



DALABULLEN



CELIAKIFÖRENINGEN
I DALARNAS LÄN

Nr 1 Våren 2015

www.celiaki.se/dalarna

Kalendarium

Fikaträffar
Se sid 3

Föreläsning—för anhöriga!
25 mars, se sid 4

Föreläsning—för barn!
18 april, se sid 6

Barn & ungdomsverksamhet
Se sid 8



Styrelse & kontaktpersoner

Ordförande

Maria Danmo, Borlänge 073-142 04 30 maria.danmo@gmail.com

Vice Ordförande

Ulf Lindberg, Borlänge 070-255 42 41 ulflindbergs@yahoo.se

Kassör

Anders Algstrand, Falun 023-220 98 aalgstrand@hotmail.com

Sekreterare

Elisabeth Hedberg, Söderbärke 073-818 67 15 bettan.h@hotmail.com

Ledamöter

Barbro Kvist, Ludvika

Åsa Sandell, Borlänge 0243-23 52 65 sandellmurbo@hotmail.com

Produktionsinformatör

Camilla Ståhl, Falun 073-764 08 10 ca02310529@gmail.com

Webbansvarig

Ulf Lindberg, Borlänge 070-255 42 41 ulflindbergs@yahoo.se

Revisor

Ingrid Lundström, Bjursås 023-507 98 gil@telia.com

Susanna Bäcklund, Falun 023-313 55 susanna.backlund@ncc.se

SCUF ombud

Maria Danmo, Borlänge 073-142 04 30 maria.danmo@gmail.com

Barn och ungdomsverksamhet

Therese Olsson 070-684 98 97 therese.olsson@abf.se

Tips och råd kring bak och matlagning

Judith Dahlin Klein, Hedemora 0225-147 40 dahlinklein@telia.com

Valberedning

Styrelsen



Fika

Glutenfritt!

Celiakiföreningen i Dalarnas län bjuder in till

Fikaträff!

Både medlemmar och icke medlemmar är varmt välkomna
men du behöver vara medlem för att fika utan kostnad.!

4/3 kl. 16-18 i Ludvika på Café Engel med Barbro.

4/4 kl. 16-18 i Falun på Piacetto Sano (Obs! i Bergströms Galleria) med Anders.

4/3 kl. 16-18 i Borlänge på Almas med Ulf och Åsa.

5/3 kl. 16-18 i Rättvik på Fricks konditori med Maria.

14/3 kl. 13-15 i Avesta på Spinor med Helena & Therese.

*Vi träffas och fikar, byter erfarenheter och delar med oss
av tips och idéer!*

Information från Celiakiföreningen kommer att finnas!

Meddela ABF om du har andra allergier än
glutenintolerans! Tel 023-220 70

Mejl: abf.sodra-ostradalarna@abf.se

Välkommen!





Föreläsning för anhöriga i Avesta Ett samarbete med ABF och Avesta Kommun.

Många som får diagnosen Celiaki upplever att det kan vara lite bekymmer med de anhöriga att riktigt förstå allvaret. Det kan vara svårt att förstå alltifrån att man behöver ha ett eget smörpaket till att röstad lök vanligtvis innehåller gluten. Svårt att veta för de anhöriga vad de ska bjuda på och man känner sig ofta otillräcklig.

Dietist Linda Haglund hjälper oss igenom en del viktiga saker att tänka på som anhörig och du får chansen att ställa alla dina frågor!

Avesta Bibliotek, Fridolinsalen. 25 mars klockan 19.00

Bakhällar finns att låna från föreningen



Vill du prova att baka tunnbröd, läfsor eller andra sorters bröd?

Då finns det hällar att låna för medlemmar.
Hällarna finns i Avesta, Borlänge och Falun.
Kontakta någon ur styrelsen om du vill låna en häll.



Rapport från vår resa runt Siljan

Lördagen den 6 september hade jag den mycket tacksamma uppgiften att "reseleda" ett sällskap på 25 trevliga och glada celiaki-medlemmar. Alla bidrog till en skön stämning under turen runt Siljan. Lunch- och fikapauserna är ju viktiga en sådan här dag – och våra val blev riktiga lyckträffar. Fm-fikat serverades på Fricks konditori i Rättvik med glutenfria smörgåsar – som var goda!



Därefter bar det av till Nusnäs och trähästtillverkningen hos Nils Olsson. Vi kom dit en dag utan andra turister än några vänliga, köpglada amerikanare. Härligt med plats. En dekoratör tog sig tid – medan hon målade – att beskriva sitt arbete, där hon fick sätta sin egen prägel på "sina" hästar. En täljare var också i arbete och vi fick genom guiden förståelse för hans insats. Vi fick också veta ur viktigt arbetet med trähästtillverkningen var – och är – för orten Nusnäs, där det i många hem sitter täljare och förtjänar sitt levebröd.

Lite halvdästa efter lunchbuffén på restaurang Strand i Mora var det sen riktigt skönt att få ta en kort promenad till Zorngården och Zornmuseet. Mesta tiden ägnade vi åt Zorngården. Vi gick i smågrupper med mycket engagerade guider, som visade runt i det fantastiska hemmet.

