'échanger sur les difficultés rencontrées au quotidien et sur les solutions trouvées pour mieux vivre avec la maladie coeliaque. La plateforme d'éducation à la santé, les visios avec des cheffes pâtissières et l'application Gloton ont été présentées.

Tout ceci sans oublier d'être gourmands ! Les participants ont pu déguster les goûters confectionnés maison, l'occasion d'un échange de bonnes recettes et d'astuces. Une rencontre enrichissante durant laquelle chacun a pu s'exprimer dans la bienveillance, autour de bons gâteaux maison, en espérant une prochaine activité ensemble avec plaisir ! •

Aurélie MAZEL
Déléguée du 63 en formation



◀ Journée du Cœur et d'informations avec les associations (56)



L'AFDIAG 56 a été invitée le jeudi 26 septembre par l'association ATOUT COEUR à une journée d'informations sur l'insuffisance cardiaque avec la présence d'une douzaine d'associations de santé, d'une diététicienne et la participation du Groupement Hospitalier de Bretagne Sud avec séances de démonstration des gestes qui sauvent et séance de dépistage complet (diabète, tension, cholestérol, IMC...). Cette journée était organisée à Ploemeur dans le Morbihan, dans l'espace culturel "Océanis". Plusieurs salles étaient à disposition pour cet événement. Un parcours avait été organisé à travers les salles. De ce fait les personnes qui entraient étaient quasi dans l'obligation de passer par tous les stands. J'ai pu renseigner une vingtaine de personnes toujours intéressées sur le "Gluten", dont une maman qui a un petit garçon détecté coeliaque et qui pense que bientôt elle va pouvoir réintroduire le gluten dans son alimentation ! Je pense qu'il est important de se faire connaître à travers ce type de journée, se rapprocher d'autres associations de santé et créer du lien. Grâce à ces rapprochements cela permet d'être invité lors de manifestations des associations, et par notre présence trouver de nombreux adhérents. ●

Martine MIARA
Déléguée du 56

► Pique nique et visite de l'Église de Passy (74)



Le ne faisait pas chaud ce samedi 14 septembre. De ce fait, la visite de l'église Notre-Dame de Toute Grâce au Plateau d'Assy, s'est faite le matin. C'est un édifice-clé du renouveau de l'art sacré au XX^e siècle. Le pique-nique fut confortable grâce à la salle hors sac mise à disposition. L'occasion d'échanger sur les problématiques des étiquettes, sur des adresses et des recettes. C'est sous un soleil radieux que nous avons rejoint le Lac Vert et déambulé dans la station de Plaine-Joux. Une rencontre très réussie. Les adhérents ont été émerveillés par l'église et ses trésors, et par le panorama extraordinaire du Massif du Mont-Blanc. Merci à vous tous pour votre présence. ●

Marie-Odile ROGER - Déléguée du 74





▲ Rencontre à la fromagerie au Pont-au-Loup (59)



Le 5 octobre 2024, une cinquantaine d'adhérents de l'AFDIAG se sont retrouvés à Saint-Aubin, dans le Nord, pour une journée riche en échanges.

Brigitte Croze, notre déléguée nationale, et Eliette Sineiro avaient traversé la France afin de remercier Marie-Christine Dubois pour ses vingt années d'engagement auprès des adhérents du Nord. Celle-ci lègue ses fonctions de déléguée de secteur à Jeanne Oudart. La matinée a débuté par une agréable et instructive visite de la fromagerie du Pont des Loups, suivie d'une dégustation de plusieurs de leurs productions (maroilles, boulette d'Avesnes, T'chiot biloute). Les participants se sont ensuite réunis pour un déjeuner, organisé sous forme d'auberge espagnole, dans la salle des fêtes de la commune de Saint-Aubin que nous remercions pour la mise à disposition des locaux. Mme Contal de l'Atelier Contal (situé dans les Ardennes), a présenté et proposé la dégustation de ses produits certifiés sans gluten à base de lentilles et de sarrasin bio. Les participants ont pu goûter et emporter des produits offerts par Wiso et Schär. Ces moments conviviaux ont favorisé les échanges entre adhérents sur la maladie coeliaque et les défis quotidiens qu'elle impose. De nombreux conseils pratiques et des recettes sans gluten ont été échangés. L'événement a également permis de présenter deux des trois futures déléguées départementales du secteur Nord : Omayma Al Massati (Nord) et Charlène Battement (Normandie). Maëlle Lochu (future déléguée de la Marne) ne pouvant être présente. •

Jeanne OUDART
Déléguée du 80 et du secteur Nord

▼ AMIG-EST (67)



Le samedi 5 octobre une soixantaine de personnes a participé à une rencontre organisée par l'AMIG-EST à Ebersheim dans le Bas-Rhin, dans une ambiance très conviviale et gourmande.

Tatiana et Julie de la société Mon Fournil ont proposé une démonstration de la préparation de leur pain express sans gluten et ont présenté leurs farines et produits sans gluten.

