



AFDIAG

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

infos

N° 123
PRINTEMPS
2025

EN DIRECT
DES RÉGIONS

ACTUALITÉS
ASSEMBLÉE
GÉNÉRALE ORDINAIRE
DE L'AFDIAG 2024

A LA UNE

RAPPORT MORAL

Activités de
L'AFDIAG 2024



AFDIAG

Association Française
des Intolérants au Gluten



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

2-Secteur Nord

Déléguée de secteur : Jeanne Oudart

07 81 69 34 17 - jeantophe.oudart@gmail.com

59. Omayma Al Massati - 07 69 66 60 07 - omayma.almassati@gmail.com

80. Jeanne Oudart

07 81 69 34 17 - jeantophe.oudart@gmail.com

***51. Maëlle Lochu** - 06 98 03 69 45 - lochumaelle@gmail.com

***76. Charlène Battement** - 06 26 60 82 91 - charlene.ponchol@sfr.fr



10-Secteur Ouest

Déléguées de secteur : Martine Miara

Tél. 06 82 65 40 67 - miamarpa@yahoo.fr

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

1-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_stephanie@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

3-Secteur Alsace

67.68. AMIG-EST

amigest6768@gmail.com

4-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

5-Secteur Auvergne / Rhône-Alpes

Déléguée de secteur : Cécile Chauvinc

06 67 38 58 49 - chauvinc.cecile@neuf.fr

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

9-Secteur Sud-Ouest

Déléguées de secteur :

Fatiha Ouchikh et Béatrice Rance Boisot

24-32-47 Françoise Marie Glorieux

06 83 44 81 73 - latribuimarie@orange.fr

16-17. Christelle Mercier

christellemer@gmail.com

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

8-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

7-Secteur Limousin / Midi-Pyrénées

Déléguée de secteur : Fabienne Riehl

06 19 58 28 74 - fabienne.riehl@wanadoo.fr

03-63. Aurélie Mazel

06 79 63 34 62 - aurel.mazel@gmail.com

12-81. Bringolet 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

6-Secteur Sud / Sud-Est

Déléguée de secteur : Camille Girard

cgirard.afdiag@gmail.com

05-04. Bernadette Brillard

04 92 51 37 20 - 06 81 14 95 61

bernadette.brillard@gmail.com

06. Jessica Potot

07 69 00 91 43 - jessica06afdiag@gmail.com

11.66. Odile Andrieu Vergès

06 10 36 43 18 - ocverges@gmail.com

30-48. Sylvanie De Sousa Reis

06 31 04 25 37 - sylvanie.desousareis@gmail.com

34. Brigitte Croze

06 03 67 73 68 - stephbrig@wanadoo.fr

83. Pascale Garin

06 13 65 39 90 - pascalegarinvar@gmail.com

84. Camille Girard

cgirard.afdiag@gmail.com

*Délégués en formation



2 - AFDIAG Infos - PRINTEMPS - 2025

Édito



Chère adhérente, Cher adhérent,

Lors de l'Assemblée Générale du 23 novembre 2024, Brigitte Jolivet a quitté la présidence de l'AFDIAG après 25 ans de bons et loyaux services. Elle reste toujours à nos côtés.

La nouvelle direction de l'Association, enrichie de nouveaux membres, travaille maintenant avec les plus expérimentés pour vous accompagner dans votre quotidien, poursuivre les projets en cours, en initier de nouveaux... des anciens qui se souviennent de la grande aventure de l'AFDIAG et des plus jeunes pour envisager l'avenir.

Notre association ne pourrait exister sans l'équipe de salariés impliqués qui travaillent activement : appels téléphoniques, courriers, rédaction d'articles...

Ce début d'année permet de mettre en lumière l'ensemble des délégués de secteur et des délégués départementaux. Certains sont présents depuis plusieurs années, d'autres ont laissé leur place et nous les remercions pour toutes les heures données à l'Association, d'autres encore sont nouveaux ou vont se former prochainement.

Mais tous sont au plus près des adhérents pour répondre aux questions, encourager les nouveaux adhérents, organiser des moments de convivialité et d'échanges. Si vous avez déjà participé à des rencontres vous savez comme ces moments sont riches et importants. N'hésitez pas à vous rendre à des événements organisés près de chez vous ! Tous, salariés, membres du Bureau et du Conseil d'Administration, bénévoles continuerons à défendre vos intérêts et à répondre aux défis qui nous attendent.

Le bureau de l'AFDIAG

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 adresse : afdiag@gmail.fr.

AFDIAG INFOS est édité par l'Association Française Des Intolérants Au Gluten • N° 123 • PRINTEMPS 2025 • 1 rue des Gâtines • 75020 PARIS (Métro Place Gambetta) • Tél. 01 56 08 08 22 • afdiag@gmail.fr • **Direction de la publication** : Le bureau de l'AFDIAG • **Rédaction** : K. Maréchal, M. Richard, F. Marie Glorieux, C. Chauvinc, E. Macario, C. Sala, E. Sineiro, B. Rance-Boisot, P. Garin, E. Mordant, G. Zende, F. Dissaux, V. Bourdon, C. Rouby, Calicote, O. Al Massati, L. Shmitt, F. Ouchikh, O. Vérge, S. De Soussa Reis, B. Croze, C. Bourai Chara, K. Lamrani, B. Jolivet • **Photos** : K. Maréchal, M. Richard, B. Rance-Boisot, P. Garin, JDP, Magasin Biocoop de Feytiat, Équipe Calicote, F. Ouchikh, B. Jolivet, Soreda Diet, Céliane, L'Atelier Constal, La Marmotte Gourmande, Wiso, D' Schâr, Nature& Compagnie, Z. Reich, Bio. Bleud, Shutterstock • **Réalisation** : AFDIAG • **Impression** : Saxoprint • **Dépôt légal à parution** • **Reproduction interdite**.

