



# Association Générale des Familles du 8e

80 ans au service des familles



## Le petit journal

Chers Adhérents,

Nous avons été très heureuses de vous retrouver lors de notre Assemblée générale qui s'est déroulée dans une ambiance sympathique et amicale.

Le bilan de l'année dernière est positif et ce grâce à vous, à votre dévouement, à votre temps et à votre énergie !

L'ensemble de notre offre de cours, d'activités et de rencontres nous permet de vous proposer de nombreux moments pour nous retrouver et développer nos liens.

En fin d'année, les spectacles et autres démonstrations font la joie des petits et des plus grands sous l'œil attendri des familles venues les applaudir.

Nous travaillons dès à présent à construire les projets de l'année prochaine, en restant à l'écoute de vos idées et de vos envies.

Merci à toutes et à tous pour votre implication.  
Continuons à avancer ensemble !

Les 3S (Sophie P, Sylvie S, Sophie D)

### Nouveau lieu pour la journée d'inscription

**Vendredi 12 juin 2026 - 10h à 14h30**

**Couvent des Dominicains  
222 rue du Fbg St Honoré - 75008**

**AVRIL 2026**

**À vos agendas !  
JOURNÉE D'INSCRIPTION**

**Vendredi 12 juin  
10h à 14h30**

**Couvent des Dominicains  
222 rue du Fbg St Honoré  
75008**

### Permanences de l'Agf8

**Le jeudi de 14h à 16h**  
hors vacances scolaires  
*à la mairie (rez-de-chaussée)*  
3 rue de Lisbonne 75008

Directrice de publication :  
Sophie Prouteau, présidente de l'AGF8

Comité de rédaction :  
Isabelle Bresson, Catherine Coursimault  
Sophie Dusserre, Odile Houssiaux,  
Agnès Kerneis

## Assemblée Générale du 12 février 2026

L'Assemblée générale de l'AGF8 est toujours un beau moment de rencontres entre adhérents et bénévoles. Cette année vous avez été encore bien nombreux à venir vous informer et échanger avec nous et entre vous. Quelle grande joie en ces temps difficiles !



18h00. Le bureau s'installe, l'AG va débuter, malgré quelques retardataires pas toujours discrets, la présentation démarre, ponctuée d'éclats de rire et d'applaudissements : activité en progression, satisfaction des adhérents, comptes clairs, gestion dynamique et prudente. Une affaire maîtrisée par une équipe solide et solidaire. Quelques questions ? Non, car déjà sonne l'heure du buffet.



On commente, on discute, on retrouve des amis, on rencontre de nouveaux adhérents. Le ballet de nos scouts/serveurs et le bar tenu par 2 de nos bénévoles ravissent les uns et les autres. Très vite, les crudités et les navettes s'arrachent, les mignardises se volatilisent, on est contents !

22h00. Quelques convives bavardent encore tandis que d'autres s'affairent à ranger. Merci à tous ceux qui cette année encore se sont dévoués pour le plaisir de tous. Rendez-vous l'année prochaine.

Catherine



## Spectacle de Noël Modern Jazz

L'incontournable spectacle de Noël s'est déroulé fin décembre. C'est un moment très apprécié aussi bien par les élèves que par les parents qui peuvent déjà voir le travail effectué en un trimestre.

Petits danseurs : les plus grands ont présenté pour la première fois une chorégraphie de leur conception puis tout le groupe a dansé le début d'une chorégraphie prévue pour le spectacle du mois de juin.

Grandes danseuses : leur travail ne cesse de se perfectionner.

Certaines élèves fêteront leur 10 ans dans mes cours l'année prochaine, la fidélité est récompensée. Quelques unes de leurs chorégraphies seront reprises pour le spectacle de fin d'année.

Un immense bravo à tous les élèves, un grand merci aux parents qui ont largement contribué au goûter qui a suivi le spectacle.

Marianne Le Rouzo



## Spectacles de fin d'année

Spectacle de danse : "Tout droit sur la ligne"

le **lundi 15 juin à 18h**

au centre sportif Jacqueline Auriol,  
7 Allée Louis de Funès, 75008 Paris



Démonstration des cours de karaté :

le **samedi 20 juin de 10h à 12h**

à la Maison des Associations,  
28 rue Laure Diebold, 75008 Paris



Pièces de théâtre :

le **samedi 13 juin**

**de 12h à 14h30** (enfants / ados)

**de 20h30 à 22h** (adultes)

au Couvent des Dominicains,  
222 rue du Fbg St Honoré, 75008 Paris

## La marche dynamique messieurs

Vous avez envie de bouger, de prendre l'air et de partager un bon moment ? Venez nous rejoindre au Parc Monceau tous les mardis matin à 10h pour une heure de marche conviviale et dynamique. Chacun avance à son rythme dans une ambiance chaleureuse et motivante.