Les adhérents et leurs proches se sont ensuite régaliés avec des plateaux de charcuteries italiennes, des légumes à croquer accompagnés de sauce et de pain sans gluten réalisés par l'épicerie /boulangerie l'Eden à Obernai.

La journée s'est poursuivie par une démonstration de la recette d'un gâteau aux cerises et Kirsch réalisée par Elena ainsi que par la dégustation de nombreux desserts réalisés et apportés par les adhérents.

Un grand merci à tous les participants, à Tatiana et Julie de Mon Fournil et à Janine de la boulangerie /épicerie l'Eden pour cette belle journée. •

Laurence SCHMITT
Présidente AMIG-EST



Rencontre à Lille (59)



De gauche à droite :

Charlène Battement déléguée du 76,
Jeanne Oudart, nouvelle déléguée de secteur,
Marie Christine Dubois, Brigitte Croze déléguée
nationale, Omayma Al Massati nouvelle déléguée
du 59, Eliette Sineiro, Commission déléguée.

Un grand merci à Marie Christine Dubois pour ces 20 ans de déléguée du Nord et de déléguée de secteur. Merci pour toutes les actions qu'elle a menées dans son département.

J'accueille avec grand plaisir Jeanne Oudart déléguée de la Somme qui a accepté de prendre le poste de déléguée de secteur, accompagnée de déléguées nouvellement formées. Vous les rencontrerez prochainement dans différentes manifestations.

Brigitte CROZE
Déléguée nationale et du Sud-Est

► Stand AFDIAG au Testathlon d'Armentières (59)



Le samedi 12 octobre 2024, lors de la 19^{ème} édition du Testathlon d'Armentières, organisé par la Fondation DigestSciences aux Prés du Hem, l'AFDIAG a tenu une permanence au sein d'un stand consacré à la sensibilisation sur la maladie coeliaque. Cet événement sportif solidaire avait pour objectif de soutenir la recherche sur les maladies digestives telles que la maladie de Crohn, la rectocolite hémorragique, le syndrome de l'intestin irritable (SII) et la maladie coeliaque, grâce aux inscriptions des participants.

Le stand de l'AFDIAG a été un point de rencontre privilégié pour informer et sensibiliser le public sur la maladie coeliaque. Plusieurs questions ont été posées, en parti-

culier sur les liens entre le régime sans gluten et d'autres pathologies digestives, ainsi que sur les bonnes pratiques de restauration et de cuisine sans gluten pour les proches souffrant de la maladie coeliaque. De plus, plusieurs médecins présents étaient intéressés par les informations fournies et ont pris des flyers de l'AFDIAG afin de les transmettre à leurs patients coeliaques.

En parallèle, des bénévoles ont régalé les visiteurs en leur offrant des crêpes sans gluten, préparées avec soin tout au long de la journée.

Cet aspect convivial a été particulièrement apprécié, et de nombreuses personnes ont demandé la recette pour pouvoir reproduire ces délicieuses crêpes chez elles. Cette journée a été une belle opportunité de sensibilisation et de partage, et nous remercions la Fondation DigestSciences pour cette belle organisation et les participants pour leur engagement envers la recherche sur les maladies digestives. •

Omayma AL MASSATI
Déléguée du 59 en formation



Notre nouveau site Internet est en ligne !



Nous avons une excellente nouvelle à partager avec vous : notre site Internet a fait peau neuve ! Après plusieurs mois de travail, nous sommes ravis de vous présenter cet espace entièrement repensé pour mieux répondre à vos attentes et vous offrir une expérience utilisateur optimale.

► UN SITE CONÇU POUR VOUS

Sur ce nouveau site, tout a été pensé pour faciliter votre navigation et rendre l'accès à l'information plus intuitif. Vous y trouverez des contenus clairs, des ressources pratiques et des fonctionnalités simplifiées pour vous accompagner au mieux dans votre parcours.

► MERCI À L'AGENCE KAPT

Ce projet n'aurait pas été possible sans le soutien et le professionnalisme de l'agence de communication KAPT. Leur expertise et leur engagement ont été déterminants pour la réalisation de ce site qui, nous l'espérons, répondra parfaitement aux besoins de notre communauté.

Voici quelques-unes des nouveautés que vous pourrez découvrir :

- Des informations à jour sur la maladie coeliaque et les sensibilités au gluten.
- Des guides pratiques et des ressources pour vous informer et vous accompagner.
- Un accès facilité à nos événements et ateliers pour ne rien manquer de nos actualités.

- Une rubrique contact simplifiée pour toutes vos questions ou demandes de soutien.
- Une adhésion facilitée pour rejoindre notre association et contribuer à améliorer le quotidien des malades.

► RENDEZ-VOUS SUR AFDIAG.FR

Nous vous invitons dès maintenant à explorer notre nouveau site sur afdiag.fr et à profiter de ses nombreuses fonctionnalités. C'est grâce à votre soutien continu que nous avons pu concrétiser ce projet, et nous sommes impatients de vous y retrouver !

Céline BOURAI-CHARA





L'avoine quand on est cœliaque : Attention aux contaminations croisées !