SOMMAIRE

N° 123 - Printemps - 2025

4/10 | En direct des Régions

- ▶ Intervention à l'UFR Santé de Besançon
- ▶ Visite de Nature et Cie et restaurant
- ▶ Visite et goûter à Villeneuve sur Lot
- ▶ Journée sans gluten à Chazelles-sur-Lyon
- ▶ Rencontre à Capbreton
- ▶ Goûter partagé à La Valette-du-Var
- ▶ Les JDP 2024
- ▶ Stand au magasin Biocoop de Feytiat
- ▶ Calicote Marché de Noël
- ▶ Samedi solidaire à Lille
- ▶ Rencontre à la boulangerie Eden d'Obernai
- ▶ Visite dans un salon de thé à Bordeaux
- ▶ Visite, sortie au restaurant et concert à Montpellier

11/12 | Assemblée Générale Ordinaire 2024

14/15 | AFDIAG SASU

- ▶ L'AVENTURE SOREDA DIET
Une histoire de goût et de bien-être

16/19 | RAPPORT MORAL ET D'ACTIVITÉ DU 23 NOVEMBRE 2024

- ▶ LE POINT SUR LES ACTIVITÉS ET ACTIONS DE L'AFDIAG
- ▶ RENOUVELLEMENT DU CONSEIL D'ADMINISTRATION

20 | Actions de l'association

- ▶ JOURNÉES NATIONALES DE MÉDECINE GÉNÉRALE
- ▶ JOURNÉES FRANCOPHONES DE NUTRITION 2024

21/22 | Les recettes maison

- ▶ Recette Cake aux poires et aux amandes
- ▶ Moelleux amande poire chocolat
- ▶ Soupe sans gluten
- ▶ Quiche sans gluten

EN DIRECT DES RÉGIONS

► Intervention à l'UFR Santé de Besançon (25)



En tant que déléguée du 25/90 et formatrice de la plateforme "ÉduSansGlu", le 15 octobre 2024, j'ai fait une intervention auprès d'une quarantaine d'étudiants en 6e année de pharmacie.

Il s'agissait de les informer sur les maladies liées au gluten, les différentes pathologies, le régime sans gluten et de les sensibiliser aux autotests vendus en pharmacie.

Comme il n'y a actuellement que 10 à 20 % des malades cœliaques qui sont diagnostiqués, les futurs pharmaciens auront leur rôle à jouer pour informer leurs clients sur la possibilité de faire un autotest chez soi.

Cet autotest, qui fonctionne avec une goutte de sang ou de salive, peut informer la personne sur la présence ou non d'un marqueur biologique. Dans le cadre de la maladie cœliaque, les marqueurs recherchés sont des auto-anticorps impliqués dans le mécanisme physiopathologique de la maladie (IgA anti-transglutaminase).



Même si un autotest ne remplacera pas les examens de biologie médicale faits par un médecin, il pourra sans doute aider à faire augmenter le taux de diagnostic. Car un autotest fait chez soi qui se révèle positif va certainement inciter les gens à faire des analyses plus poussées auprès de leur généraliste ou d'un gastro-entérologue. Le pourcentage des personnes qui se mettent au régime sans gluten sans diagnostic confirmé – et qui, de ce fait, ne pourront pas accéder à la prise en charge partielle de certains produits sans gluten – pourra diminuer grâce à cette démarche. Il est donc important d'en parler et d'en faire la promotion auprès des futurs pharmaciens. •

Katja MARÉCHAL - Déléguée du 25/90

◀ Journées portes ouvertes à Nature & Cie à Vallet (44)



Comme à son habitude, l'entreprise Nature & Cie nous a invités à sa journée portes ouvertes qui s'est déroulée le jeudi 24 octobre dernier.

L'occasion de découvrir - ou de redécouvrir - les secrets de la fabrication artisanale de ses biscuits bio et sans gluten.

La journée s'est poursuivie par un déjeuner au restaurant de Olio e Burro de Clisson. Outre le repas toujours très apprécié, certains ont pu rapporter pain, focaccia, et même du panetone sans gluten.

Des conversations animées autour des bonnes pratiques dans la mise en place du régime, des échanges de recettes ou de bonnes adresses.

Un merci tout particulier à Liliane qui a partagé un montage vidéo de cette journée empreint de son énergie et de sa bonne humeur ! •

Marine RICHARD
Ancienne déléguée du 29/22



► Visite de la Bastille de Villeneuve-sur-Lot (47)



Le 26 octobre 2024, une première rencontre très réussie a eu lieu, malgré une météo incertaine. La visite de la ville, guidée par un raconteur de pays, a été à la fois captivante et enrichissante. Nous étions 6 adultes et 2 enfants. Par la suite, un goûter a été organisé à la maison, où nous avons dégusté un clafoutis aux pommes, un pain gâteau aux figues, dattes et noisettes, accompagné de café, thé ou jus de fruits. Autour de ce moment convivial, un échange très chaleureux et instructif a eu lieu. Nous étions alors 8 adultes et 3 enfants. Plusieurs sujets liés à la maladie cœliaque ont été abordés, notamment le suivi médical, les sorties au restaurant, les achats en boulangerie dédiée et le remboursement des aliments sans gluten.

Chacun et chacune semblait ravi de ces échanges et est reparti, impatient de revenir pour une seconde rencontre. ●

Françoise MARIE GLORIEUX
Déléguée du 24/32/47



◀ Une journée sans gluten à Chazelles-sur- Lyon (42)



Le 20 novembre 2024, une très belle journée sans gluten a été organisée par Marlène Thizy à Chazelles-sur-Lyon, dans la Loire, avec l'aval de l'AFDIAG. Le stand de l'association était tenu par Cécile Chauvinc (déléguée des départements de la Loire et de la Haute-Loire), avec l'aide de Charles et Élodie, nouveaux délégués du Rhône, ainsi qu'Éliette. De nombreux adhérents et non-adhérents sont venus nous interroger, et 15 personnes ont demandé à adhérer (les formalités leur ont été fournies). Merci à Marlène et à toutes les personnes qui ont contribué au succès de cette journée. ●

Cécile CHAUVINC - Déléguée du 42/43
Elodie MACARIO et Charles SALA - Déléguées du 69
Éliette SINEIRO
Membre du conseil de l'administration
de l'AFDIAG



EN DIRECT DES RÉGIONS

► Rencontre à Capbreton (40)



Le 22 novembre 2024, la journée a été marquée par de belles rencontres et des retrouvailles pour certains adhérents, ainsi que par la présence de nouvelles personnes venues découvrir l'association et poser des questions sur l'AFDIAG et les avantages à y adhérer. L'objectif de cette journée a donc été atteint : elle a permis à chacun de se rencontrer et d'échanger sur les bonnes pratiques et informations relatives à l'alimentation sans gluten, autour d'une animation réalisée par Pauline et Hugo (bonnes adresses, idées de recettes et secrets de fabrication).

À partir de 12h00, les adhérents ont été accueillis par un mot de bienvenue et une présentation de l'AFDIAG. Chaque adhérent a ensuite présenté le plat qu'il avait confectionné (en mentionnant les allergènes), avant de partager un moment convivial autour du brunch. Les recettes ont été déposées devant les plats.

De 15h00 à 17h30, les adhérents ont échangé entre eux et proposé de nouvelles animations ainsi que des lieux



de rencontre, exprimant un fort souhait d'une nouvelle rencontre rapide.