De berättade detaljrikt med mycket humor om Emmas och Anders liv. För Anders Zorn var

Rembrandt den givne förebilden som grafiker. Zorn studerade noga den gamle holländarens verk och köpte Rembrandtetsningar vid varje tillfälle som erbjöds, över 200 blad. Nu visades delar av den samlingen i utställningen "*Rembrandt – världens störste grafiker*" på Zornmuseet.

Uppe på Björkberget i Siljansnäs hos Buffils Anna njöt vi av härliga våfflor med sylt

och vispgrädde men också av en vidunderlig utsikt. Vi kunde se kyrkorna ända borta i både Leksand och Rättvik.

I den sköna septembersolen på Björkberget var vi överens om, att vi hade haft en fin dag tillsammans.

/Nedskrivet av Anders Algstrand

Foto: Bo Marklund





Celiaki

Tips & information för barn som lever med celiaki (glutenintolerans) med dietist Linda Haglund.

Lördagen den 18 april kl. 14.00
ABF i Falun, Trotskatan 47.



Linda Haglund är dietist och jobbar som chef för produktionsköket som gör sjukhusmaten på Falu Lasarett. Här föreläser Linda för barn och deras anhöriga, ger tips och trix som kan vara till hjälp i vardagen och till fest. Vad är viktigt att tänka på? Vad kan jag äta? Vad händer i kroppen om jag äter gluten? Hur fungerar det i skolan? Måste jag ta med mig eget fika till kalaset?

Ta chansen att ställa alla dina frågor!

Frí entré för medlemmar.

Icke medlemmar betalar 50 kr, kontant på plats.

OBS! Begränsat antal platser.
Anmälan senast den 10 april till
ABF i Falun, 023-220 70 eller
abf.sodra-ostradalarna@abf.se
www.abf.se/sodalarna

Välkommen!



Celiakiföreningen
i Dalarnas län



ARBETARNAS
BILDNINGSFÖRBUND



Rapport från höstens aktiviteter

Mat för livet-mässan 2014.



Så spännande med den här info- och shoppingresan för en nybörjare! Aldrig mer får en "dra-maten" vara kvar hemmavid dessa äventyr och någon lunchmatsäck behöver inte heller packas. Vi var ett trettiotal, som i gryningen den 6 december åkte med buss till Kistamässan. På Ekolskrog tog vi en rejäl bensträckarpaus och serverades då en matig smörgås. Väl framme i Kista kunde vi sen ta del av mycket bra information och provsmakning av en mängd produkter.

Tyvärr är det så att allting inte når upp till oss i Dalom, så det här var ett utmärkt tillfälle för mig att fylla på mitt torrförråd av glutenfria varor. Jag hoppas att vi blir ännu fler nästa år, så att föreningen kan fortsätta att subventionera denna matnyttiga resa och ge oss möjlighet att hitta bra produkter till bra pris.

Text: Barbro Kvist

Lyckad julbordsrepris

För tredje året hade vi valt Dössberget i Bjursås för vårt julbord. Dels för att det ligger så vackert men framför allt för den goda matens skull.

Vi var över 70 personer, vuxna och barn. Som vanligt var det dignande bord som väntade på oss inne i stugvärmen. Vi serverades varm glögg och pepparkaka innan vi intog våra platser.

Undertecknad hälsade välkommen och uppmanade den här gången alla att äta minst fem tallrikar. Annars kan man inte säga att man har ätit julbord på riktigt! Alla ställde upp med entusiasm och jag upptäckte ingen som "missade målet". Det fanns verkligen mycket gott att välja på, sex sorters sill, fyra sorters lax, kallskuret, varmrätter, ja tom grisfötter, ostbord och en mycket välfylld dessertavdelning. Några, inkl undertecknad, klarade av tre assietter bara på desserterna. Ett lockande godisbord blev också livligt besökt.

Text: Anders Algstrand





Barn och ungdomar!

ALBORGEN
ÄVENTYRSHUS



barnen som tar rummens utmaningar på största allvar. Ja, det kan man väl säga att vi vuxna också gör. En del rum kände vi igen, andra var nya. För er som inte har varit där kan jag enkelt förklara att det är ungefär som Fångarna på Fortet, som går på tv. Men det är inga höga höjder och inga levande djur. (förutom en och annan spindel som bor i huset kanske...)

Vi åt medhavd lunch och fikade tillsammans och efter dagens äventyr bestämde vi oss för att avsluta det hela på Romme Pizzeria i Borlänge och avnjuta några av deras goda glutenfria pizzor. En väldigt lyckad dag och vi ser fram emot nästa äventyr!
Text: Therese Olsson



Planer för våren!

Till våren kommer vi att ordna enkla träffar med våra barn på olika platser i länet. Vi har frågat barnen vad de önskar göra med föreningen och det har kommit fram allt från bad, gokart & bowling till pizza & provsmakning av glass. Vi använder oss av Facebook och kommer göra riktade inbjudningar till barn och deras familjer och hoppas att vi kommer ses på någon av våra familjeträffar.

Vi vill gärna veta mer om vad ni barn och ungdomar vill göra!

Hör av dig till Therese Olsson, therese.olsson@abf.se eller 070-684 98 97