L'avoine est une céréale de la famille des graminées, couramment consommée dans le monde entier. Elle ne fait pas partie de la même lignée que le blé, le seigle et l'orge, appartenant à la famille des Triticum. Riche en fibres, en protéines et en vitamines, elle représente une alternative saine et nutritive pour la majorité des personnes atteintes de la maladie cœliaque ; Si l'avoine a longtemps été incriminée et est inscrite sur la liste des céréales interdites pour les coeliaques — ce qui a donné naissance à l'acronyme mnémotechnique SABOT (Seigle, Avoine, Blé, Orge et Triticale) — des études récentes ont pourtant montré que l'avoine est tolérée par la majorité des coeliaques.

► ATTENTION CEPENDANT AUX CONTAMINATIONS CROISÉES !

La contamination croisée désigne le transfert involontaire de substances indésirables d'un aliment à un autre. Dans le cas de la maladie cœliaque, cela se produit lorsque des aliments contenant du gluten entrent en contact avec des produits sans gluten.

Ce risque peut survenir à différentes étapes, depuis la récolte jusqu'à la préparation.

En France, comme dans d'autres pays européens, l'avoine peut être contaminée lors des étapes suivantes :

- **Culture :** L'avoine peut être cultivée à proximité de céréales contenant du gluten (blé, orge ou seigle). Le vent, la pluie ou les insectes peuvent transporter des grains de gluten vers les champs d'avoine.
- **Récolte :** Les machines utilisées pour récolter différentes cultures peuvent ne pas être nettoyées entre les récoltes, entraînant un transfert de gluten vers l'avoine.
- **Conditionnement :** Les silos ou espaces de stockage peuvent encore contenir des résidus de gluten si des céréales contenant du gluten y ont été entreposées précédemment.
- **Transport :** L'avoine risque d'être contaminée si elle est transportée dans des camions, conteneurs ou sur des palettes ayant servi pour des céréales contenant du gluten, sans un nettoyage adéquat.
- **Transformation :** Dans les usines, les machines et les lignes de production peuvent traiter des céréales avec gluten avant de passer à l'avoine. Sans nettoyage rigoureux, une contamination croisée peut survenir.



DIÉTÉTIQUE

Une fois dans votre cuisine, il est essentiel d'adopter certains réflexes pour éviter les risques de contamination :

- **Ustensiles de cuisine** : n'utilisez pas le même couteau ou la même planche à découper pour des aliments avec et sans gluten (évitez également les ustensiles en bois).
- **Fours et casseroles** : ne préparez pas d'aliments sans gluten dans des appareils non soigneusement nettoyés.
- **Stockage** : rangez les aliments sans gluten en hauteur, dans des boîtes hermétiques, loin de ceux contenant du gluten.

Pour minimiser les risques, l'Association recommande aux personnes coeliaques de ne consommer que de l'avoine certifiée avec le logo "épi barré". Ce label garantit le respect d'un cahier des charges strict (audit du site de production et analyses des produits finis), assurant ainsi la sécurité des consommateurs.

Attention, certaines personnes coeliaques peuvent réagir à l'avoine !

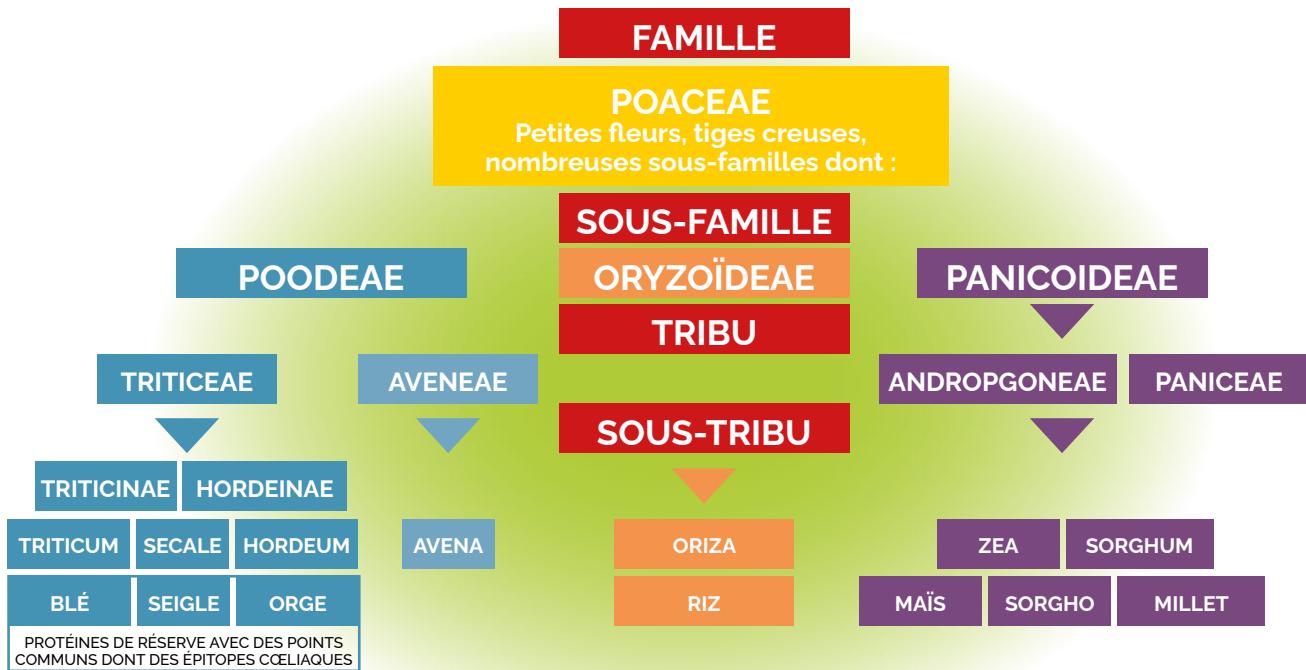
En effet, si la majorité des coeliaques tolèrent bien l'avoine, certains réagissent à d'autres protéines présentes dans cette céréale, comme l'avenine, provoquant des symptômes similaires à ceux du gluten. Si l'avoine ne contient pas de gluten en tant que tel, il est génétiquement proche du blé !
(cf schéma)