Pour les personnes non adhérentes à l'AFDIAG, des idées d'interventions ont été proposées, ainsi qu'un souhait de s'investir pour accompagner les délégués. •

Béatrice RANCE-BOISOT - Déléguée du 40/64/65

◀ Goûter partagé à la Valette-du-Var (83)



C'est avec une joie partagée que Pascale Garin organisait sa première réunion de déléguée du Var dans une salle municipale de La Valette-du-Var, le samedi 9 novembre à 14 h 00.

À cette occasion, la déléguée Sud-Est, Brigitte Croze, et la déléguée des Bouches-du-Rhône/Vaucluse, Camille Girard, étaient présentes.

Les adhérents des trois départements, venus nombreux (près de trente personnes, adultes et enfants), ont pu se présenter et faire plus ample connaissance autour d'un goûter convivial. En effet, chacun avait apporté une préparation sucrée ou salée.

L'après-midi s'est déroulé à toute vitesse, et les adhérents ont pu échanger avec plaisir, partager des recettes et astuces, ainsi que de bonnes adresses. Les déléguées ont également pu donner des informations importantes aux adhérents. •

Pascale GARIN - Déléguée du 83





◀ Les Journées Dermatologiques de Paris (JDP) (75)



D'u 3 au 7 décembre se tenaient à Paris au Palais des Congrès les JDP les Journées Dermatologiques de Paris, avec 6 860 participants au rendez-vous de ces journées professionnelles. L'AFDIAG était présente comme chaque année, au Village des Associations qui regroupait 17 exposants. Ce salon donne à l'AFDIAG une visibilité auprès des dermatologues qui peuvent dans leur pratique être amenés à déceler une maladie coéliquaie. Une dermatite herpétiforme peut parfois les amener à se poser la question, "et si c'était une maladie coéliquaie ?". Le lien entre les médecins et les associations de malades favorise par ailleurs l'accompagnement de patients face au diagnostic. Les équipes de l'AFDIAG* se sont relayées toute la semaine pour faire rayonner notre Association ! ●

Edouard MORDANT - Vice-président de l'AFDIAG et délégué de secteur Île-de-France
Geneviève ZUNDEL - Membre du conseil d'administration de l'AFDIAG
Florence DISSAUX - Membre du conseil d'administration de l'AFDIAG

▶ Stand AFDIAG au magasin Biocoop de Feytiat (87)



La matinée du samedi 30 novembre 2024, une journée d'information s'est tenue à Biocoop Feytiat. Les délégués ont mis en place un stand pour faire connaître l'association et dialoguer avec les clients présents ce matin-là au magasin. Une journée d'ouverture, un bon accueil et beaucoup de questionnements sur la maladie coéliquaie et l'hypersensibilité au gluten. Un accueil très sympathique au sein du magasin nous a permis de distribuer des flyers pour informer les personnes présentes. Merci à Biocoop Feytiat et à Mme Fredon de nous avoir reçus. ●

Véronique BOURDON - Déléguée du 23/87
Céline ROUBY - Déléguée du 19/87





▼ Visite du Père-Noël chez CALICOTE (26)



Les 29 et 30 novembre derniers, notre partenaire CALICOTE organisait un marché de Noël gourmand et chaleureux dans son magasin de Valence, entièrement dédié aux produits sans gluten.

L'événement, soigneusement préparé par l'équipe de CALICOTE, a attiré de nombreux visiteurs grâce à une large communication sur les réseaux sociaux, des jeux-concours et une ambiance festive avec une décoration aux couleurs de Noël.

Au programme : des stands de dégustation mettant à l'honneur une sélection de plus de 1 000 produits sans gluten venus de toute l'Europe, des ateliers cuisine pour découvrir des recettes simples et savoureuses, ainsi qu'un stand de crêpes et gaufres dont les ventes ont été reversées à L'AFDIAG.

Grâce à cette belle mobilisation, 300 euros ont été collectés au profit de L'AFDIAG. Un grand merci à CALICOTE pour cette initiative solidaire et à tous les visiteurs qui ont contribué à cette réussite !

L'événement a également été l'occasion d'accueillir des créateurs locaux qui ont proposé des idées cadeaux originales, allant des poteries artisanales aux bijoux, en passant par des livres itinérants et des articles de couture.

Enfin, le Père Noël lui-même a fait une apparition remarquée, offrant aux petits et aux grands un moment magique et des souvenirs inoubliables.

Un grand bravo à toute l'équipe de CALICOTE pour cette édition réussie ! ●

Céline BOURAI CHARA

"Vous avez été nombreux à venir nous rendre visite et nous vous en remercions. Nous ne concevons pas notre métier sans ces moments d'échange et de partage. Au-delà de vous faire découvrir des produits qui nous tiennent à cœur, nous aimons vous entendre sur vos expériences, votre parcours, votre quotidien sans gluten ; pour se rendre compte que nous traversons des moments de vie similaires, pour s'entraider et se donner des tuyaux, des recettes, des adresses..."

Quel plaisir d'observer les sourires des enfants cœliaques réalisant qu'ils peuvent acheter tout ce qui est présenté en magasin, tout goûter... sans méfiance. Cet échange, nous le poursuivrons lors de portes ouvertes régulières et via notre site également.

N'hésitez pas à consulter nos pages BLOG que nous alimentons régulièrement en informations diverses. Et toute l'équipe de CALICOTE reste à votre écoute et disposition au téléphone ou au magasin, tout au long de l'année." ●

L'équipe CALICOTE





Samedi solidaire à Lille (59)



Le samedi 7 décembre, l'AFDIAG a participé au "samedi solidaire" organisé par la Maison du Don à Lille. Cette présence avait pour objectif d'informer et de sensibiliser les donneurs de sang à la maladie cœliaque, tout en offrant quelques produits sans gluten.

Le stand, tenu de 8h00 à 16h30 par Omayma Al Massati, déléguée du nord, a accueilli de nombreux visiteurs parmi les 200 donneurs présents ce jour-là. Beaucoup se sont montrés intéressés par les informations proposées, notamment parce qu'ils avaient des proches atteints de la maladie cœliaque. Ils ont particulièrement apprécié les conseils pour gérer une cuisine sans gluten et partager des repas adaptés en famille. Les produits sans gluten offerts ont également rencontré un vif succès, plusieurs visiteurs en ayant pris pour leurs proches.

En début d'après-midi, l'affluence a diminué, et l'intérêt pour le stand s'est légèrement atténué. Aucun cœliaque n'est venu demander des informations sur l'AFDIAG. Cependant, cette journée a permis d'accroître la visibilité de l'association car la plupart ne connaissait pas l'AFDIAG.

