



CELIAKIFÖRENINGEN I UPPSALA LÄN

Svenska Celiakiförbundet



Vårbladet 2017

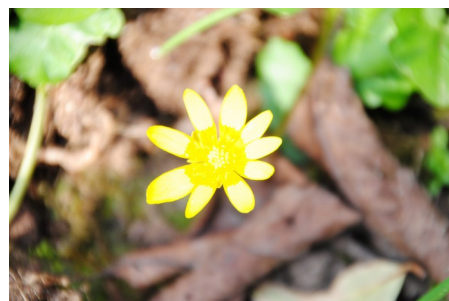
Kalendarium vintern 2016/2017

April: 8 – Testa bästa fikat kl 11
3 – styrelsemöte

Maj: 8 – styrelsemöte
13 – Testa bästa fikat kl 11

Juni: 10 – Testa bästa fikat kl 11
12 – styrelsemöte

Augusti: 21 – styrelsemöte



CELIAKIFÖRENINGEN
I UPPSALA LÄN
Svenska Celiakiförbundet

Missa inte att gå och gilla vår uppsnofsade
facebookside:

<http://facebook.com/celiaki uppsala>

Kolla även in webbsidan:

<http://celiaki.se/uppsala>

Har Ni något härligt restaurang-,
café-, bak- eller produkttips? Hör
gärna av Er med Era bästa tips till
tidningen, www.celiaki.se/uppsala.

Celiakiföreningen i Uppsala
län är en länsförening inom
Svenska Celiakiförbundet.
Uppsalaföreningen har cirka
1000 medlemmar som är
överkänsliga mot gluten,
laktos, mjölkprotein och soja.

Medlemsbladet kommer ut
fyra gånger om året. Om du
har frågor, synpunkter eller
tips får du gärna höra av dig
till föreningen.

E-post: <mailto:uppsala@celiaki.se>
Telefon: 018-56 09 00 (vx)

Ordföranden har ordet

Det är ett stort förtroende att bli vald som ordförande i Celiakiföreningen i Uppsala, tänkte jag när jag blev vald i februari. Vi är ungefär 1000 medlemmar, utspridda i länet i föreningen. Själv bor jag i Uppsala, i en storstad, medan andra bor ute på landsbygden. Vi har olika livsvillkor beroende på var vi bor, hur vi bor och var i livet vi befinner oss. Men vi har en sak gemensamt och det är att vi inte tål gluten och/eller, laktos, soja- och mjölkprotein. Det är dessa medlemmars intressen, våra och era intressen, styrelsen ska ta tillvara, tillika med de som har hudceliaki.

Vi i styrelsen diskuterade i februari på ett arbetsmöte vad vi ska arbeta med under 2017. För att ha något att stödja oss på läste vi föreningens stadgar. Det är de som berättar och styr vårt arbetsområde. Stadgarna säger att vi ska arbeta för våra medlemmar så:

- att de överkänsliga tillförsäkras samma ekonomiska, sociala och kulturella standard som övriga medborgare,
- att verka opinionsbildande i frågor av intresse för medlemmarna,
- att inom vårt län bedriva upplysande och rådgivande verksamhet,
- att upprätthålla personlig kontakt med medlemmarna,
- att skapa och upprätthålla kontakt med läkare och dietister samt andra personer som kan vara av värde för medlemmarna,
- att inom vårt län i samarbete med andra organisationer förverkliga gemensamma intressen,
- att i övrigt arbeta enligt FN:s konvention för mänskliga rättigheter för människor med funktionsnedsättning.

För varje punkt ovan har vi diskuterat vad vi kan göra. Mer om det kommer under året. Men det viktigaste är naturligtvis ni som är medlemmar. Hur får man till en ”personlig kontakt med medlemmarna”? Hur får vi reda på vad ni vill? Problem och förslag?