"Les produits certifiés contenant de l'avoine porteront la mention "OATS" ou Avoine sous le logo".

COUP D'ŒIL À LA TAXONOMIE

(D'après Soreng *et al.*, 2015)



Attention également aux malades coeliaques intolérants au lactose ! Ils consomment des substituts végétaux à base d'avoine et dans ce cas de figure l'avoine est très souvent contaminée.

L'Association conseille d'attendre que le taux d'anticorps anti-transglutaminase soit négatif avant d'introduire l'avoine dans l'alimentation et de surveiller toute réaction éventuelle. En cas de doute, consultez votre médecin.

Attention également aux malades coeliaques intolérants au lactose ! Ils consomment des substituts végétaux à base d'avoine et dans ce cas de figure l'avoine est très souvent contaminée.

Une fois toutes ces précautions prises, n'hésitez pas à consommer de l'avoine !

► BEAUCOUP D'AVANTAGES :

Riche en fibres solubles : L'avoine contient une fibre soluble appelée bêta-glucane, qui aide à abaisser le taux de cholestérol. Elle favorise également la santé cardiaque en réduisant le taux de mauvais cholestérol (LDL) dans le sang, sans affecter le bon cholestérol (HDL).

- Bon pour la digestion :** Grâce à sa teneur élevée en fibres, l'avoine aide à réguler la digestion et à prévenir la constipation. Les fibres favorisent également une sensation de satiété, ce qui peut être utile pour gérer le poids.

- Indice glycémique bas :** L'avoine a un faible indice glycémique, ce qui signifie qu'elle libère lentement le glucose dans le sang. Cela aide à maintenir des niveaux d'énergie stables et à éviter les pics de glycémie, ce qui est particulièrement bénéfique pour les personnes atteintes de diabète de type 2.

- Source de protéines :** Comparée à d'autres céréales, l'avoine est relativement riche en protéines. Une portion d'avoine contient environ 5 à 7 grammes de protéines, ce qui contribue à la réparation et à la construction des tissus corporels.



- Riche en vitamines et minéraux :** L'avoine contient des vitamines importantes comme la vitamine B1 (thiamine) et des minéraux essentiels tels que le magnésium, le phosphore, le zinc et le fer, qui sont cruciaux pour le bon fonctionnement du corps.

- Antioxydants :** L'avoine est riche en composés antioxydants, notamment les avénanthramides, qui sont des polyphénols uniques à l'avoine. Ces antioxydants peuvent avoir des effets anti-inflammatoires et améliorer la santé cardiovasculaire.

- Aide à la gestion du poids :** L'avoine procure un sentiment de satiété plus longtemps grâce à sa teneur en fibres et en protéines. Cela peut aider à réduire les fringales et à mieux gérer la consommation alimentaire, contribuant ainsi à la gestion du poids.

Il n'y a pas de recommandations en France concernant les quantités d'avoine à consommer. L'association canadienne des malades coeliaques recommande cependant de limiter la portion d'avoine à 20 à 25 grammes par jour pour les enfants et de 125 à 175 grammes par jour pour les adultes. •

Caroline TORSET
Directrice de l'AFDIAG

Qualinoa, une innovation de rupture "Sans gluten et sans additif" à très haute valeur nutritionnelle grâce au Quinoa !



Didier Bazile, chercheur spécialiste de la biodiversité agricole, s'intéresse au quinoa depuis 2004. Il s'installe dans les Andes pendant 4 ans (2008-2012) pour étudier sa culture qui regroupe plus de 6000 variétés paysannes.

La valorisation de cette biodiversité ouvre la voie à une panification sans gluten sans recours aux additifs qui peuvent générer des pathologies secondaires chez les malades cœliaques. Dès 2020, Qualinoa réalise la Preuve de Concept d'une formulation innovante avec plus de 75 % de farine de quinoa, et obtient le **Prix Coup de Coeur**

du Booster d'Innovation de Montpellier Université d'Excellence. En 2024, Qualinoa lance ses 5 premiers Mix-Pains sur le marché.