Omayma Al Massati
Déléguée du 59

► Rencontre à la boulangerie L'Eden d'Obernai (67)



Le samedi 7 décembre, des adhérents alsaciens se sont retrouvés pour la dernière rencontre de l'année à la boulangerie l'Eden d'Obernai, dans le Bas-Rhin, autour d'un goûter de Noël. Très beau moment de partage et de convivialité dans l'ambiance du marché de Noël où la gourmandise était au rendez-vous. Les participants ont pu déguster une soupe, une baguette flambée, des "Bredele" et des "Mannele", le tout bien sûr sans gluten, et accompagné de jus de pomme chaud aux épices.

Un grand merci à tous les participants, à Janine et son équipe de l'Eden pour cet après-midi très réussi ! ●

Laurence SHMITT
Présidente de l'AMIG-EST





▲ Rencontres dans un salon de thé à Montpellier (34)



Le 14 décembre 2024, les adhérents se sont retrouvés pour une matinée gourmande et culturelle. Nous avons pu faire connaissance, échanger sur le régime sans gluten, préparer des projets pour 2025 et terminer par la visite commentée de la galerie d'art moderne ! Nous avons prévu d'y retourner 2 à 3 fois par an, car c'est un lieu formidable pour le sans gluten. Il ne me reste plus qu'à sceller un partenariat avec les responsables !

En ce mois de décembre, un défi bûche sans gluten est lancé sur WhatsApp, avec une présentation en photo ! Il faudra voter avec un emoji pour désigner la plus belle création.

Nous avons évoqué la difficulté de diversifier notre alimentation et les lieux où l'on peut manger sans gluten dans les villes de la métropole bordelaise et dans certains pays européens (Italie, Espagne...).

La volonté est de trouver un pain à déguster. Certains ont déjà fait plusieurs tentatives, mais sans résultat satisfaisant. Un atelier pain sera proposé dès que nous aurons trouvé une salle avec cuisine pouvant nous accueillir.

Les adhérents présents vont également partager, à tour de rôle sur WhatsApp, leur recette phare ! ●

Fatiha OUCHIKH
Déléguée de secteur Sud-Ouest 33

▼ Visite, sortie au restaurant et concert à Montpellier (34)



L'AFDIAG au sommet à Montpellier ! Trente adhérents de l'Hérault, du Gard et de l'Aude se sont retrouvés le dimanche 8 décembre pour une visite guidée de Montpellier: montée en haut de l'Arc de triomphe pour contempler la ville, visite du Mikvé, d'un hôtel particulier. Notre visite était encadrée par une guide de l'Office de Tourisme.

Cette belle promenade bien ventée nous a conduit au restaurant le Sherri's où chacun a pu se présenter, échanger des bons plans, rassurer les nouveaux diagnostiqués.

Après un petit café pris sur une place de Montpellier, certains se sont retrouvés à Montferrier pour un concert classique donné par Julie Arnulfo, premier violon à l'orchestre de Montpellier et Nicolas Paul, violoncelle solo à l'orchestre d'Avignon (parents d'une petite fille coeliaque) accompagné d'Emmanuel Rossfelder à la guitare.

Ce concert de Noël nous a enchanté et a été l'occasion d'échanges. Il a terminé très agréablement la journée. ●

Odyle VERGES - Déléguée 11/66
Sylvanie DE SOUSA REIS - Déléguée 48/30
Brigitte CROZE - Déléguée du 34





NOUVEAU !

Packaging
recyclable



Céliane

Gluten free

Découvrez notre nouvelle gamme de pâtes
sans gluten, savoureuses et **accessibles à tous !**

Lentilles corail

Maïs - Riz



MACARONI
LENTILLES CORAIL



FUSILLI RIZ MAÏS



PENNE RIZ MAÏS

Qualité
artisanale

- Séchage basse température
- Tréfilage en bronze
- Parfaite tenue à la cuisson





Assemblée Générale Ordinaire de l'AFDIAG 2024



Le samedi 23 novembre dernier, l'AFDIAG a célébré une journée exceptionnelle lors de son Assemblée Générale Ordinaire (AGO), marquée par des moments riches en émotion et en partage.

Cette année, l'occasion était doublement spéciale : **nous avons fêté les 35 ans de l'association**, une étape clé dans notre engagement pour accompagner les personnes touchées par la maladie coéliquue. Ce fut également un moment empreint d'émotion, car **nous avons rendu hommage à notre présidente Brigitte Jolivet, qui nous quitte après 25 années de dévouement et de passion au service de l'association.**

Au cours de l'AGO, les grandes réalisations de l'année écoulée ont été présentées, ainsi que les nombreux projets ambitieux qui jalonneront l'année 2025.

Parmi eux : des événements fédérateurs, des ateliers innovants et des initiatives visant à renforcer encore davantage le soutien apporté à nos adhérents.

Comme chaque année, les adhérents présents ont eu le plaisir de repartir avec des produits sans gluten offerts par nos fidèles partenaires. Cette édition a été marquée



Brigitte Jolivet



par la générosité de marques incontournables telles que Céliane, WISO sans gluten, Schär, SoDamn Desserts, L'Atelier Contal et Nature & Cie.

Cette journée n'aurait pas été un succès sans la contribution précieuse de nos délégués, des membres du conseil d'administration et du personnel de la salle MAS Paris.

Nous adressons également nos remerciements les plus chaleureux à tous nos partenaires pour leur soutien indéfectible et leur participation.

Enfin, un immense merci à nos adhérents, dont la fidélité et l'engagement sont au cœur de toutes nos actions. Grâce à vous, notre combat pour un monde sans gluten se poursuit avec force et détermination.

35 ans d'histoire, et ce n'est que le début ! Continuons à avancer ensemble pour une vie sans gluten et pour faire entendre nos voix. ●

L'équipe AFDIAG



L'aventure Soreda Diet

Une histoire de goût
et de bien-être



Depuis plus de 20 ans, Soreda Diet fait rayonner sa passion pour le sans gluten à travers Biorevola, sa marque phare 100% bio. Cette belle histoire a commencé au début des années 2000, lorsque nous avons repris une boulangerie artisanale déjà experte dans le sans gluten, créée par un père soucieux d'offrir le meilleur à son enfant coéliquaque.

Notre collaboration historique avec l'AFDIAG est une fierté : nous faisons partie des premiers fabricants à avoir arboré le précieux logo "épi barré", gage de qualité et de sécurité pour les personnes intolérantes au gluten. Cette confiance, construite depuis nos débuts, n'a jamais faibli

et continue de guider nos engagements quotidiens.

Aujourd'hui, sous l'impulsion de notre nouveau dirigeant Luc Charnay et de notre nutritionniste et naturopathe avec plus de 20 ans d'expérience Amy Charnay, nous ouvrons un nouveau chapitre encore plus ambitieux : démocratiser le bien-être par l'assiette. Fini le temps où manger sain rimait avec "pas faim" !

