



Janvier 2026

Numéro 49

INFOS ACTIVITÉS



Guylaine et Valérie vous présentent leurs meilleurs vœux pour l'année 2026

Rappel : Pas de permanence régulière au bureau

Des idées pour avancer ...

Même avec seulement 2 responsables de l'Association, des idées germent et suivent la demande des adhérents.

Nous proposerons de nouvelles disciplines telles que le yoga du rire et la street-jazz pour les ados/adultes, par exemples.

Si vous découvrez une nouvelle discipline et avez envie de pratiquer une activité non déjà dispensée sur Ecouflant, nous mettrons tout en œuvre, si elle correspond aux valeurs et aux statuts de l'ACPL, pour la présenter lors de la prochaine saison, en septembre 2026.

La fête des adhérents va se concrétiser avec l'aide d'adhérents qui se sont proposés lors de l'Assemblée Générale de Novembre 2025.

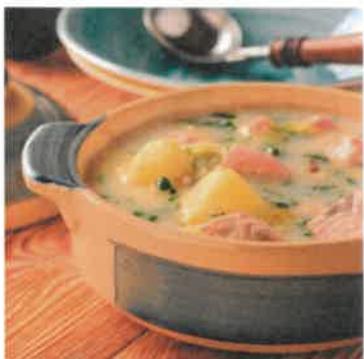
Lors d'une rencontre, tout se précisera avec une date, une salle et un déroulé organisationnel.

Une idée pour se réchauffer ...

Soupe de saumon à la finlandaise

En Finlande, on l'appelle Lohikeitto.

La soupe de saumon à la finlandaise est une recette simple mais savoureuse, parfumée avec une généreuse dose d'aneth et fondante grâce à son saumon poché)



Ingrédient : 4 personnes
500 g de pavé de saumon sans peau
8 pommes de terre
10 cl de crème liquide
1 L de fumet de poisson
1 oignon
1 bouquet d'aneth
2 feuilles de laurier
Huile d'olive
Sel, poivre
Préparation : 6 minutes
Cuisson 20 minutes

Épluchez les pommes de terre et détaillez-les en gros dés.

Pelez et émincez l'oignon.

Faites-le revenir dans une cocotte avec un filet d'huile 5 min,

Ajoutez les pommes de terre, le fumet de poisson, l'aneth et le laurier.

Laissez cuire 15 min à petits bouillons.

Ajoutez le saumon coupé en gros dés et laissez cuire 6 min de plus.

Ajoutez la crème, salez, poivrez et servez sans attendre.