



CELIAKIFÖRENINGEN I UPPSALA LÄN

Svenska Celiakiförbundet

WERS
& -
RDEN



Sommarbladet
2017

Ordförande har ordet.

Våren har kommit och träd och buskar har fått gröna vackra kläder. Vi har en härlig tid framför oss. Sommaren, då många av oss reser på semester. Utomlands som i Sverige. Själv tycker jag att det är spännande att testa nya maträtter, nya råvaror som vi inte använder så ofta i Sverige. Men resandet kan också innebära problem med att hitta rätt mat. Ibland blir det fel och det straffar sig förstås med förstörda dagar. *Mat är viktigt!*

Jag har varit till Kroatien och njutit av långa restaurangbesök, sittandes där man ser ut över havet och solen är på väg ned. Eftersom jag helst vill ha möjlighet att laga egen mat också, hyrde vi en lägenhet. Frukost på små enkla hotell kan vara en rejäl utmaning för en som har celiaki.



Det går framåt med kunskapen om celiaki. Jag hade inga problem med att förklara vad jag inte kunde äta på restaurangerna. Det fixades alternativ där det behövdes.

Hur reser du? Vart reser du? Har du någon favoritplats, bästa hotell eller bästa hotellet där du fått man som du klarar av?

Styrelsearbetet löper på med årsstämman i maj där det nya stageförslaget beslutas. Det blev bara en tumme kan man kanske säga om förslaget. Tanken från början var att förbundet enbart skulle representera de som har celiaki, men så blev det inte i slutändan ändå. Förbundet representerar som tidigare, förutom de som har sjukdomen celiaki eller hudceliaki, även de som är laktosintoleranta, inte tål mjölkprotein, sojaprotein - samt för personer som är intresserade av dessa diagnoser. De stadgeändringar som tagits har inte någon större betydelse men behövs likväl för att göra den mer överskådlig, bättre rent språkligt och tydligare.

Ta gärna kontakt och berätta er berättelse genom att mejla till uppsala@celiaki.se

Så lägger vi in er berättelse i tidningen eller andra medier - så som **webbsidan** eller **facebook**.

Styrelsen

Margareta Mörck
Ordförande

Monica Svensson
Vice ordförande

Monika Pearson
Sekreterare

Anna Karin Lindroos
Kassör

Annika Axvide
Barnaktiviteter

Helena Wallster
Webbansvarig, Medlemsregistret

Sabina Fontana
Produktansvarig & Mat-för-livet

Vice kassör - vakant
Vice sekreterare - vakant



Celiakiföreningen i Uppsala län är en länsförening inom Svenska Celiakiförbundet.

Det är ca 900 medlemmar som är överkänsliga mot gluten, lakots, mjölkprotein och soja.

Detta medlemsblad kommer ut fyra gånger om året och du som medlem får gärna höra av dig med frågor, synpunkter och tips till föreningen.

E-post: uppsala@celiaki.se
Telefon: 018 - 59 09 00 (vx)

Dina åsikter hjälper!

Sommarens skalender

Juli

Sommaruppehåll

Augusti

Styrelsemöte den
21

September

Testa Bästa fikat
kl. 11:00 - 12:00
den 9

Ölprovning
/ Restaurangbesök

Oktober

Testa bästa fikat
den 14

Bakföreläsning

Barnaktivitet

Kontakt

Är det något du undrar över? Har du tips och förslag på något som du vill hjälpa till att arrangera? Eller något du vill dela med dig av här i medlemstidningen?

Hör av dig till styrelsen!

Webbsida

www.celiaki.se/uppsala

Facebook

facebook.com/celiakiuppsala

E-post

uppsala@celiaki.se

Telefon:

018 - 56 09 00 (vx)

Adress

Celiakiföreningen i Uppsala Län
Kungsgatan 64
743 18, Uppsala

Du kan också bli hörd!

Nyhetsbrev och medlemsbladet i digital form

Det är många av er medlemmar som inte har uppdaterat eran e-postadress, så vi skulle uppskatta om ni kontaktar oss med er nya så vi kan uppdatera registret.

Skicka antingen ett mail från din nya e-post till föreningens e-post (uppsala@celiaki.se) eller logga in på webbsidan via "Min sida" högst upp i menyn och registrera din aktuella e-postadress.

Du kan då även kontrollera att dina övriga uppgifter fortfarande är aktuella och göra ändringar om det behövs, samt lägga till fler familjemedlemmar (50 kr/år).