Notre mission ? Bousculer les codes en rendant le plaisir du sans gluten accessible à tous, bien au-delà des personnes intolérantes ou hypersensibles. La nutrition saine ne sera plus le privilège de quelques-uns - on a décidé de partager



AFDIAG SASU



le secret avec tout le monde ! Nos équipes travaillent d'arrache-pied (et avec beaucoup de farine sur le nez) pour revisiter nos recettes et créer de nouvelles gourmandises qui allient santé et saveur. Chez Soreda Diet, nous croyons qu'une alimentation saine peut être synonyme de plaisir.

Alors restez à l'écoute via nos réseaux sociaux (Instagram et Facebook : @biorevola) et notre site internet (biorevola.com), car 2025 s'annonce riche en délicieuses surprises qui feront du bien à votre corps... et à vos papilles ! ●

Kamélia LAMRANI
L'équipe SOREDA DIET





RAPPORT MORAL ET D'ACTIVITÉS AGO du 23 novembre 2024

L'AFDIAG fête ses 35 ans ! Merci à tous les bénévoles qui ont fait grandir notre association grâce à leur énergie, pendant toutes ces années et encore pendant de très longues années, pour accompagner les personnes qui doivent suivre un régime sans gluten.

LE POINT SUR LES ACTIVITÉS ET ACTIONS DE L'AFDIAG :

1- VOS DÉLÉGUÉS

Nombres de délégués en 2024 :

Nous avons 50 délégués formés et 68 départements pourvus. Délégués de secteur nommés en 2024 :

- **Jeanne Oudart** (Nord) en remplacement de Marie-Christine Dubois
- **Béatrice Rance-Boisot et Fatiha Ouchikh** (Sud-Ouest)
- **Edouard Mordant** (Ile de France)
- **Cécile Chauvinc** (Auvergne Rhône Alpes) en remplacement de Marie-Thérèse Farré

Formation des nouveaux délégués en 2024 :

Chaque année nous proposons des formations aux bénévoles qui souhaitent devenir délégués de leur département. 2 formations ont été organisées en 2024 le 16 mars et le 7 septembre. Une prochaine formation sera proposée en 2025.

Les nouveaux délégués validés en 2024 :

- **Aurélie Mazel** pour les départements 03 et 63
- **Omayma Al Massati** pour le département 59
- **Pascale Garin** pour le département 83
- **Françoise Marie Glorieux** pour les départements 24,32 et 47

2- COLLOQUES MÉDICAUX EN 2024

Le premier a eu lieu à Clermont Ferrand le 13 janvier 2024.

Au programme

- **Allergie au blé, intolérance au gluten et sensibilité au blé non coéliquaïque : ne confondons pas !**
D' Corinne Bouteloup (Gastro-nutritionniste CHU Estaing Clermont-Ferrand).
- **Présentation des résultats de l'étude Glut'N**
Catherine Ravel (INRAE).
- **Présentation de l'Etude Vie100Glut' et actions de l'Association**
Brigitte Jolivet (AFDIAG).

Le deuxième s'est déroulé à Nice

le 30 novembre 2024

Au programme

- **Maladie coéliquaïque : quelles nouveautés en 2024 ?**
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 coéliquaïque**
Pr Véronique Breuil, rhumatologue, Service de Rhumatologie au CHU de Nice.

Retrouvez les interventions dans les vidéos de l'Espace Membre du site.



3-STAGES 2024/2025

En 2024, nous avons accueilli 56 enfants et ados de 9 à 17 ans dans le centre "Vers les Cimes" de Chabottonnes (05) qui nous reçoit depuis plus de 20 ans. Cette année, le centre qui nous recevait depuis plus de vingt ans a fermé. Les stages auront donc lieu au Centre de vacances "Le Mélézin" à Orcières (05) du 19 au 26 juillet 2025.

Les stages auront donc lieu au Centre de vacances "Le Mélézin" à Orcières (05) du 19 au 26 juillet 2025.

4-DÉMARCHES AUPRÈS DE L'HAS (HAUTE AUTORITÉ DE SANTÉ)

Nous avons fait plusieurs tentatives pour faire actualiser les recommandations de l'HAS qui datent de 2008. Avec l'aide de Nutex (La Nutrition Experte Santé et Bien-être, syndicat des fabricants de produits sans gluten) nous avons pu obtenir des rendez-vous avec 3 élus habilités à saisir l'HAS (2023).

- Rdv le 16 mai avec **Charles-Emmanuel Barthélémy** du cabinet du ministère de la Santé
- Rdv le 31 mai avec **Thomas Coone** le Chef du Bureau Prise en charge post-aiguës, pathologies chroniques et santé mentale à la Sous-direction de la régulation de l'offre de soins de la Direction Générale de l'Offre de Soins (DGOS)
- Rdv le 8 juin avec **Grégory Emery** le Directeur Général adjoint de la Santé (DGS)

Suite à ces discussions, nous avons envoyé une demande d'inscription au programme de travail 2024 de l'HAS, avec le soutien de notre Comité médical.

Le collège de l'HAS s'est prononcé sur l'inscription de la demande au programme de travail et notre demande a été validée.

En juillet 2024, une réunion de pré cadrage a eu lieu avec des professionnels de santé et des représentants d'usagers afin d'expliquer les problématiques liées à la maladie coéliqua.

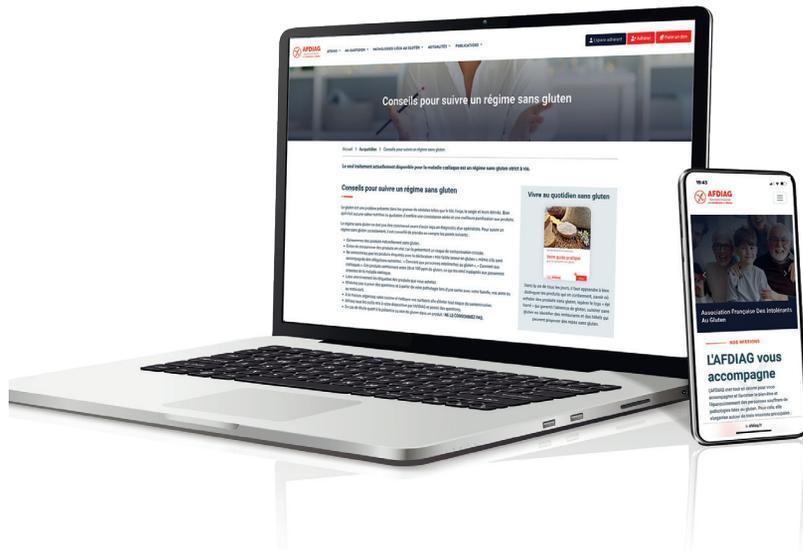
Le 16 octobre dernier, une note de cadrage précisait les modalités de réalisation et le calendrier prévisionnel des productions.

