



CELIAKIFÖRENINGEN
I UPPSALA LÄN

Svenska Celiakiförbundet

Vinterbladet 2018



Ordföranden har ordet

För någon vecka sedan gjorde jag det. Det är inte ofta det händer men den här gången skulle det bli av. Gå tillbaka. Informera, förklara konsekvenserna. Så att det som drabbade mig inte drabbar någon annan.

Jag äter ute ganska ofta, mestadels lunch med någon vän eller kollega, någon gång middag på stan. Och en och annan gång blir jag dålig efteråt. Den enda rimliga förklaringen till mina magproblem är glutten i maten. Trots att jag frågat om såsen, kunde det kanske ha varit vetemjöl ändå?

Så den här gången gick jag tillbaka och blev väldigt trevligt bemött. Kände mig lyssnad till och förstådd.

Nu vill jag höra dina erfarenheter från uteätande. Bra erfarenheter, dåliga erfarenheter. Skriv och berätta! Då kan vi tipsa andra medlemmar om trevliga restauranger/caféer där vi alltid hittar bra alternativ. Och om det finns matställen som inte fungerar alls vill vi också veta. Vi tänker inte hänga ut någon men vi kan hjälpa till och påverka ägaren så att det förhoppningsvis leder till förbättringar.

Vi vill också gärna ha in bra recept på gott bröd från dig! Det är så mycket värt att baka något som andra har testat flera gånger. Vi tänkte ordna en receptsamling med härliga recept från dig och andra medlemmar. Skicka in synpunkter, idéer och recept till:
uppsala@celiaki.se

Margareta Mörck,
ordförande



STYRELSEN

Margareta Mörck
Ordförande

Monika Pearson
Sekreterare

Anna Karin Lindroos
Kassör

Sabina Fontana
Produktansvarig & Mat-för-livet

Erik Hansson
Omvärld & Analys

Mariia Rönström
Kommunikation

Emelie Thörngren
Medlemsblad

Karin Fernström
Suppleant

KONTAKTA OSS

Webbsida:
www.celiaki.se/uppsala

Facebook:
facebook.com/celiakiuppsala

E-post:
uppsala@celiaki.se

Telefon:
018 - 56 09 00 (växel)

Adress:
Celiakiföreningen i Uppsala Län
Kungsgatan 64
753 18, Uppsala

KOMMANDE AKTIVITETER

16-17 NOVEMBER

Mat för livet mässa, Stockholm

60 kr entré för uppvisande av medlemsbevis,
ej medlemmar 80 kr.

Vi anordnar *ingen* buss i år till Kistamässan.

1 DECEMBER

Brunch i Uppsala

Clarion Hotel Gillet, 10.00.

Föreläsning av dietist Åsa Hedberg

2 MARS 2019

Årsmöte

Inbjudan kommer.

Håll utkik på vår hemsida, Facebook eller i din e-postinkorg efter kommande aktiviteter, där kommer alltid mer information samt hur man ska gå till väga för att anmäla sig.

Har du egna förslag på aktiviteter? Tveka inte att höra av dig!
Vi tar mer än gärna emot förslag och idéer.

Inbjudan brunch

Var: Clarion Hotel Gillet, Uppsala

När: Lördagen den 1 december kl.10:00

Pris: 100 kronor till bankgiro: 5873-8659

ange ditt namn och brunch som referens

Vi börjar kl.10:00 med en föreläsning av
dietist Åsa Hedberg; Glutenfri kost - råd och tips.

För att sedan äta en god brunch tillsammans.

Anmälan sker senast den 25 november till: uppsala@celiaki.se

Varmt välkommen önskar Styrelsen.



Nyheter och annat som är på gång

Ordförandekonferens

Vad gör man som ordförande i en celiakiförening egentligen förutom att vara ordförande på styrelsemötena? Jo man åker förstås på ordförandekonferens tillsammans med andra ordföranden i Sverige. Det gjorde jag en helg i oktober.

Den nye generalsekreteraren Magnus Filipson liksom Bengt Fasth, ordförande i förbundsstyrelsen var förstås med. Vi fick också träffa Katarina och Therese från kansliet. Vi diskuterade strategier för förbundet i en mycket positiv anda. Några av ordförandena har jag träffat förut men det fanns också en del nya ansikten. Mycket viktigt med förnyelse så att nya yngre krafter kommer in med andra ögon. Vi önskade oss en celiakiapp för medlemskap, översättarkort, restaurangtips etc. Vi hoppas på att den kommer!



Nyheter på gång

Stadgarna behöver förändras för vår förening nästa år i likhet med förbundsstämmans beslut. Det nya medlemsregistret tar uppgifter från skatteverket varför uppdatering av adress sker automatiskt. Men kom ihåg att ändra din epost så att du får all information.

