

Celiakiföreningen i Stockholms län  
Verksamhetsplan för 2026-2028

## Verksamhetsplan 2026-2028

### Celiakiföreningen i Stockholms län

#### CELIAKIFÖRENINGEN I STOCKHOLMS LÄN

En ideell, partipolitiskt och religiöst obunden förening som är medlem i Svenska Celiakiförbundet. Föreningen vänder sig till dem som har celiaki och/eller är intoleranta mot laktos. Föreningen är inkluderande samt välkomnar alla oberoende av ålder, kön, etnicitet och politiska åsikter.

I förbundet ingår 21 föreningar som tillsammans har drygt ca 16 000 medlemmar. Stockholms län har ca 3 500 medlemmar (största föreningen i Sverige).

#### Målgrupp

Målgruppen för föreningen är alla som har celiaki och/eller är laktosintoleranta eller där någon i familjen är det. Föreningen är öppen för alla.

#### Vår vision

- Att alla med celiaki och laktosintolerans skall ha samma levnadsvillkor som alla andra i samhället.
- Inga inskränkningar i liv och valmöjligheter.

#### Våra värdeord

Föreningens arbetar med följande värdeord:

- Respekt
- Rättvisa
- Jämlikhet

#### Våra mål

Föreningens mål är att i Stockholms län påverka samhället så att alla med celiaki och laktosintolerans får samma levnadsvillkor och funktionsrätt i samhället som alla andra

#### FNs-globala mål

Vi arbetar för följande FN-globala mål.



Celiakiföreningen i Stockholms län

Verksamhetsplan för 2026-2028

**Mål nr 3. God hälsa & välbefinnande.** Att alla får mat de tål och mår bra av och naturligt kan delta i samhället utan risk att bli sjuk. Det finns forskning som visar på att celiaki kan leda till isolering, depression och trötthet. Vi vill och arbetar för att bryta dessa mönster.

**Mål nr 5. Jämställdhet,** föreningen verkar för jämställdhet mellan alla människor, oavsett kön, härkomst eller andra orsaker.

**Mål nr 10. Minskad ojämlikhet.** Vården och förståelsen för celiaki är ojämn, ibland t.o.m. bristfällig. Vi vet att det finns många som inte har fått rätt diagnos bl.a. i våra förorter med många nysvenskar som inte behärskar språket och med ändrad kost utsetts för större risk att utveckla celiaki. Finns en större risk för isolering och psykisk ohälsa när man har celiaki, vilket vi vill hjälpa till att förhindra.

**Mål nr 12. Hållbar konsumtion & produktion.** Om maten som serveras inte kontamineras så minskar svinnet. Ersättningsmaterial för plast som nu tas fram kan vara gjorda av gluten som "läcker" till olika livsmedel. Exempel sugrör, tallrikar, bestick, engångsförpackningar. Detta område finns väldigt lite forskning kring och bevakar och följer det noggrant.

**Fokusområden gemensamt med Svenska Celiakiförbundet och lokala celiakiföreningarna:**

- **Ta sjukdomen celiaki på allvar och sprida information om laktosintolerans gentemot professioner:**
  - **Hälso-sjukvård/Omsorg** – Bl.a.: Allmänläkare (specialister i allmänmedicin), dietister, barnsjuksköterskor, barnläkare, tandläkare, personal inom äldreomsorg och hemsjukvård, personal på LSS-boende, psykologer.)
  - **Skolan** – (Bl.a.: måltidspersonal, pedagogisk personal, skolhälso) )
  - **Förskolan** – (Bl.a: måltidspersonal, pedagogisk personal, ledning)
- **Den nyttiga glutenfria och laktosfria kosten**  
(möjligheten att kunna välja att äta nyttig mat, fullkorn, mindre tungmetaller m.m.)
- **Trygg och säker**
  - Beredskap för personer med celiaki (både egen och samhällets beredskap)
  - Psykosocial hälsa och livskvalitet för personer med celiaki och anhöriga (informationsmaterial för olika grupp.)