Cette note est consultable en ligne sur le site <https://www.has-sante.fr/>

Les objectifs sont d'améliorer les connaissances des médecins sur la maladie coéliqua concernant le diagnostic, la prise en charge et le suivi et d'éviter les régimes sans gluten sans diagnostic médical, et l'accès à des diététiciens formés au régime sans gluten.

Les cibles prioritaires sont les médecins généralistes, les pédiatres de ville, les médecins de PMI et les diététiciens. La parution des productions est prévue en avril 2026. Elles comprendront un argumentaire scientifique, une recommandation de pratique clinique, une synthèse des recommandations et des outils d'accompagnement, une fiche à destination des diététiciens et une fiche à destination des usagers du système de santé.

Pour la conduite de ce projet, un groupe de travail et de lecture, composés d'experts pluriprofessionnels de 75 personnes dont 6 représentants des usagers a été constitué.



5-NOUVEAU SITE INTERNET

Le nouveau site a été mis en ligne en octobre. De nouvelles fonctionnalités seront mises en place pour faciliter votre quotidien.

6-JOURNÉE MONDIALE 2024

De nombreuses actions ont été menées lors de la semaine du 16 mai afin de faire connaître les pathologies liées au gluten.

7-DES ATELIERS ET FORMATIONS POUR VOUS ACCOMPAGNER ET VOUS INFORMER

- La plateforme d'EduSansGlu
- Séances en petits groupes en visioconférence
- Révision et partage du module
- Un accès offert, en autonomie à disposition de l'adhérent
- Formatrices : Infirmière en Éducation Thérapeutique du Patient, Déléguées formées
- Des séances proposées le jeudi après-midi et le jeudi soir afin de répondre à vos questions et vous accompagner dans votre quotidien sans gluten.

Les thèmes :

- Cœliaque ?
- Hypersensible ?
- Lire l'étiquette
- Sortir
- Parents-Enfants
- Nouvelle vie
- S'accepter
- Remboursement
- Miam-miam

8-COACHINGS PERSONNALISÉS

Une infirmière diplômée en Éducation Thérapeutique anime des séances de coaching téléphonique à discrétion pour les adhérents atteints de pathologies liées au gluten. Après avoir réalisé un bilan, elle vous aide à acquérir ou maintenir les compétences pour vivre sans gluten au quotidien.

9-ATELIERS DES CHEFFES - ATELIERS HYPNO-RELAXATION & BAINS SONORES

Les cheffes Alexandra Beauvais et Marie Roulier vous proposent des recettes sans gluten lors d'ateliers en visio-conférences.

Christelle Jolivet, hypnothérapeute, vous propose des ateliers de relaxation. Les ateliers sont accompagnés de bains sonores créant des vibrations qui facilitent la relaxation profonde et l'état hypnotique.

Vous pouvez vous inscrire à ces ateliers via le site Internet : www.afdiag.fr/fr/afdiag/nos-activites/accompagner-et-motiver/ateliers-thematiques/

10-FORMATION RESTAURATION & APPLICATION GLUTON

L'objectif de cette formation à destination des restaurateurs est de les sensibiliser aux pathologies liées au gluten et à l'accueil spécifique que nécessitent les malades au sein de leur restaurant. La formation leur permet notamment de mettre en place des solutions adéquates et sécurisées pour maîtriser les risques de contaminations croisées.

Un macaron est octroyé pour 1 an et la formation est à renouveler chaque année afin d'obtenir un nouveau macaron. Ce macaron permet de référencer les restaurants ayant été sensibilisés au RSG. A partir de mars 2025, cette formation sera sous la forme d'un tuto vidéo, réalisé par la cheffe Marie Roulier, directement sur l'application.

Gluton est une application innovante conçue pour simplifier la recherche de restaurants adaptés aux besoins sans gluten. Avec une interface conviviale et intuitive, Gluton permet de localiser des restaurants "recommandés" par l'AFDIAG :

- Restaurants 100 % sans gluten
- Restaurants mixtes ayant suivi la formation AFDIAG



- Boulangeries-Pâtisseries 100% sans gluten
- Sites internet de livraison sans gluten

Le référencement sur cette application ne représente pas une "certification" (comme le logo épi barré) mais bien une recommandation "éclairée".

Aujourd'hui, seuls les restaurants déjà formés et les établissements 100% sans gluten sont référencés sur Dans quelques mois, nous espérons que de nombreuses adresses partout en France rejoignent l'application.

Vous connaissez des adresses sans gluten qui n'y figurent pas ?

Faites-le nous savoir en écrivant à afdiag@gmail.com.

11-RÉSEAUX SOCIAUX

Au 12 novembre nous avons :

- 21 586 abonnés Facebook
- 19 373 mentions j'aime Facebook
- 11 815 abonnés sur Instagram
- 3 635 abonnés sur LinkedIn
- + de 5000 membres Groupe Facebook ouvert



12-LIVE AVEC @ZOENOG GLUTEN

Le vendredi 27 septembre, l'AFDIAG a organisé son tout premier live Instagram avec @zoe.nogluten, l'influenceuse aux 600 000 abonnés, avec Mathilde Bourdeau, déléguée de Paris.

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. •

Brigitte Jolivet

RENOUVELLEMENT DU CONSEIL D'ADMINISTRATION

Le rapport moral et d'activités a été voté à l'unanimité par l'assemblée.

Le rapport financier, présenté par Hervé Le Roy, expert-comptable, commissaire aux comptes du cabinet Eliance, a été voté à l'unanimité par l'assemblée.

Elus à l'unanimité, le conseil d'administration est composé de :

Christine BERRO, Vice-présidente, Commission Délégués

Edouard MORDANT, Vice-président, Délégué de secteur

Mathilde BOURDEAU, Ateliers des cheffes, Déléguée 75

Nathalie CARLET, Plateforme ETS, Déléguée de secteur

Brigitte CROZE, Plateforme ETS, Déléguée nationale

Florence DISSAUX, Commission Finances



Pierre DOLEZ, Vice-président, Commission Finances

Aude GILJEAN, Trésorière, Finances

Véronique LANDIVY, Secrétaire Générale

Katja MARECHAL, Plateforme ETS, Déléguée 25 / 90

Marine RICHARD, Déléguée de secteur

Fabienne RIEHL, Plateforme ETS, Déléguée de secteur

Eliette SINEIRO, Geneviève Zundel et Samantha Duvivier, Commission Délégués

ACTIONS DE L'ASSOCIATION



▼ JOURNÉES NATIONALES DE MÉDECINE GÉNÉRALE (75)

10 et 11 octobre 2024

L'AFDIAG était présente lors des Journées Nationales de Médecine Générale (JNMG) qui se sont tenues les 10 et 11 octobre 2024, réunissant plus de 1 000 médecins généralistes venus de toute la France et de pays francophones.