Kommunens brukarombud

Margareta har intervjuats av Kristina Broberg som är Uppsala kommuns nya brukarombud. Som brukarombud har hon fått ett uppdrag, för att undersöka hur ett brukarombud kan vara ett stöd i det viktiga arbete som sker i föreningslivet, i relation till Uppsala kommun.



Detta underlag kommer att ingå i den kartläggning som under våren 2019 ska redovisas till kommunfullmäktige i form av en rapport.

Bio, bio, bio

Vi går och ser film tillsammans i höstmörkret. Colette, var den senaste vuxenfilmen vi såg, efter att några av oss träffats på ett fik före. Hur var filmen? Blandade reaktioner verkar det som. ”Härliga vackra miljöer och kläder”, ”inget för mig”, ”det hände inte så mycket”, ”intressant person, man vill veta mer”.

Margareta Mörck

Fler medlemmar tillsammans.

Vi vill förstås bli fler. Det går att bli betalande familjemedlem för 50 kr per år i Celiakiförbundet. Då är man också med i vår förening och får t ex gratis fika och biobiljett när det ordnas en sådan aktivitet.

Det är förstås också bra för föreningen att få in fler medlemmar. Då får vi mer pengar från förbundet och kan ordna fler aktiviteter och påverka samhället mer.

Familjemedlem kan man vara om man är skriven på samma adress som huvudmedlemmen (som betalat fullt medlemskap, 250 kr per år).

Anmäler du dig som medlem nu är avgiften betald till 2019-12-31.

Tipsa gärna andra som har celiaki att gå med i vår förening.

Utbildning för förtroendevalda

Helgen den 15-16 september var Mariia och Karin på utbildning i Sundbyberg för nya förtroendevalda. På lördagen var det presentationer av oss och alla nyvalda styrelsemedlemmar och såklart presentation och information av förbundsledningen. Vår nya Generalsekreterare Magnus Filipsson gjorde ett starkt intryck och jag tror att han kommer att bidra med mycket positivt för förbundet framöver. Sen följde intressanta föreläsningar om Celiaki och föreningskunskap och vi hade fantastiska workshopar där vi utbytte tankar och funderingar kring hur vi kan stärka kunskapen runt celiaki, att det är viktigt att börja säga att vi har celiaki och inte är glutenintoleranta eftersom det blandas ihop med glutenkänslighet och det är inte samma sak. Vi pratade också om att vi måste stärka vårt varumärke, bli mer synliga och hur vi kan göra för att värva fler medlemmar till förbundet och våra olika föreningar. Hur vi i alla olika föreningar ska kunna samverka och ta del av varandras evenemang och idéer.

En otroligt viktig sak vi fick ta del av som jag (Karin) inte visste, var att märkningen med det överkorsade veteaxet är licensierat av Celiakiförbundet i Sverige som tillsammans med 31 andra europeiska celiakiförbund tagit fram en tydlig och gemensam symbol.

Produkter som är korrekt märkta måste ha landsnummer (SE för Sverige) följt av en sexsiffrig kod och den måste sitta på minst ett ställe på produkten. Matproducenter och återförsäljare måste ansöka om att få använda sig av märkningen och produkter med rätt märkning kontrolleras kontinuerligt av Celiakiförbundet. Ibland missbrukas symbolen och det ska vi vara uppmärksamma på eftersom den ska ge oss konsumenter trygghet i att kunna lita på att den är kontrollerad av oberoende part.

På lördagskvällen gick vi alla ut och åt på en libanesisk restaurang som låg i närheten av Bengts (Celiakiförbundets ordförande) bostad. Han kallade den för sitt andra vardagsrum, och det märktes direkt att han var väldigt familjär med personalen där. För mig (Karin) var det en ny upplevelse med libanesisk mat och av alla smårätter som togs in, och jag ska vara helt ärlig så förstod jag inte att det skulle komma in mera hela tiden? Så när köttet kom in, som serverades sist, var jag redan proppmätt men jag fick ner några bitar ändå. Fantastiskt gott och en oförglömlig kväll med spontandans och många härliga skratt med nya bekantskaper från norr till söder.

Tack för en lärorik och rolig utbildningshelg!

Karin Fernström



Blodomloppet 2018

I våras sprang ett glatt gäng med gröna t-shirts Blodomloppet. Vi deltog både för den lilla sträckan där barnen sprang, samt de andra distanserna och samlades efteråt för en härlig picknic! Inte riktigt ännu är "matkassen" glutenfri men vi lämnade önskemål om detta inför kommande Blodomlopp. Håller tummarna!



Efter loppet samlades vi, stolta och glada i kvällssolen. Det var kul och se några nya ansikten delta i aktiviteten vilket vi tyckte är jättekul! Vad vill ni göra 2018/2019? Kom gärna med förslag! Och stort tack för sällskapet!

