



## ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ORDINAIRE 2021

### ORDRE DU JOUR

Date : **samedi 4 décembre 2021 à 17h30**

Lieu : **140 rue du Bac – 75007 PARIS**, chez les Sœurs de la Compagnie des **Filles de la Charité** de Saint Vincent de Paul

- 1 - Rapport des activités depuis la dernière AG
- 2 - Rapport financier et approbation des comptes
- 3 - Projets d'activités
- 4 - Renouvellement du Conseil d'Administration (*candidatures à adresser avant le 01/11/21*)
- 5 - Questions diverses

### ADHESION 2021

Je n'ai pas encore adressé de don en 2021 ou je souhaite compléter mon don, cliquez sur [FAIRE UN DON](#)

Pour les nouveaux adhérents, cliquez sur [ADHÉRER](#)

Pour tout don de 30 € minimum, un reçu fiscal vous sera adressé par mail (déduction de 75% dans la limite de 1000 € puis de 66% dans la limite de 20% du revenu imposable).

### POUVOIR

**NOM** : .....

**Prénom** : .....

Je ne pourrai être présent à l'AG 2021 d'AMM je souhaite être représenté par .....

Je lui donne pouvoir pour tous les votes sur les questions inscrites à l'ordre du jour.

Fait à ..... le .....

NB : 1/ faisons simple... nous n'avons pas besoin de votre signature manuscrite, votre nom et prénom et l'envoi à partir de votre adresse mail fera foi

2/ pour nous témoigner votre confiance, vous pouvez nous adresser ce pouvoir en blanc ; dans ce cas n'indiquez pas de nom après « représenté par »

3/ copier-coller le pouvoir pour les autres membres de votre foyer

**A noter** : un membre qui ne peut assister à une Assemblée Générale peut se faire représenter par un autre membre (deux pouvoirs maximum par mandataire). Il est également possible de retourner ce formulaire daté et signé mais sans indication de mandataire ; dans ce cas l'adhérent est informé qu'il sera émis un vote favorable sur les résolutions proposées.

Ceux qui ont renvoyé leur convocation en indiquant présent et qui ont un empêchement de dernière minute, sans indication de mandataire et sauf avis contraire l'adhérent est informé qu'il sera émis un vote favorable sur les résolutions proposées.

## INSCRIPTION PROGRAMME AUTOUR DE L'AG

Nom Prénom :\_

Merci d'indiquer le nombre de personnes dans chaque case et nous retourner ce fichier par mail.  
Les règlements se font sur place ; si vous devez annuler, merci de le faire au minimum 48h à l'avance.

### Vendredi 3/12

19h30 **Pizza party à Versailles** au siège d'AMM 15€ / pers

### Samedi 4/12

9h00 **Bibliothèque Mazarine**, 23, quai de Conti - 75006 Paris.  
Présentation de l'exposition par Christophe Vellet : « **Un siècle d'excellence typographique** ».  
Entrée libre.

10h30 **Musée Eugène Delacroix**, 6 rue de Furstemberg - 75006 Paris -  
Entrée 7€

12h00 **Déjeuner au restaurant Le Molière**, 12 rue de Buci - 75006 Paris.  
Nous aurons une salle privatisée en haut -  
Menu à 25 €, boissons comprises

14h30  
15h30 **Conférence du Dr Cosserat : la fertilité, un nouveau challenge en 2021**. De nombreuses pistes inexplorées... avant d'envisager FIV, GPA comme on le propose beaucoup trop rapidement.  
Compagnie des Filles de la Charité : 140 rue du Bac - 75006 Paris  
Entrée libre. Durée : 1h

16h00 **Missions Etrangères de Paris**, 128 rue du Bac - 75006 Paris -  
Entrée libre. Visite guidée

17h30 **Assemblée Générale** au 140 rue du Bac - 75007 Paris -  
Chez les Sœurs de la Compagnie des Filles de la Charité de Saint Vincent de Paul

19h30 **Buffet dînatoire** après l'AG : 25 € /pers en espèces sur place ; ce montant comprend la participation que nous laissons aux Filles de la Charité.  
Fin : 21h

## Dimanche 5/12

- entre 9h30 et 11h30 **Musée d'Orsay** au 1 Rue de la Légion d'Honneur, 75007 Paris -  
Entrée gratuite –  
**Exposition « Signac collectionneur »**
- 12h30 **Déjeuner à la Frégate** qui est sur les quais, près du musée d'Orsay  
1 Rue Du Bac Angle Quai Voltaire, 75007 Paris  
Menu à 25 €, boissons comprises

## DESCRIPTION DES PROPOSITIONS

### BIBLIOTHEQUE MAZARINE



Visite de la plus ancienne bibliothèque publique de France et de son exposition :

**Un siècle d'excellence typographique : Christophe Plantin & son officine (1555-1655)**

<https://www.bibliotheque-mazarine.fr/fr/evenements/un-siecle-d-excellence-typographique-christophe-plantin-son-officine-1555-1655>

Nous avons la chance et le privilège que **Christophe Vellet**, Responsable des fonds anciens imprimés et Commissaire de l'exposition, nous fasse gracieusement une présentation de l'exposition spécialement pour les membres d'AMM. Le RDV est tôt pour un samedi matin, mais nous n'avions pas le choix... il faut que ce soit avant l'ouverture au grand public.