Qualinoa a été qualifiée de Deeptech par BPI-France car notre innovation technologique permet de redonner une capacité de panification à tous types de farines sans gluten sans besoin de recourir aux additifs.

"La R&D est au cœur de notre activité avec la conception et la formulation de produits alimentaires innovants à très haute valeur nutritionnelle, sans gluten et sans additifs, à base majoritaire de quinoa".



Engagés dans l' Economie Sociale et Solidaire pour des impacts positifs tant environnementaux "*préserver la biodiversité du quinoa*" que sociaux "*rompre l'isolement des malades coeliaques avec des aliments bons pour tous*": pour que biodiversité rime avec santé.

Le riz est l' ingrédient principal de 2/3 des produits sans gluten, suivi du maïs. Comparés à la farine de blé (avec gluten), ils ont une valeur nutritionnelle médiocre. Utiliser la farine de quinoa comme ingrédient principal permet d'obtenir des produits à très haute valeur nutritionnelle. En effet, le quinoa a un faible indice glycémique, est riche en oméga 3, oméga 6, fibres, protéines, vitamine E et nombreux minéraux.

Nos mix offrent un choix supérieur car le quinoa surpasse toutes les céréales en termes d'apports nutritionnels. Ils répondent aux besoins de nombreux consommateurs : Intolérants au gluten et malades coeliaques, sportifs, végétariens et végans, ou encore séniors.

Qualinoa propose aujourd'hui 5 déclinaisons d'un vrai pain de quinoa qui respecte nos valeurs :

- **Praticité avec un Mix prêt-à-l'emploi**, très facile d'utilisation, car tout est intégré dans le sachet pour faire son pain à la maison ;
- **Qualité** avec toujours le quinoa comme ingrédient majoritaire dans nos formulations pour booster la valeur nutritionnelle de nos produits ;
- **Garantie de traçabilité sanitaire** avec la certification AFDIAG sans gluten (une évidence pour nous), la mention Agriculture Biologique et le label Entreprise engagée pour la Nature (pour notre plan d'action en faveur de la biodiversité).

Toute une gamme va suivre avec notamment d'autres mix destinés à faire des brioches, des pâtisseries, des purées et même un couscous de quinoa. •

Kamélia LAMRANI

Plus d'infos : <https://qualinoa.com/>
 Retrouvez tous nos produits en ligne :
<https://www.racines-shop.com/>





Stage été 2024

Cet été comme depuis plus de 20 ans, le stage d'éducation nutritionnelle s'est tenu dans les Alpes.

Tout au long de la semaine, nos stagiaires ont participé à une variété d'activités : jeux divertissants, sessions de danse et de yoga, groupes de discussion, activités en plein air... Idéal pour favoriser la connaissance de soi, le partage de joies et de réussites.

Merci aux animateurs et participants pour leur énergie et à l'année prochaine ! •

Caroline TORSET
Directrice de l'AFDIAG



Cet été, comme chaque année, le stage d'éducation nutritionnelle destiné aux enfants atteints de la maladie coeliaque a eu un réel succès ! Voir tous ces jeunes se rassembler, apprendre et s'amuser tout en découvrant des astuces pour mieux vivre leur quotidien sans gluten a été un véritable plaisir.

Durant la semaine, les enfants ont eu l'opportunité d'enrichir leurs connaissances sur le régime sans gluten et sur la maladie coeliaque de manière ludique et interactive. Ils ont non seulement appris à lire les étiquettes des produits alimentaires mais aussi à cuisiner du pain et des cookies lors des ateliers de cuisine.

En plus des aspects éducatifs, nous avons partagé des moments inoubliables lors des activités proposées : randonnée plein air, accrobranche, détente au plan d'eau, olympiade, jeux extérieur... Chaque journée se terminait par une veillée amusante où rires et bonne humeur étaient au rendez-vous.

L'équipe d'animation et les encadrants étaient eux aussi coeliaques, cela a permis de créer une véritable connexion et une atmosphère de confiance entre les enfants et nous. Chacun d'entre nous comprenant les défis quotidiens des enfants, nous avons pu partager nos expériences tout en les soutenant, notamment lors des groupes de parole.

Ce stage a permis aux enfants de créer des liens d'amitié dans un cadre bienveillant. Je repars de cette semaine la tête pleine de bons souvenirs et heureuse d'avoir contribué à leur épanouissement. On se retrouve l'année prochaine !

Elena, animatrice

Pour moi il n'y a pas de meilleur moment au stage de l'AFDIAG car c'est le stage entier qui est le meilleur moment. Ne pas être différente des autres et pouvoir parler librement de sa maladie avec des gens qui nous comprennent c'est vraiment incroyable notamment avec les temps de parole. C'est une semaine remplie de rire, de joie et d'émotions, surtout lorsqu'on retrouve tous ses amis, car l'AFDIAG c'est comme une seconde famille. (Mais j'ai tout de même eu une petite préférence pour la sortie au lac avec le toboggan gonflable).