## Celiakiföreningen i Stockholms län Verksamhetsplan för 2026-2028

### Metoder för att nå målen är:

- öka kunskapen om, och förståelsen för, sjukdomen celiaki och laktosintolerans
- att förbättra informationen om hur celiaki påverkar hälsan genom:
  - utbildning
  - föreläsningar
  - seminarier
  - webbföreläsningar
- erbjuda kontakt för våra medlemmar till dietister och ombudsman för frågor som berör celiaki och laktosintolerans
- bryta isolering för de som ha celiaki och undvika att psykisk ohälsa utvecklas
- samt stödja forskning med anknytning till celiaki via celiakifonden
- bevaka vår medlemmars intressen i samhället
- stödja forskningen om celiaki genom att samla in pengar till Celiakifonden.

### Vårdprogram/riktlinjer

Det finns ett "Nationellt vårdprogram för celiaki" ver 1.0 (2023-09-07) och "Riktlinjer för nutritionsbehandling vid celiaki (2025-02-24) som vi utgår ifrån gällande fakta kring vårdprogram och nutrition vid celiaki.

### Statistik

- I Sverige så bär ca 54 % av befolkningen på genen som ger celiaki.
- Laktosintoleransen är större i södra Europa och Afrika.
- Statistiskt sett är det bara ca 2 – 3 % av befolkningen i Sverige som utvecklar celiaki och 4 – 10 % är laktosintoleranta.
- Det är också fler flickor och kvinnor än pojkar och män som får celiaki.
- Omräknat med den folkmängden som finns i region Stockholm så är antalet med celiaki är mellan 48 000 – 72 000 och för laktosintolerans är det 96 000

– 240 000 är laktosintoleranta. Celiaki och laktosintolerans påverkar hela familjen. Lågt räknat är det ca 100 000 som har celiaki eller laktosintolerans och med snitt av 3 personer i familjen så är det ca räknat 300 000 invånare som är påverkade av celiaki och/eller laktosintolerans i region Stockholm. Av dessa är en bråkdel engagerade i vår förening (se ovan) och det är viktigt att nå dessa grupper speciellt om man är odiagnostiserad, vilket kan leda till allvarliga komplikationer och/eller sjukdomar.

### Strategi & verktyg för att nå målen är:

#### Intressepolitiskt:

- Informera i samhället om celiaki och laktosintolerans
- Väcka opinion i frågor som berör celiaki och laktosintolerans
- Påverka politiker att förstå vad det innebär att ha celiaki och framför allt risken med om man inte får diagnos i tid och när det är bristfällig uppföljning.
- Vi får starka signaler från våra medlemmar att det INTE fungerar så bra med att få glutenfri kost när man hamnar i den akuta vården i regionen. Här avser vi att inleda en informationskampanj till akutsjukhusen.

## Celiakiföreningen i Stockholms län

### Verksamhetsplan för 2026-2028

- Samla in medel till forskning genom Celiakifonden
- Göra enkäter för att bättre insikt hur kunskapen och förståelsen är för celiaki i regionen.

### Verksamhetsaktiviteter

Vi använder bl.a. följande "verktyg" för att nå våra mål:

- Glutenfria matmässan: Mässan Mat för livet (öppen för alla)
- Föreläsningar under Mat för livet-mässan
- Informera på restaurangskolor
- Föreläsning på nutritionsprogrammet (Karolinska) om hur det är att leva med celiaki.
- Webbinarer om celiaki och laktosintolerans från olika perspektiv
- Erbjud kontakt med ombudsman & dietist
- Information till nutritionsföreningen i Stockholm
- Information till dietister
- Information till vårdpersonal
- Sprida Glutenpodden – En podd där Svenska Celiakiförbundet informerar och diskuterar aktuella frågor om celiaki tillsammans med olika gäster
- Glutenpodden, där man informerar och diskuterar aktuella frågor om celiaki
- Riktade föreläsningar om de senaste rönen inom celiakiforskningen
- Information via sociala medier
- Öppet hus för både gamla och nya medlemmar
- Studiecirklar om celiaki i samarbete med ABF.
- Insamling till Celiakifonden, för att stödja forskningen om celiaki.
- För de som inte får hjälp, anmäl till patientnämnden
- [www.anmalmaten.nu](http://www.anmalmaten.nu) – Ett digitalt formulär att använda om man blivit felserverad på restaurang/café eller annan offentlig måltidsservice. Det skickas till miljö- och hälsoskyddskontoret i den aktuella kommun där restaurangen/verksamheten man åt i, för att göra en utredning. Genom detta verktyg kan vi påvisa hur ofta det blir fel och att åtgärder måste vidtas.