## MUSEE EUGENE DELACROIX

A la découverte de l'atelier : un médiateur (agent du musée) partagera avec nous sa passion pour le musée Delacroix, ses collections et ses expositions. Une rencontre qui nous fera découvrir le musée autrement, à travers le regard et les connaissances du médiateur, ponctuées d'anecdotes sur la vie et l'oeuvre d'Eugène Delacroix.

Groupe limité à 15 personnes.

<http://www.musee-delacroix.fr/fr/ma-visite/nos-propositions-de-visites/>



## CONFERENCE par le Dr Didier Cosserat : « La fertilité, un nouveau challenge en 2021 »

**De nombreuses pistes inexplorées... avant d'envisager FIV, GPA comme on le propose beaucoup trop rapidement. De quoi redonner l'espoir.**

On parlera de l'importance actuellement de la **période pré conceptionnelle**

Voir en fin de document, les conseils pré conceptionnels du Dr Cosserat.



## MISSIONS ETRANGERES DE PARIS

Cette vénérable institution est un joyau du patrimoine français ; ses bâtiments du XVIIème, sa chapelle, ses jardins et son parc d'un hectare en plein coeur de Paris sont exceptionnels. Pour les membres d'AMM, une visite guidée est proposée par **M. Eric Henry**, responsable du service d'animation culturelle et pastorale des MEP. Nous aurons aussi le plaisir de rencontrer le **Père Vincent Sénéchal**, supérieur général de la société des MEP.

<https://www.jaimemonpatrimoine.fr/fr/module/81/1720/les-jardins-des-missions-etrangees-de-paris>



## LE 140 RUE DU BAC – CHAPELLE DE LA MEDAILLE MIRACULEUSE

Cette adresse est connue dans le monde entier par les fervents de **Ste Catherine Labouré** à qui est apparue la Vierge dans cette chapelle en 1832. C'est aussi le siège de la congrégation des **Filles de la Charité** ; pour la 3ème fois elles nous accueillent dans leurs bâtiments pour notre AG ; non seulement l'accueil est chaleureux mais en plus la salle de réunion est belle et bien équipée. Nous leur sommes très reconnaissants.

Bien évidemment cette congrégation fait partie de celles que nous aidons à Madagascar.



<https://paris-promeneurs.com/la-chapelle-de-la-medaille/>

## MUSEE D'ORSAY



Comme c'est le 1er dimanche du mois, l'entrée est gratuite (au lieu de 16 €) ; on ne se donne pas d'heure de RDV, chacun y va à l'heure qu'il veut... on se croiera sur place. Le musée ouvre à 9h30.

On pourra voir, notamment, la très belle exposition « **Signac collectionneur** ».

<https://www.musee-orsay.fr/fr/expositions/signac-collectionneur-423>



### Complément à la conférence du Dr Cosserat

#### Conseils pré conceptionnels, (idéal dans les 3 à 6 mois précédant la fécondation)

**Ovosicare fertility®** labo Procare Health 2 gélules le soir avant le coucher, **dès le désir de grossesse ou mieux 6 mois avant.**

Les compléments nutritionnels doivent contenir **au moins 150 à 200 µg d'iode** et le précurseur et la vitamine B9 (MTHF) sans excipients dangereux (dioxyde de titane par exemple)

**Magnésium citrate** D stress 1 /jour, le matin au petit déjeuner

**Choline** (phosphatidylcholine) 480 mg / jour

**Ergy D®** Plus vitamine D naturelle 6 gouttes par jour soit 4800 UI par exemple. Pendant un repas. A prendre pur ou sur un aliment plutôt gras (c'est une vitamine liposoluble). Une seule prise / jour. Eviter les doses mensuelles ou trimestrielles.

## **A adapter pour obtenir un taux de 25OHD3 autour de 50 à 60 ng/l**

Pas d'Adrigyl® qui contient du butylhydroxytoluène (BHT) comme excipient.