Ja, i första hand har vi tänkt utveckla de kommunikationssätt vi har. Det finns en facebook sida där ni kan kommentera, göra inlägg och fråga oss om vad som helst, sök på Celiakiföreningen i Uppsala län. Vi har också en hemsida som man når via www.celiaki.se. Men vi vill mer förstås. Därför vill vi gärna att ni lämnar in eller skriver in er e-post adress så att vi snabbt kan kontakta er. Man kan själv ändra via min sida. Du loggar in på celiaki.se och ditt medlemsnummer som finns på sista sidan i Celiakitidningen. Om du inte har en aning om detta, skicka ett mejl till uppsala@celiaki.se så ändrar vi åt dig. Och passa på att komma med förslag vad vi kan göra för dig som medlem!

Jag vill gärna träffa dig på fikastunderna, som kommer att ske en gång per månad i Uppsala. Och gärna på någon studiecirkel som vi hoppas få igång så småningom. Eller föreläsning. Kom med förslag så ordnar vi. Tillsammans är vi många! Vi kan hjälpa och stödja varandra, påverka och göra livet lättare och roligare. Det är det vi alla också har gemensamt. Att vi vill ha ett bra liv, oavsett diagnos.

Margareta Mörck

Information

Lägg till aktuell e-postadress, postadress och familjemedlem

Du vet väl att du kan logga in på www.celiaki.se under ”**Mina sida**” högst upp till höger!?

Där kan du anmäla ny adress och aktuell e-postadress. Du kan även lägga till ny familjemedlem för endast 50kr/år.

Användarnamnet är ditt medlemsnummer och lösenord, båda finns på brevet med inbetalningsavin och medlemskortet som du fick innan jul i förbundets medlemstidning **Celiaki Forum**.

Skulle du ha haft bort ditt medlemsnr så är det bara att skicka ett mail till föreningen uppsala@celiaki.se, så kollar vi upp det. Nytt lösenord får de genom att klicka på ”**Glömt lösenord?**”

Under ”**Medlemsförmåner**” så loggar du in med lösenordet som står på sidan 3 i ”**Celiaki forum**”, i det nyaste numret.

Digital tidning blir standard

Vi kommer hädanefter skicka ut medlemstidningen i digitalform. Till de som ännu inte angett e-postadress skickas tidningen förstas i pappersform. Önskas tryckt tidning i framtiden ber vi er meddela oss.

Vi söker nya styrelsemedlemmar

Känner du att du vill bidra lite extra och få lite mer att säga till om rörande celiakiföreningen i Uppsala län?
Tveka inte om att ansöka om att bli styrelsemedlem.

Hör av er till vår eminenta valberedare
madelene.eriksson@live.se.



105 gillar facebooksidan.
Men vi tror att det är fler.
Målet är 150 vid årsskiftet,
eller ännu fler ...

Årsmötet

Så var det dags igen att välja ny styrelse. Den 4 februari samlades medlemmar och styrelse för val. Eller del av styrelsen, vissa står kvar ytterligare ett år. Ragnar Ryd som har varit ordföranden under året som gått, med den äran, hade i god tid aviserat att han inte ville fortsätta. Och så är ju livet. Vi kan inte alltid ställa upp för andra utan måste, ja tvingas tänka mer på oss själva. Det kan vara sjukdom eller bara livet som kommer emellan.

Så här blev resultatet av valet:

a) Ordförande

Margareta Mörck Vald på 1 år

b) Kassör

Anna Karin Lindroos Vald på 2 år

c) Övriga ledamöter

Monika Pearson Omvald på 1 år

Annika Axvide Omvald på 1 år

Kristina Bate Holmberg Omvald på 1 år

Sabina Fontana Omvald 2016 på 2 år

Helena Wallster Omvald på 2 år

d) Suppleant

Monica Svensson Omvald 2017 på 1 år, vice ordförande

Revisorerna

Maud Sundqvist Omvald 2017 på 1 år

Laila Ericsson Omvald 2017 på 1 år

Revisorer suppleant

Marie Åsblom Omvald på 1 år

Val av valberedningskommitté, för valen till nästa ordinarie årsmöte

Madelene Eriksson Omvald på 1 år

Att valen oftast är på ett år beror på förslaget till nya stadgar, som också diskuterades på årsmötet och som ni kan läsa mer om i tidningen Celiaki. Stadgeändringen kan komma att innebära att förbundet och föreningarna enbart ska representera de som har diagnosen celiaki.