C'est l'occasion idéale de prendre soin de soi, de profiter de la nature et de faire de belles rencontres. N'hésitez pas à venir essayer, nous serons ravis de vous accueillir !

Les marcheurs du mardi matin



## Pot de départ à la retraite de Nathalie Guidoni, professeur de pilates

Merci Nathalie pour toutes ces années passées ensemble !  
Grâce à toi, nous gardons la forme. Tous les jours nous pensons à rentrer le ventre périnée serré, à descendre nos omoplates dans les poches arrières du pantalon, sans oublier le shoulder bridge, le hundred et bien sûr le rolling like a ball.  
Nous te souhaitons, loin de nous.... beaucoup de plaisir et de réussite dans ta vie artistique !

Les filles du Pilates



## Petit déjeuner des bénévoles

Notre association a récemment organisé un petit-déjeuner amical en l'honneur de ses bénévoles pour les remercier de leur dévouement et de leur engagement.

Dans une ambiance chaleureuse, chacun a pu échanger, partager et renforcer les liens qui nous unissent.

Ce moment de convivialité a permis de mettre en lumière leur travail, souvent discret mais indispensable.



Autour d'un café et de quelques douceurs, les sourires et la bonne humeur étaient au rendez-vous.

Nous sommes fières de pouvoir compter sur une équipe aussi investie et solidaire.

UN GRAND MERCI À TOUTES ET À TOUS !!!!

Sophie



## Rejoignez la brigade des gourmandes !

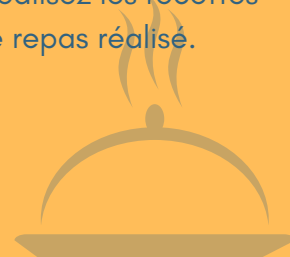
Vous avez retrouvé un livret de recettes chez votre grand-mère, au cours d'un voyage vous avez testé des saveurs exotiques ou tout simplement vous vous passionnez pour la lecture de recettes : rejoignez la brigade des **Assiettes Gourmandes** pour partager ces recettes avec des invitées.

Comment se passe une séance ? Vous accueillez 4, 5 ou 6 invitées avec lesquelles vous réalisez les recettes sélectionnées. Moment de partage et d'échange. Ensuite vous dégustez ensemble le repas réalisé.

Le rendez-vous est mensuel, le jeudi matin.

Inscrivez-vous pour une ou plusieurs séances, rendez-vous le 12 juin.

Monique



### Pavlova aux fraises et framboises : croquante, fondante, renversante

La meringue doit être croquante à l'extérieur et moelleuse au cœur, presque mousseuse. La crème fouettée, légère comme un nuage et les fruits, frais et acidulés, pour casser la douceur de la meringue et créer l'équilibre parfait.



#### pour la meringue :

- 4 blancs d'œufs
- 200 g de sucre
- 1 cuillère à café de vinaigre blanc
- 1 cuillère à soupe de Maïzena

#### pour la chantilly :

- 20 cl de crème liquide entière
- 50 g de sucre

#### pour la garniture :

- 10 fraises
- 15 framboises
- 4 cuillères à soupe de coulis de framboise
- sucre glace

Préchauffez le four à 120°C.

Montez les blancs en neige avec le vinaigre. Dès qu'ils commencent à monter, ajoutez la Maïzena puis le sucre petit à petit.

Le mélange doit être bien brillant et former un bec d'oiseau.

Étalez la préparation sur une toile en silicone ou un papier sulfurisé posé sur une plaque de cuisson.

Enfournez pour 1h15 en chaleur tournante (cette étape peut être faite la veille).

Juste avant de servir, fouettez votre crème jusqu'à ce qu'elle monte en chantilly.

Lorsqu'elle est partiellement montée, sucrez-la.

Lavez les fruits, coupez-les en morceaux.

Étalez la crème chantilly sur le disque de meringue, répartissez les fruits harmonieusement, saupoudrez de sucre glace et versez le coulis de framboise.