Il peut être utile et urgent en pré conceptionnel de se détoxifier en perturbateurs endocriniens et **métaux lourds** dans les 3 à 6 mois qui précèdent selon son mode de vie, son lieu de vie, son travail. Il est possible et prudent de les doser.

Détox essentiel Perturbateurs Endocriniens et métaux lourds®, un de chaque cure de 10 jours à la suite ou Cystéine 0,5 g 3/jour avec Chlorophylle QuantaPhylle 1 matin et soir, un mois

Pas de perte de poids importante avant la conception (relargage des perturbateurs endocriniens)

## **Traiter absolument sa dysbiose intestinale/SIBO ("Small Intestinal Bacterial Overgrowth") durant la période péri conceptionnelle. Carences en Arginine et L Carnitine**

Pour optimiser la fertilité masculine : **Conceptio homme®** Pour mémoire la spermatogénèse dure 3 mois. Arrêt tabac, cannabis, manger bio, pas de téléphone portable dans les poches, porter des caleçons larges, pas d'ordinateur sur les genoux. **Optimiser aux normes hautes son taux de zinc.**

Consommation importante de fruits, de légumes verts, tomates

Tout bio, on a plus le choix en péri conception actuellement

L'alcool est contre indiqué. (et pour mémoire le vin non bio est une véritable liqueur de pesticides)

Eviter les poissons prédateurs (thon, espadon, marlin...) et les poissons crus (risque d'anisakis). L'apport en **huile Oméga 3 (EPA/DHA)** est essentiel pour le système nerveux central ; saumon, maquereau, anchois, sardine, hareng, 1 fois / semaine : haddock, truite, salade de mâche ...

ou en gélules afin d'apporter **AU MOINS 250 mg / jour de DHA**, indispensable pour le cerveau du bébé. **L'idéal est au moins 6 mois AVANT LA CONCEPTION**

Afin d'augmenter la part des graisses polyinsaturées oméga3, **limiter drastiquement ou mieux supprimer les produits laitiers et le gluten** (beurre avec modération mais à ne pas exclure) qui seront remplacés par de l'huile d'olive, de colza, de lin, de noix, de chanvre ou krill.

Utiliser des graines de lin dans les aliments (salades ...). Regarder le site [bleu blanc cœur](http://bleu-blanc-coeur.com)

Acheter des œufs bio, 1 à 2 œufs coque le matin au petit déjeuner.

Eviter les huiles Oméga 6 (tournesol, maïs, pépins de raisin, soja)

Sel iodé NON fluoré sans excès (Attention les sels de Guérande et de l'Himalaya ne contiennent pas d'iode)

L'exposition au tabac provoque : augmentation du délai de conception, cycles courts et irréguliers, augmentation du risque de cryptorchidie, anomalies des spermatozoïdes, une intoxication au cadmium

Limiter au maximum le WIFI et l'utilisation du téléphone portable, mode avion le plus possible et toujours la nuit.

Pour optimiser la fécondation : relations sexuelles tous les 2 à 3 jours, (les chances sont maximales 2 jours avant et pendant l'ovulation) avec un maximum d'orgasmes pour optimiser les taux d'ocytocine, cortisol et neuromédiateurs...

Lubrifiant pour les relations sexuelles : Prefert® (ACL 6006582) Labo Bivea, sans parabènes, contribue à la mobilité des spermatozoïdes.

Toilette à l'eau seulement de la vulve (pas de cosmétiques toxiques). Le vagin est auto-nettoyant. Gérer ses règles avec coupelles, culottes de règles, protections et/ou tampons bio.

Faire une iodurie des 24 heures (dosage d'iode dans les urines) + vitamines B9, B12, TSH, T3 libre, Ac anti TPO, vit A, 25OHD3, Sélénium et Zinc, en plus des bilans rituels : groupe sanguin, toxoplasmose, rubéole...

Pour mémoire : T3 libre > 3,4 ng/l ou 5,2 pmol/l et T3 reverse < 0,20

Bilan infectieux à faire pour le couple (HIV, hépatites B, C, E, syphilis, chlamydia, mycoplasme, trichomonas, recherche HPV...)

Et voir le film « Demain tous crétiens »

(Interview de Barbara Demeneix) <https://www.demaintouscretins.com/> pour se motiver

Dr Didier Cosserat

Tel 06 60 55 59 87

[didcos@hotmail.com](mailto:didcos@hotmail.com)

---

## ALLIANCES & MISSIONS MEDICALES

13ter, avenue des Etats-Unis – 78000 VERSAILLES

Site internet : <http://alliances.medicales.free.fr> - ✉ [alliances.medicales@gmail.com](mailto:alliances.medicales@gmail.com) - ☎ 01 39 49 49 04