Efter årsmötet och innan den goda lunchen höll dietist Sierra de Goldsmith från Schär en föreläsning, som blev mycket uppskattad.





CELIAKIFÖRENINGEN
I UPPSALA LÄN
Svenska Celiakiförbundet

Celiakiföreningen i Uppsala län testar fik!

Under våren 2017 kommer föreningen att träffas en gång per månad för att tillsammans gå och fika i Uppsala. Syftet är att se hur utbudet ser ut på stans caféer för de som inte tål gluten, laktos, mjölkprotein eller soja. Samtidigt kan medlemmar passa på att umgås och träffa nya vänner. Föreningen vill med detta också sprida kunskap till de som driver och arbetar på caféerna om vad medlemmarna kan äta.

Den 11 februari var det premiär och tre medlemmar i styrelsen hängde på. Vi, Monika Pearson, Anna Karin Lindroos och Margareta Mörck gick till Kardemumma i anslutning till Stadsbibliotekets lokaler.





Där fanns ovanligt mycket godsaker att välja på. Så här välfyllt blev våra fat. Och det bästa av allt. Det fanns mer att välja på!

Bäst på Kardemumma

Många söta saker att ta till kaffet och inte bara den vanliga budapestbakelsen eller chokladbiskvier.

Trevligt bemötande och en vilja att hjälpa till att välja rätt.

Vårt grannsällskap visade sig vara tre generationer, antagligen fyra, som har celiaki. Mormor, mamma och två av de tre barnen. De visste mycket om var man kan hitta något att äta och tycker att Kardemumma är bra. Var och en har sin egen historia om hur celiakin upptäcktes.

Sämst på Kardemumma

Det fanns inget glutenfritt bröd att göra mackor av. "Det är slut i frysen", som tjejen bakom disken sa.

Det tyckte vi inte var så bra planering inför en helg. Kön bakom oss ringlade sig lång och det fanns säkert fler som vill ha en smörgås. Familjen bredvid hade också velat ha en matig macka till sonen.

På fiket i mars valde vi Café Linné. Där fanns många olika



sorters kakor att välja på och en smaskig fransk kaka, se bild. Det gick också att få en smörgås gjord på glutenfritt bröd. Personalen var serviceinriktade och hade bra koll. Klockan elva en lördag fanns det mycket plats i lokalen. Vi valde sköna mjuka fåtöljer och njöt av atmosfären.

Tips - Har du tips? Recept, restauranger, produkter eller något annat kul? Hör av dig och dela med dig av dina erfarenheter. Det kommer med i tidningen och på vår facebookside.

Hej!

Jag vill gärna tipsa om ett bra matställe:

Restaurangen Kristallen.

De har alltid någon maträtt som är glutenfri på deras meny. De har glutenfri raggmunk med fläsk. Maten är vällagad och mycket god. Menyn är baserad på husmanskost och en fräs salladsbuffé ingår. Personalen är mycket trevlig.

Se deras hemsida: kristallenkok.se

Prova på!

Laila

Grönbananmjöl

När vår produktansvariga Sabina Fontana köpte Dorimax glutenfria grönbananmjöl på Mat-för-livet-mässan innan jul, träffade hon självaste Dora. Av mixen har hon gjort bland annat goda pannkakor.



B

SVERIGE
PORTO BETALT
PORT PAYÉ



God mat för alla!

Därför har vi på ICA Kvantum i Gränby Centrum ett stort sortiment av bra produkter som tar hänsyn till överkänslighet eller allergier. Vi har också massor av läckra, anpassade recept. Så att du kan äta krämiga såser, saftigt bröd och goda grillkorvar, precis som alla andra.

På ICA.se kan du läsa om de vanligaste allergierna, vad olika livsmedel kan innehålla samt hur du förstår en innehållsförteckning. Vi ger dig också massor av tips på goda alternativ.



ICA
KVANTUM

 **GRÄNBY CENTRUM**

Tel 018-56 60 00. Öppet alla dagar 8-22
ica.se/kvantum uppsala
www.facebook.com/kvantumgranby