Hermione, stagiaire

Un des moments les plus marquants a été de pouvoir manger des repas comme tout le monde ! Nous avons pu participer à des ateliers Cuisine, c'était vraiment génial. Et bien sûr les rencontres que l'on fait sont inoubliables !

Agathe, stagiaire



Schnitzer
GLUTENFREIHEIT

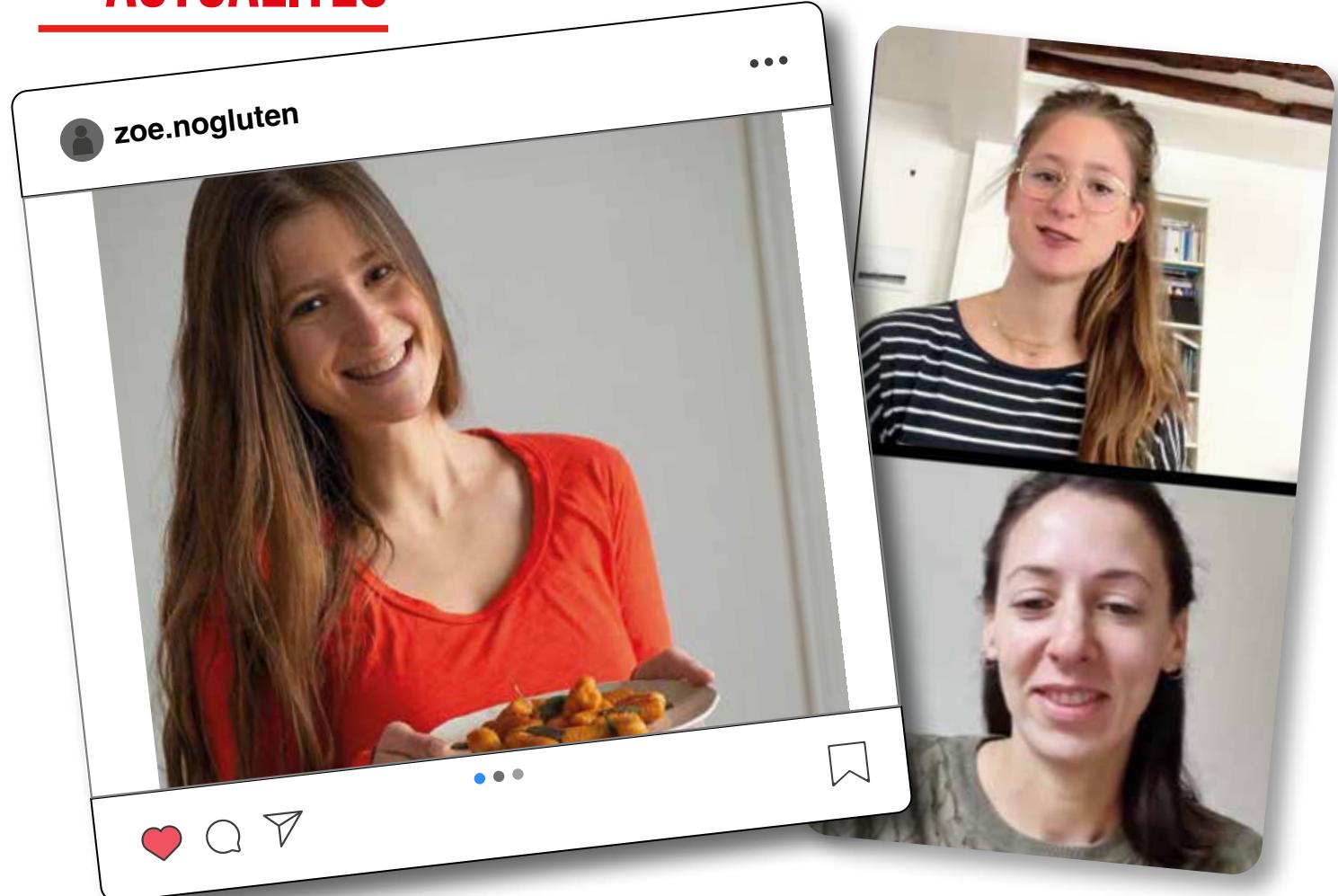
CROQUEZ LA VIE À PLEINES DENTS

DÉGUSTEZ
NOS PAINS ET PÂTISSERIES
SAVOURUEUX ET SANS GLUTEN

- ✓ muffins bio sans gluten
- ✓ trois saveurs délicieuses : myrtille, chocolat et vanille
- ✓ idéal pour accompagner votre café ou pour le goûter

Schnitzer GmbH & Co. KG | Marlener Str. 9 | 77656 Offenburg | www.schnitzer.eu

ACTUALITÉS



Premier LIVE Instagram* avec @zoe.noglutén



Ce vendredi 27 septembre à 12h30, l'AFDIAG a organisé son tout premier live* Instagram avec @zoe.noglutén, l'influenceuse aux 600 000 abonnées.