À cette occasion, l'entreprise D^r. Schär a organisé un symposium sur le thème "Prévention et prise en charge des pathologies digestives par l'alimentation".

Des intervenants de renom, tels que le D^r Jean-Michel Lecerf, le D^r Thomas Couronne et le P^r François Mion, ont partagé leur expertise devant un auditoire composé de médecins généralistes, abordant des sujets cruciaux tels que :

- Le rôle de l'alimentation dans la prévention des pathologies chroniques.

- Maladie cœliaque et sensibilité non cœliaque : comment s'y retrouver ?
- La place des modifications alimentaires dans la prise en charge des troubles fonctionnels intestinaux.

Cette rencontre a permis une sensibilisation essentielle, visant à informer les médecins généralistes des dernières actualités et études concernant les pathologies digestives, tout en contribuant à la mise à jour de leurs connaissances.

Nous remercions tous les participants pour leur engagement envers une meilleure prise en charge des patients et leur contribution à ce débat enrichissant. ●

Céline BOURAI CHARA



► JOURNÉES FRANCOPHONES DE NUTRITION 2024 (75)

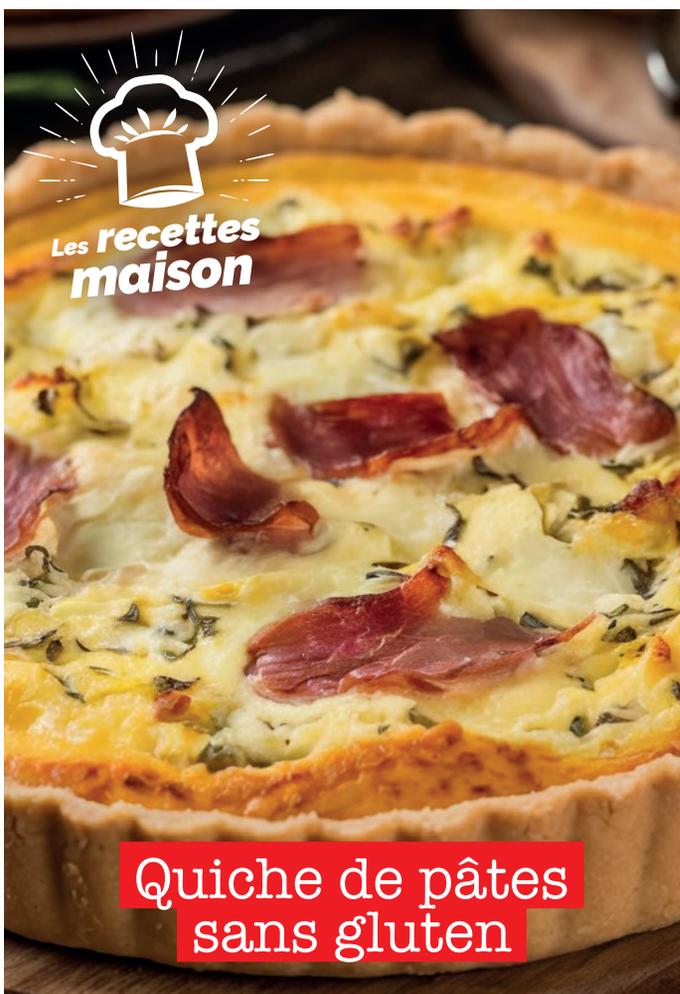
4 au 6 Décembre 2024

Du 4 au 6 décembre, nous avons eu l'honneur de participer aux Journées Francophones de Nutrition 2024. Cet événement a été une formidable opportunité pour échanger avec des professionnels de la nutrition, des chercheurs et des associations de patients.

Nous avons pu présenter nos actions, partager des informations clés, et découvrir les dernières avancées scientifiques dans le domaine de la nutrition. Un grand merci à tous ceux qui sont venus nous rencontrer et ont contribué à la richesse de ces échanges.

Nous souhaitons également remercier le D^r Samantha Duivier et Elena Bach, l'une des animatrices de notre plateforme "EduSansGlu" pour leur contribution précieuse et leur disponibilité pour répondre aux questions des participants. ●

Céline BOURAI CHARA



Soupe aux légumes sans gluten

Par Pauline Suray



Ingrédients :

• 3 carottes • 2 pommes de terre • 1 courgette • 1 poireau
• 1 branche de céleri • 1 oignon • 1 gousse d'ail • 1 L. de bouillon de légumes (vérifier qu'il est sans gluten) • 2 cuillères à soupe d'huile d'olive • Sel et poivre au goût • Herbes de Provence (facultatif) • 1 cuillère à café de curcuma (facultatif, pour plus de saveur).

PRÉPARATION :

1. Préparer les légumes : éplucher et couper en morceaux les carottes, les pommes de terre, la courgette, le poireau, le céleri et l'oignon. Hacher l'ail.
2. Faire chauffer l'huile d'olive dans une grande casserole. Faire revenir l'oignon et l'ail jusqu'à ce qu'ils soient légèrement dorés.
3. Ajouter les légumes dans la casserole et mélanger. Cuire pendant 5 minutes pour les attendrir un peu.
4. Verser le bouillon de légumes dans la casserole, ajouter les herbes de Provence, le curcuma (si utilisé), puis assaisonner de sel et de poivre.
5. Laisser mijoter pendant environ 30 minutes, ou jusqu'à ce que les légumes soient bien tendres.
6. Mixer la soupe à l'aide d'un mixeur plongeant ou dans un blender pour obtenir une texture lisse. Si la soupe est trop épaisse, ajouter un peu d'eau ou de bouillon.
7. Goûter et ajuster l'assaisonnement si nécessaire.

Bon appétit !

Quiche aux pâtes sans gluten

Par Emma Lossy



Ingrédients :

• 200 g de pâtes sans gluten (penne, fusilli, etc.) • 3 œufs • 20 cl de crème fraîche ou crème végétale • 100 g de fromage râpé (emmental, comté ou chèvre selon les goûts) • 100 g de lardons fumés sans gluten • 1 oignon • 1 cuillère à soupe d'huile d'olive • Sel, poivre, muscade (facultatif).

PRÉPARATION :

1. Cuire les pâtes dans une casserole d'eau bouillante salée en suivant les indications du paquet. Égoutter et réserver.
2. Préchauffer le four à 180°C.
3. Faire revenir l'oignon émincé dans une poêle avec l'huile d'olive, puis ajouter les lardons et faire dorer pendant quelques minutes.
4. Dans un saladier, battre les œufs avec la crème, assaisonner avec le sel, le poivre et une pincée de muscade.
5. Incorporer les pâtes égouttées au mélange œufs-crème, ainsi que les lardons et l'oignon. Ajouter le fromage râpé et mélanger.
6. Verser le tout dans un moule à tarte légèrement huilé ou chemisé de papier cuisson.
7. Enfourner pour environ 30 minutes, jusqu'à ce que la quiche soit bien dorée.
8. Laisser tiédir quelques minutes avant de servir.