### Övriga medlemsaktiviteter

Aktiviteter som bara är öppna för medlemmar, men alla kan bli medlemmar, som:

- Besök på restauranger med garanterat gluten- och laktosfri meny
- Kulturella aktiviteter som
  - Teaterbesök med möjlighet att samtidigt äta gluten- och laktosfritt
  - Museibesök
  - Konserter
- Styrelsen testar, där föreningens styrelse testar olika näringsställen och bedömer hur bra deras utbud, kunskap och service är för oss med celiaki och/eller laktosintolerans.
- Familjeutflykter med sponsring från glutenfria leverantörer så att alla får bra gluten- och laktosfri mat.

### Samarbete

Vi samarbetar aktivt med

- Svenska Celiakiförbundet

Celiakiföreningen i Stockholms län  
Verksamhetsplan för 2026-2028

- SCUF (Svenska Celiakiungdomsförbundet)
- SCUF Mitt (Celiakiungdomsförening med säte i Stockholm)
- Övriga Celiakiföreningar i Sverige
- Funktionsrätt i Region Stockholm
- Funktionsrätt i Stockholm stad
- Unga allergiker
- Matmissionen (Del av stadsmissionen)

Vi kommer att söka samarbete under planperioden med

- Mag- & tarmförbundet
- Astma- & allergiföreningarna i Region Stockholm.
- En friskare ungdom
- Generation PEP

Stockholm 2026-03-17


Maria Fälth, Ordförande

  
Marta Moore (Mar 17, 2026 15:09:17 GMT+1)

Marta Moore, Kassör

  
Ulrika Magnusson (Mar 17, 2026 15:12:59 GMT+1)


Ulrika Magnusson, Sekreterare


  
Sanna K. Karlberg (Mar 17, 2026 15:11:10 GMT+1)  
Sanna Kinnander Karlberg, Ledamot


Liv Jertmundsen, Ledamot


  
Zohreh Larsson Torabi (Mar 18, 2026 15:00:05 GMT+1)  
Zohreh Larsson Torabi, Ledamot

Ann-Charlotte Olsson, Ledamot

Signature:   
Maria Fälth (Mar 18, 2026 08:56:02 GMT+1)  
Email: maria.falth@telia.com

Signature:   
Ulrika Magnusson (Mar 17, 2026 15:12:59 GMT+1)  
Email: sekreterare.stockholm@celiaki.se

Signature:   
Liv Jertmundsen (Mar 17, 2026 15:00:02 GMT+1)  
Email: liv.jertmundsen@outlook.com

Signature:   
Marta Moore (Mar 17, 2026 15:09:17 GMT+1)  
Email: mkomiszke@hotmail.com

Signature: *Zohreh Larsson Torabi*  
Zohreh Larsson Torabi (Mar 18, 2026 15:00:05 GMT+1)  
Email: venuz81@hotmail.com

Signature: *Sanna K. Karlberg*  
Sanna K. Karlberg (Mar 17, 2026 15:11:10 GMT+1)  
Email: sanna.karlberg@celiaki.se

Signature:   
Ann-Charlotte Olsson (Mar 18, 2026 08:00:00 GMT+1)  
Email: actotten.olsson@gmail.com












# Verksamhetsplan 2026-2028\_260316

Final Audit Report

2026-03-18


Created:	2026-03-17
By:	Celiakiföreningen Stockholms län (stockholm@celiaki.se)
Status:	Signed
Transaction ID:	CBJCHBCAABAAtav8ljr4sCXA97eZ5hmljTb8eJljk8T5