Mariia Rönström

Café Samt

Lördagen den 22 september bjöd Celiakiföreningen på fika på Café Samt i Enköping. Café Samt är Enköpings enda café och lunchrestaurang som serverar helt glutenfri mat och bakverk. Det känns helt fantastiskt när man som celiakist (gluten intolerant) kan vara helt trygg med att beställa vad som helst från menyn utan att behöva fråga vad allt innehåller. En skön och trygg känsla, att sen mycket är ekologiskt, närproducerat och utan raffinerat socker är också ett stort plus.

Dagen bjöd på soligt men lite blåsig väder och jag (Karin) möter upp inne i det anrika huset där Caféet är inrymt. Tyvärr kom bara en medlem men vi hade fantastiskt trevligt och pratade om allt mellan himmel och jord och det mesta handlade såklart om att ha celiaki och att gå ut och äta/fika, inte helt lätt alla gånger. Ibland är det svårt att få människor att förstå allvaret med att få i sig gluten när man har Celiaki. Efter nästan två timmar sa vi hejdå och hoppas att fler Enköpingsbor kommer på nästa evenemang vi bjuder på. / Karin Fernström



Café Samt

Rådhusgatan 4, Enköping

Hemsida: www.cafesamt.se

Gott & Reco

Den 13 november träffades vi medlemmar på det nya glutenfria caféet och testade deras innovativa bakverk.

Läs mer på: www.gottochreco.se/uppsala. Det var många som kom och vi fick en del information från personalen vad caféet står för. Det finns även ett i Falun. Anna Karin Lindroos, kassör och Margareta Mörck informerade om föreningens aktiviteter.

/ Margareta Mörck



Gott & Reco

Strandbodkilen 3, Uppsala

Hemsida: www.gottochreco.se

Barn och unga i Svenska Celiakiungdomsförbundet, SCUF hjälpas åt för att göra det enklare att ha celiaki.

Medlemmar i SCUF kan vara med att öka kunskapen och förståelsen i samhället genom att besvara SCUF:s medlemsundersökning, tipsa, lyfta förebilder, sprida informationsmaterial och engagera sig. SCUF ser också till att barn och unga med celiaki kan träffas och dela erfarenheter.

PickyEating (tidigare TryggMat)

Ett sätt medlemmar i SCUF har påverkat är genom fokusgrupper och testanvändare till appen PickyEating. Under uppstartsperioden har SCUF gett förslag kring utformningen för att appen ska bli så användbar som möjligt. Med appen går det att scanna varor och få svar på om de innehåller allergener som en inte tål. Det kan vara väldigt svårt att förstå innehållsförteckningar och appen underlättar, för till exempel anhöriga som ska handla glutenfritt.

SCUF har bra kontakt med olika företag, främst med glutenfria producenter. Bland annat för att påverka vilka nya produkter som tas fram. I SCUF:s medlemsundersökning samlas önskemål så att de kan framföras. Det är den största konsumentundersökningen i sitt slag och är ett viktigt underlag för många företag.

Celiakiarmband

Sedan 2017 kan medlemmar i SCUF även samla in pengar till celiakiforskning. Genom att pärla celiakiarmband har barn och unga bidragit till att forskningen om celiaki går framåt. Flera har pärlat och sålt armband hemifrån, andra har pärlat på läger och medlemsträffar.

Från mitten av september går det att beställa pärl-kit från SCUF:s hemsida scuf.se. Då får du tråd och pärlor så att du kan göra ditt eget celiakiarmband.

Pengarna går till Svenska Celiakiförbundets forskningsfond som varje år delar ut bidrag till forskning om celiaki. Gåvor via Swish till **123 900 2460** går direkt till forskningsfonden.

Medlemsträffar

SCUF ser också till att barn och unga med celiaki kan träffas och dela erfarenheter. Varje år anordnas ett sommarläger, en helg för nydiagnostiserade och mycket mera. SCUF Medlemsförening Stockholm anordnar lokala aktiviteter i Stockholm, Uppsala och Södermanlands län. Maila gärna till stockholm@scuf.se om du har förslag på eller vill vara med att anordna aktiviteter.

Bli medlem

Medlemmar i Svenska Celiakiförbundet mellan 0-29 år kan utan extra kostnad lägga till medlemskap i SCUF. Som medlem stöttar du verksamheten och kan delta på läger och andra träffar. Läs mer och bli medlem på scuf.se/medlemskap.

Moa Borg Renlund
Förbundsordförande,
Svenska Celiakiungdomsförbundet, SCUF



Avs.
Celiakiföreningen i Uppsala län
Kungsgatan 64
753 18 Uppsala



CELIAKIFÖRENINGEN I UPPSALA LÄN

Svenska Celiakiförbundet