Zoe Reich, de son vrai nom, est connue pour ses recettes faciles et rapides en peu d'ingrédients. Elle est également autrice de 2 livres de cuisine sans gluten.

Constatant que les membres de sa communauté posaient très régulièrement le même type de questions sur le sans gluten, Zoé a proposé de les adresser en partenariat avec l'AFDIAG, lors de sa rencontre avec Mathilde, notre déléguée de Paris.

Toutes deux coeliaques, elles ont fait de leur maladie une force et s'attachent à aider le plus grand nombre de manière positive, notamment par la création de contenus sur les réseaux sociaux.

Organisé pour répondre en direct à toutes les questions sur le rôle de l'association et sur les pathologies liées au gluten, ce live de 45 minutes était également l'occasion de

sensibiliser plus largement sur cette cause les personnes mangeant avec ou sans gluten.

De nombreux sujets ont pu être abordés par Zoé et Mathilde : diagnostic de la maladie coeliaque et de la sensibilité au gluten, certification des restaurants, contaminations croisées, remboursement des produits, avancée de la recherche, situation de la France par rapport à l'Europe, etc.

En moyenne, 300 personnes ont suivi le live en direct. La publication du replay** a généré 110 000 vues et a reçu près de 900 likes.

Un sacré coup de boost pour la cause des sans gluten !

Si vous l'avez raté, le replay du live est disponible de manière permanente sur le compte Instagram de l'AFDIAG et de Zoé. •

Mathilde BOURDEAU

*Publication en direct d'une vidéo, ici un échange entre Zoé et Mathilde autour des questions des abonnés.

**Rediffusion



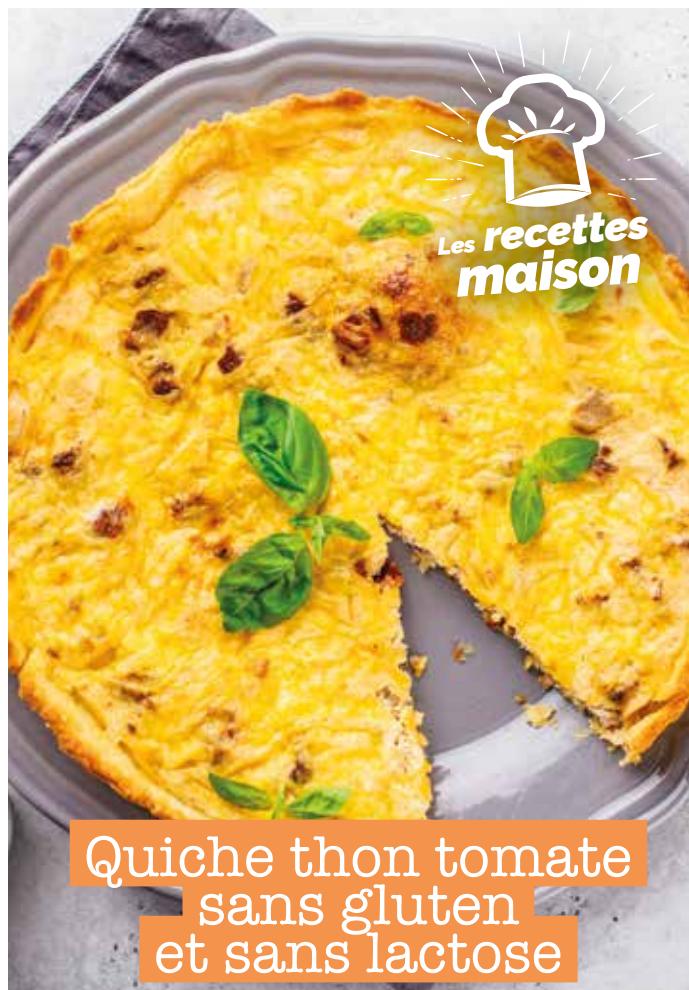
Les recettes
maison



Gratin de patate douce
au lait de coco



Les recettes
maison



Quiche thon tomate
sans gluten
et sans lactose



Les recettes
maison



Cake à la farine de riz
aux pépites
de chocolat



Biscuits
sans gluten

Quiche thon tomate sans gluten et sans lactose



Par Clara Journou



4 PERS



10 MIN



50 MIN

Ingrédients :

- 1 pâte brisée sans gluten et sans lactose (du commerce ou maison) • 350 g de tomates • 200 g de thon en boîte • 3 œufs
- 20 cl de crème de riz • 2 cuillères à soupe de moutarde
- 1 cuillère à soupe d'herbes de Provence • 1 pincée de noix de muscade moulue • 1 pincée de sel.

PRÉPARATION :

1. Préparer au préalable la pâte brisée maison ou utiliser une pâte du commerce.
2. Déposer la pâte dans le moule à tarte, la piquer à l'aide d'une fourchette et la faire précuire au four pendant 5 minutes.
3. Laver et couper les tomates en rondelles.
4. Égoutter le thon et l'émietter.
5. Préparer l'appareil à quiche : dans un saladier, mélanger les œufs, la crème de riz, la muscade, le sel, le poivre et les herbes de Provence.
6. Badigeonner la pâte précuite de moutarde à l'aide d'un pinceau de cuisine.
7. Puis disposer les tranches de tomates et le thon émietté.
8. Enfin, verser par-dessus l'appareil à quiche.
9. Parsemer de quelques herbes de Provence supplémentaires et enfourner pour 45 minutes.
10. Servir dans de grandes assiettes avec une belle salade verte.