Dina inloggningsuppgifter till webbsidan finns med på inbetalnings avin som kom med Celiakiforum nummer 4 i december.

text: Helena Wallster

Djupare än så



foto & dikt: C.S. Wahlberg

Du måste titta djupare ibland syns ting inte så väl som de borde. Vad som återspeglas i ögonblänk och glittertänk, måste kunna se mer än ytan och våga dyka. Du ser hennes spegelbild reflekteras i allas ögon, dock är det ingen som ser hennes tankar och gnagande oro som i maggropen daltar. Det finns saker som hon ej får förtära, ej får livnära och konsumera. Osynligt hon suckar, ingen ser hennes inre och hur mycket det tynger och att hon inte är som dig och att för henne en glädje försvinner för hon är handikappad i sitt inre. I dina ögonspeglar ser du hennes blick på menyn och händerna som varsamt släpper den på sin plats och bordet hon lämnar tomt i all hast, utan att beställa något som alla andra gjort. Du måste titta djupare, för det finns saker hon ej får förtära, och det är dags att du det får lära.



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/kvantumuppsala
www.facebook.com/kvantumgranby

Rapport från årsstämman



text: Anna Karin Lindroos foto: Anna Maria Schröder

Den 13-14 maj hölls Svenska Celiakiförbundets årsstämma på Scandic Klara i centrala Stockholm. Förutom styrelsen, valberedning och personal från förbundets kontor deltog ett femtiotal ombud från hela landet. Från länsföreningen i Uppsala deltog Anna Karin Lindroos och Monica Svensson. Nytt för i år var att årsmötet filmades och att ombuden fick rösta med mentometerknappar.

Större delen av årsstämman ägnades åt att gå igenom förbundsstyrelsens förslag till nya stadgar. Huvudsyftet med uppdateringen har varit att modernisera stadgarna så att de är bättre anpassade till dagens verksamhet i förbundet. De flesta stadgeändringsförslag bifölls av årssämman. De nya stadgarna börjar gälla om även nästa förbundssämma röstar igenom förslagen. För den som är intresserad finns stadgeändringsförslaget på [Celiakiforbundets webbsida](http://Celiakiforbundetswebbsida).

En nyckelfråga som diskuterats livligt i läns- och lokalföreningarna har varit om förbundet enbart ska företräda sjukdomen celiaki eller som nu även företräda diagnoserna mjölkproteinallergi, laktosintolerans och sojaproteinallergi. Meningarna går isär. Något beslut fattades inte på årsstämman då förbundsstyrelsen bedömt att frågan behöver diskuteras och utredas ytterligare innan ett förslag kan läggas fram för omröstning.

Sammanfattningsvis var det två intensiva dagar med många och livliga diskussioner. Mentometerknapparna användes också flitigt. För detaljer finns en inspelning av mötet på play.staylive.se

En sammanfattning av årsmötet finns också i Celiakiforum nr 2-2017.

Celiakiföreningen testar bästa fiken i Uppsala

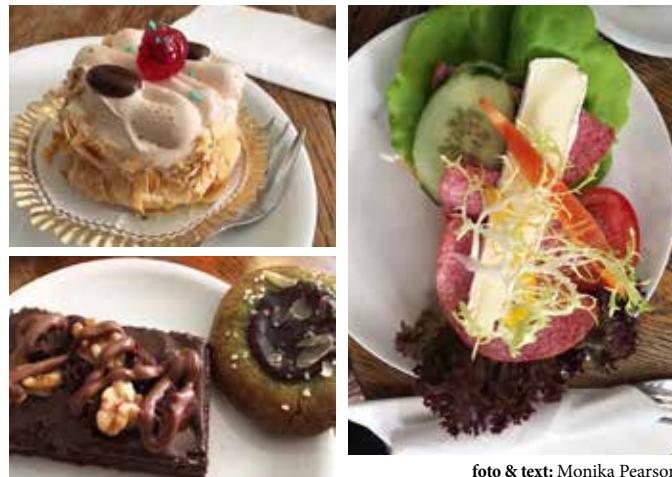


foto & text: Monika Pearson

Vi har nu erfarenhet från fikaträffar på Kardemumma, Café Linné, Guntherska och nu senast - Ofvandahls Hovkonditori. Lördagen den 10 juni var vi åtta personer som kom instormande på ett folktomt Ofvandahls för att testa deras gluten- och laktosfria utbud.

Sabina Fontana och Monika Pearson från styrelsen, fyra medlemmar och två medföljande var med. Vi blev mottagna av en kunnig personal som tydligt pekade ut allt gluten- och laktosfritt. Det glutenfria låg bredvid varandra på hyllan under glas, vilket gjorde det lätt att få en överblick över de tio olika bakelserna och kakorna. En variation på Budapest, flera biskvier, men även många andra godsaker. Mycket nötbaserat och en fin brownie! Alla smörgåsar kunde göras på glutenfritt bröd, som var Brima bröd.

Vi var mycket nöjda med det söta utbudet, men skulle önska att brödet kunde göras lite grövre. Någon sade att det var skönt att gå ut med lika sinade och inte vara den krångliga i sällskapet.

En alltigenom lyckad och trevlig fikastund!



Avs. Celiakiföreningen i Uppsala län, Kungsgatan 64
753 18 Uppsala

Vi önskar Er en trevlig sommar!