Bon appétit !

Cake aux poires et aux amandes

Par Elena Bach
@patachou.sans.gluten.



Ingrédients :

• 2 poires williams • 100 g de poudre d'amandes • 50 g de farine de riz • 50 g de fécule de maïs • 80 g de sucre roux • 3 œufs • 50 g de beurre fondu • 6g de levure chimique sans gluten • Une pincée de sel • 100g de crème fraîche.

PRÉPARATION :

1. Préchauffer le four à 180°C.
2. Éplucher et découper les poires en petits dés.
3. Dans un cul de poule, fouetter les œufs avec le sucre, ajouter le beurre fondu et mélanger.
4. Incorporer la poudre d'amandes, la farine, la fécule, la levure, la crème et le sel. Mélanger jusqu'à obtenir une pâte homogène.
5. Ajouter les dés de poire à la pâte et mélanger délicatement.
6. Verser la pâte dans un moule à cake puis disposer les lamelles de poire sur le dessus en éventail.
7. Enfourner pour environ 40 minutes, jusqu'à ce que le cake soit doré et qu'un couteau planté en ressorte propre.
8. Laisser refroidir avant de démouler.

Bonne dégustation !

Mœlleux amande Poire chocolat

Par Aurélie Charpentier



Ingrédients :

• 100 g de poudre d'amandes • 50 g de mélange farine sans gluten • 8 g de levure chimique • 15 g de sucrant (sirop d'érable, d'agave, miel ou autre) • 100 g de compote de pomme sans sucres ajoutés (ou 60 g de margarine) • 2 poires • 30 g de chocolat noir pâtissier.

PRÉPARATION :

1. Préchauffer le four à 180°C.
2. Mélanger les ingrédients secs (farine sans gluten, poudre d'amandes et levure chimique).
3. Ajouter les ingrédients liquides (œufs et ingrédient sucrant).
4. Verser dans un moule puis couper les poires en lamelles pour les poser sur le dessus de la pâte.
5. Couper le chocolat noir en pépites puis les mettre sur le dessus du gâteau.
6. Cuire pendant 35 minutes à 180°C (à surveiller et adapter selon le four).

Bonne dégustation !

Bio bleud

Cuisinons ensemble !

**GOURMANDE
ET SANS GLUTEN !**

PUR BEURRE



« Excellente surprise ! Cette pâte feuilletée sans gluten a un rendu véritablement feuilleté, un bon goût de beurre. Bref tous les atouts pour réaliser de bonnes tartes sucrées ou salées. »

Merci au jury de 100 personnes pour la note 17,17/20, la meilleure de la catégorie sans gluten !



www.biobleud.fr   
EXCLUSIVEMENT EN MAGASIN BIO



FR-130-013

Meilleur Produit Bio - échantillon de 100 testeurs en affinité avec le produit testé ayant donné une note de 16/20 ou plus sur les critères de goût, odeur, efficacité, packaging, texture... selon la nature du produit. www.bioalaune.com

BIOBLEUD SARL, Ploudaniel | 450 266 986 R.C.S Brest, capital social 120 400€

POUR VOTRE SANTÉ, PRATIQUEZ UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE RÉGULIÈRE. www.mangerbouger.fr

Depuis plus de trente-cinq ans, nous mettons toute notre expertise et nos compétences à votre service pour répondre à chacune de vos attentes.

Plus que jamais, nous avons besoin de vous !

Soutenez l'AFDIAG

Pourquoi faire un don à l'AFDIAG ?

- ▶ Pour aider l'Association dans ses actions, dans ses campagnes, dans ses projets.
- ▶ Pour l'aider à accompagner les cœliaques et les hypersensibles au gluten qui manquent d'information et de soutien.
- ▶ Parce que l'AFDIAG est indépendante pour mieux défendre vos intérêts et ne dispose donc ni de l'aide financière des laboratoires pharmaceutiques, ni de subventions publiques.
- ▶ Parce que grâce à vos dons, qui représentent plus de 25 % de son budget, l'AFDIAG pourra continuer à mener ses actions pour vous servir.

Choisissez l'affectation de vos dons

Dans votre bulletin de renouvellement d'adhésion pour l'année 2025, vous avez plusieurs propositions pour vos dons. Ceux-ci seront répartis selon vos souhaits :

- ▶ **Dons pour l'AFDIAG** : ils permettront de renforcer directement son action, d'organiser et de financer les colloques et réunions, ainsi que toutes ses autres initiatives.
- ▶ **Dons pour la Recherche** : les fonds récoltés pour la Recherche (*dons mais également actions spécifiques*) permettent de lancer un appel d'offres auprès d'équipes de chercheurs sur les pathologies liées au gluten, sous le contrôle d'un Comité scientifique (voir p12/13).
- ▶ **Dons pour l'AMIG-EST** regroupant les départements 67 et 68 et affiliée à l'AFDIAG.

Donnez et réduisez vos impôts

En effectuant un don à l'AFDIAG (*et/ou une cotisation à l'Association*), vous bénéficierez d'une déduction fiscale égale à 66 % du montant de votre don, dans la limite de 20 % de vos revenus imposables.

Au-delà, vous reporterez pendant cinq ans le montant supplémentaire et bénéficierez de la même déduction d'impôts (*Art. 200 du Code Général des Impôts*).

Un don de 100 € ne vous coûtera que 34 €.

Comment bénéficier de la réduction d'impôts ?

Donnez avant le 31 décembre 2025

▶ **Par chèque** à l'ordre de l'AFDIAG, à envoyer : AFDIAG - 1, rue des Gâtines - 75020 PARIS

▶ **Par carte bancaire** (*paiement sécurisé par le Crédit Agricole*) à partir du site Internet de l'AFDIAG (www.afdiag.fr/panier), ou par virement.

Important ! Vos dons vous permettent de bénéficier d'une déduction fiscale sur vos revenus. Pour cela, rien de plus simple : inscrivez le montant de votre don (*et/ou cotisation*) à l'AFDIAG dans la case UD de votre déclaration. 66 % du montant de votre don sera automatiquement déduit du montant de votre imposition.

Pour rappel, vous pouvez télécharger directement votre reçu fiscal sur notre site en vous connectant à votre compte (*connectez-vous à votre espace personnel et sur RENOUELER SON ADHESION/ COTISATION*).

Notre force dans la défense de vos intérêts dépend de chacun de vous. Merci de votre aide.

