





## Assemblée Générale du 6 février 2025 : l'Agf8 A 80 ANS !!!

Encore un grand succès pour notre assemblée générale du 6 février. Nous étions plus de 120 adhérents à participer à ce moment important de la vie de l'association, afin de faire un bilan de l'année passée, tracer les perspectives de l'année à venir et, bien sûr, partager un moment convivial et amical à la Maison des Associations.

Nous fêtons cette année son 80e anniversaire et, malgré son grand âge, l'association ne cesse de grandir et d'attirer de nouveaux adhérents ; nous nous en réjouissons. L'association est en excellente santé, servie par un nombre impressionnant de bénévoles efficaces et dévoués, dirigeants, responsables d'activités, chevilles ouvrières bien souvent anonymes, qui donnent du temps sans relâche. Ses comptes sont solides, ce qui permet de créer de nouvelles activités et de faire des dons à d'autres associations.

Nous sommes à présent 780 familles adhérentes et nous proposons une soixantaine d'activités pour tous les âges et tous les publics. La présentation de toutes ces activités en galerie de portraits sur grand écran, moment désormais rituel de cet événement, témoigne de cette variété d'activités et de l'ambiance qui est notre marque de fabrique.

Le buffet, concocté par la Table de Cana, aimablement servi par les Routiers de St Augustin, accompagné d'excellents vins proposés par Sophie Duvert, a permis de prolonger les échanges et de se retrouver ou de rencontrer de nouveaux visages.

À l'année prochaine !!

Catherine



### L'Agf8 soutient 4 associations

- **Tombée du Nid** : Association venant en aide aux enfants handicapés : investissement dans les frais de fonctionnement de l'association.
- **Chorale en Joie** : Une de nos adhérentes est chef de chœur d'une chorale regroupant des personnes souffrant de la maladie d'Alzheimer. Achat de matériel d'enregistrement.
- **Café des petits frères** : Association attachée à la mixité sociale où F. Bertin et ses élèves ont exposé leurs œuvres ces deux dernières années. Subvention de la fête du mois de Juin et de la galette des rois.
- **ARPJ14** : Association dédiée à l'accompagnement pour la réussite des jeunes et de leurs parents. Financement d'un ou deux enfants sur une année.



## Spectacle et goûter de Noël pour nos danseuses

Comme tous les ans, les élèves du cours de modern'jazz ont présenté à leurs parents leurs propres chorégraphies pour une carte blanche.

Ce fut varié, de qualité et tout le monde était ravi.

Pendant cette semaine d'avant-fêtes les cours d'éveil ont eu un goûter déguisé et à l'issue du cours de Line dance nous avons été au restaurant Murillo tout proche de la salle de cours.

Une année 2024 qui s'est terminée avec des sourires, des bravos et de la joie.

Marianne



### Spectacles

Venez nombreux aux spectacles de danse des cours de Marianne, le **lundi 16 juin à 18h** au centre sportif Jacqueline Auriol, 7 Allée Louis de Funès, 75008 Paris

### Démonstration

Venez nombreux au spectacle de démonstration de tous les cours de karaté, le **samedi 21 juin à 10h30, suivi d'un pot**, à la MVAC (28 rue Laure Diebold, Paris 8e)



### Karaté



Le karaté à l'agf8 ça fait 5 années que c'est une histoire d'amour qui dure, perdure et s'amplifie. Ne nous le cachons pas, c'est grâce à un joli mélange de techniques, de philosophie et d'un professeur plein d'humanité et de savoir-être.

C'est ce sensei qui nous transmet avec patience et fermeté des savoirs ancestraux autant physiques que mentaux. Il enseigne aux plus petits comme aux plus âgés (et je ne parle pas des ados bien qu'ils aient eux aussi leurs spécificités) ....

En bref, on y est arrivés parfois par hasard, et on en veut encore. Ce n'est pas un sport où on se tape dessus : c'est un sport de compromis où l'on s'écoute les uns les autres et où l'on fait attention à l'autre. Il n'est pas question de se faire mal, il est question de se forger un corps, une volonté et un mental mais, encore une fois, dans le respect et la bienveillance.

En conclusion, je ne laisserais pas ma place 😊

Delphine

## Les livres coup de cœur du club de lecture de Dominique Leloup

**LE RÊVE DU JAGUAR** de Miguel Bonnefoy : une mendicante muette de Maracaibo, Vénézuéla, recueille un nouveau-né sur les marches d'une église... Et voilà ce bébé propulsé dans un destin exceptionnel... Vie misérable certes mais quelle richesse dans ses rencontres heureuses, malheureuses, dangereuses. Nous sommes transportés à la vitesse de l'éclair dans un tourbillon de mots, de couleurs, de fracas et pas prêts à quitter cette fulgurance sud-américaine des temps anciens à maintenant. Vous aimerez l'ambiance surréaliste de cette histoire vraie. Accrochez-vous !

**LA FILEUSE DE VERRE** de Tracy Chevallier : Murano, Venise, les canaux, du 16<sup>e</sup> siècle jusqu'à nos jours. Le long des canaux il y a des ateliers où seuls les hommes, maîtres et apprentis, sont autorisés à travailler le verre. Mais c'est mal connaître Orsola, jeune fille d'un maître, qui pour sauver l'entreprise familiale du déclin va se lancer dans le secret des perles fines de verre au grand dam de son entourage. Le lecteur, au fil d'un long apprentissage, est entraîné dans la Venise du 16<sup>e</sup> siècle, au temps de la peste, pour ne s'arrêter que de nos jours. Orsola a déjà 65 ans, elle a bien vécu, bien travaillé et toutes ces perles de verre que sont-elles finalement devenues ? Si vous aimez Venise et sa verrerie, plongez-vous dans ce livre d'aventures.

**L'INCONNUE DU PORTRAIT** de Camille de Peretti : À partir d'une histoire vraie, celle d'un tableau de Gustav Klimt, "portrait d'une dame", retouché par le peintre, puis volé, l'auteur nous emmène sur les traces de cette jeune femme et de ses descendants, de Vienne à Manhattan et construit un roman passionnant.

**LE BARMAN DU RITZ** de Philippe Collin : Dans la France des années 40-44, le Ritz est un monde à part. Les occupants y côtoient l'élite parisienne et derrière le bar œuvre Franck Meier. À travers le destin de ce barman, l'auteur nous fait revivre une période troublée et riche en événements.

Bonne lecture à tous, Dominique et Isabelle

### Dessert à préparer avec ses enfants / petits-enfants : Le banana bread sans sucre

#### Ingrédients :

- 100g de beurre
- 150g de farine et 1 sachet de levure
- 2 oeufs
- 5 bananes
- 60ml de lait
- 80g de poudre de noisette
- 50g de pépites de chocolat
- cannelle

#### Préparation :

Mélanger la farine, la levure, la poudre de noisette, les pépites de chocolat et la cannelle.  
Ajouter le beurre ramolli, le lait et les œufs entiers.  
Écraser 4 bananes en purée et les rajouter à la préparation.  
Verser dans un moule à cake beurré.  
Couper la dernière banane dans le sens de la longueur et déposer les 2 morceaux sur le dessus du cake.  
Faire cuire 30 minutes à 180°C.