Bonne dégustation !

Biscuits sans gluten



Par Aurélie Begel.



6 PERS



5 MIN



20 MIN

Ingrédients :

- 150g de flocons d'avoine • 100g de fruits secs • 2 œufs • 50g de sucre glace • 5 cuillères à soupe de miel • 50g de pépites de chocolat.

PRÉPARATION :

1. Préchauffer le four à 180°C.
2. Dans un bol, battre au fouet les œufs et le sucre glace.
3. Ajouter ensuite les flocons d'avoine, puis le miel, et mélanger.
4. Incorporer ensuite les noix et les pépites de chocolat.
5. Sur une feuille de papier cuisson, et à l'aide d'une cuillère à soupe, former des petits tas.
6. Enfourner pendant 15 à 20 minutes.

Bonne dégustation !

Gratin de patate douce au lait de coco



Par Clara Journou



8 PERS.



15 MIN



1H35MIN

Ingrédients :

- 1,2 kg de patates douces • 300 g de pommes de terre à chair ferme • 1 gousse d'ail • 1 oignon • 200 ml de crème de coco
- 1 litre de boisson d'avoine • 50 g de parmesan fraîchement râpé
- 2 cuillères à soupe de coriandre fraîchement hachée • 1 cuillère à café de muscade moulue • 1 poignée de cacahuètes • sel et poivre.

PRÉPARATION :

1. Commencer par laver et éplucher les patates douces et les pommes de terre à l'économie, les rincer à l'eau et bien les essuyer. À l'aide d'une mandoline, couper les patates douces et les pommes de terre en rondelles d'environ 4 à 5 mm d'épaisseur. Émincer finement l'oignon.
2. Dans une casserole, verser le lait d'avoine et la crème de coco, puis mélanger au fouet.
3. Ajouter la coriandre hachée, la muscade, le sel et le poivre, et laisser chauffer doucement pour que les herbes et les épices infusent. Retirer du feu, puis verser dans un plat allant au four, préalablement frotté à l'aide de la gousse d'ail.
4. Préchauffer le four à 200°C. Au-dessus de la sauce, disposer en rond les patates douces et les pommes de terre en alternant une rondelle de chaque.
5. Saler légèrement. Saupoudrer de parmesan pour gratiner. Enfourner et faire cuire pendant 1h30.
6. Au moment de servir, ajouter quelques cacahuètes concassées sur le dessus.

Bonne dégustation !

Cake à la farine de riz aux pépites de chocolat



Par Corinne Janet.



6 PERS



10 MIN



45 MIN

Ingrédients :

- 3 œufs • 100 g de beurre • 50 ml d'huile • 100 g de sucre • 250 g de farine de riz blanc • 125 g de pépites de chocolat noir • 1/2 cuillère à café de levure chimique sans gluten.

PRÉPARATION :

1. Préchauffer le four à 180°C.
2. Dans un plat en verre, faire fondre le beurre avec l'huile.
3. Ajouter le sucre et mélanger. Ajouter les œufs et mélanger de nouveau.
4. Incorporer la farine et la levure.
5. Verser les pépites de chocolat dans la pâte et mélanger à nouveau.
6. Dans un moule à cake, verser la préparation en ayant préalablement beurré le moule. Cuire 45 minutes à 180°C.

Bonne dégustation !



Schär



craquez pour 4 nouvelles recettes sans gluten !



COLLOQUE MÉDICAL
Le 30 novembre 2024 à NICE

Maladie cœliaque. Quelles nouveautés en 2024 ?

PROGRAMME DE 14H À 17H

► “**Maladie cœliaque : quelles nouveautés en 2024 ?**”

Par le **Pr Stéphane Schneider, gastroentérologue et Pr de Nutrition**, Service de Gastroentérologie et Nutrition Clinique du CHU de Nice et Université Côte d'Azur, membre du Comité Médical de l'AFDIAG.

► “**Ostéoporose et maladie cœliaque**”

Par la **Pr Véronique Breuil, rhumatologue**, Service de Rhumatologie au CHU de Nice.

LIEU

“Hôtel Aston La Scala”

12 Avenue Félix Faure
06000 Nice

POUR VOUS INSCRIRE SCANNER
CE QR CODE OU RENDEZ VOUS
SUR WWW.AFDIAG.FR
(INSCRIPTION OBLIGATOIRE)



Colloque ouvert au public et aux personnels de santé.

Pour toutes questions vous pouvez écrire à : afdiag@gmail.com

1 rue des Gâtines • 75020 PARIS

www.afdiag.fr

Association régie par la loi de 1901.



AFDIAG
Association Française
des Intolérants au Gluten