## "Verksamhetsplan 2026-2028\_260316" History

-  Document created by Celiakiföreningen Stockholms län (stockholm@celiaki.se)  
2026-03-17 - 1:54:17 PM GMT
-  Document emailed to Maria Fälth (maria.falth@telia.com) for signature  
2026-03-17 - 1:54:23 PM GMT
-  Document emailed to sekreterare.stockholm@celiaki.se for signature  
2026-03-17 - 1:54:23 PM GMT
-  Document emailed to Liv Jertmundsen (liv.jertmundsen@outlook.com) for signature  
2026-03-17 - 1:54:23 PM GMT
-  Document emailed to mkomiszke@hotmail.com for signature  
2026-03-17 - 1:54:23 PM GMT
-  Document emailed to venuz81@hotmail.com for signature  
2026-03-17 - 1:54:24 PM GMT
-  Document emailed to Sanna Karlberg (sanna.karlberg@celiaki.se) for signature  
2026-03-17 - 1:54:24 PM GMT
-  Document emailed to actotten.olsson@gmail.com for signature  
2026-03-17 - 1:54:24 PM GMT
-  Email viewed by Liv Jertmundsen (liv.jertmundsen@outlook.com)  
2026-03-17 - 1:54:43 PM GMT
-  Email viewed by Sanna Karlberg (sanna.karlberg@celiaki.se)  
2026-03-17 - 1:58:49 PM GMT
-  Document e-signed by Liv Jertmundsen (liv.jertmundsen@outlook.com)  
Signature Date: 2026-03-17 - 2:00:02 PM GMT - Time Source: server

 Email viewed by mkomiszke@hotmail.com

2026-03-17 - 2:08:01 PM GMT

 Signer mkomiszke@hotmail.com entered name at signing as Marta Moore

2026-03-17 - 2:09:15 PM GMT

 Document e-signed by Marta Moore (mkomiszke@hotmail.com)

Signature Date: 2026-03-17 - 2:09:17 PM GMT - Time Source: server

 Signer Sanna Karlberg (sanna.karlberg@celiaki.se) entered name at signing as Sanna K. Karlberg


2026-03-17 - 2:11:08 PM GMT

 Document e-signed by Sanna K. Karlberg (sanna.karlberg@celiaki.se)


Signature Date: 2026-03-17 - 2:11:10 PM GMT - Time Source: server

 Email viewed by sekreterare.stockholm@celiaki.se

2026-03-17 - 2:12:27 PM GMT

 Signer sekreterare.stockholm@celiaki.se entered name at signing as Ulrika Magnusson

2026-03-17 - 2:12:57 PM GMT

 Document e-signed by Ulrika Magnusson (sekreterare.stockholm@celiaki.se)

Signature Date: 2026-03-17 - 2:12:59 PM GMT - Time Source: server

 Email viewed by actotten.olsson@gmail.com

2026-03-18 - 6:59:11 AM GMT

 Signer actotten.olsson@gmail.com entered name at signing as Ann-Charlotte Olsson

2026-03-18 - 6:59:58 AM GMT

 Document e-signed by Ann-Charlotte Olsson (actotten.olsson@gmail.com)


Signature Date: 2026-03-18 - 7:00:00 AM GMT - Time Source: server

 Email viewed by Maria Fälth (maria.falth@telia.com)


2026-03-18 - 7:55:42 AM GMT

 Document e-signed by Maria Fälth (maria.falth@telia.com)

Signature Date: 2026-03-18 - 7:56:02 AM GMT - Time Source: server

 Email viewed by venuz81@hotmail.com

2026-03-18 - 1:58:34 PM GMT

 Signer venuz81@hotmail.com entered name at signing as Zohreh Larsson Torabi

2026-03-18 - 2:00:03 PM GMT

 Document e-signed by Zohreh Larsson Torabi (venuz81@hotmail.com)

Signature Date: 2026-03-18 - 2:00:05 PM GMT - Time Source: server

✔ Agreement completed.

2026-03-18 - 2:00:05 PM GMT