

SCUF Magazinet

SVENSKA CELIAKIUNGDOMSFÖRBUNDET, SCUF
NUMMER 2 2011



FOTO: SCUF



Fullt ös på Drakudden

När SCUF:s medlemmar samlas till årsmöte och mångfaldskonferens kan det inte bli annat än fullt ös. I detta nummer av Magazinet kan du även läsa om värning av laktosintoleranta, SCUF:s nya externa utbildningar, glutenfritt på kaféer i Göteborg, Scufferiets öppettider i sommar och vad regionerna gjort för aktiviteter i vår.



Hur laktosintolerant är du?

Under Sveriges Unga Muslimers mässa uppgav hela 43 % av 228 personer att de var *Extremt*, *Mycket*, *Ganska* eller *Lite* laktosintoleranta.



I SCUF:s monter fanns, förutom engagerade medlemmar, informationsmaterial om SCUF och laktosintolerans.

FOTO: SCUF

Värvade laktosintoleranta

Av SCUF:s alla medlemmar är 7 procent laktosintoleranta. Men i samhället har troligtvis hela 14 procent av alla barn och ungdomar anlag för laktosintolerans. För att fånga upp några av dessa var SCUF med på Unga Muslimers stora mässa under påskhelgen.

Alexandra Pull från Örkelljunga var en utav SCUF:s medlemmar som var med på Mässan för att värva nya medlemmar.

– Jag var med för att hjälpa SCUF att bli större, och för att öka medvetenheten hos

unga. Att det finns stöd att få och att man i SCUF kan träffa andra i samma situation.

Hon tyckte att responsen från de som hon pratade med var positiv.

– Många sa att de inte var laktosintoleranta. Men när de tänkte efter hade de ont och blev dåliga i magen efter mjölk.

I SCUF:s monter fanns en stor tavla där man kunde sätta fast en färgglad prick i den kolumn som passade bäst in på en själv – över hur pass laktosintolerant man var.

Totalt sattes 228 prickar fast på tavlan. Av dem var 57 procent inte laktosintoleranta alls medan hela 26 procent satte en prick i kolumnerna *Extremt*, *Mycket* och *Ganska*. 17 procent av prickarna sattes under *Lite*.

För några år sedan sa man att cirka 3-5 procent av alla i Sverige var laktosintoleranta. Idag är vi uppe i 14 procent.

Den största orsaken till ökningen tros vara immigration, eftersom 75 procent av jordens befolkning har anlag för laktosintolerans.

I norra och mellersta Europa, USA, Kanada, mellanöstern och Australien är anlaget bara upp till ca. 20 procent. Medan östra Asien, mellersta och södra Afrika samt södra Sydamerika kan ha upp emot ca. 80-100 procent laktosintoleranta.



Till höger ser ni tavlan med prickarna.

FOTO: SCUF

Frågan som engagerade mest under mässan var prisskillnaderna mellan laktosfria mjölkprodukter och vanliga.

– Det var många som var upprörda över det och som blev intresserade av SCUF. Det var jätteroligt att träffa alla nya människor. Och jag lärde mig mer om muslimsk kultur, berättar Alexandra avslutningsvis.



Ca. 2000 ungdomar var på mässan.

FOTO: SCUF

Kaféguiden finns på www.scuf.se

Vill du veta var du som glutenintolerant kan fika i Göteborg hittar du Isabellas och Martinas kaféguide på hemsidan under region Väst.



FOTO: SCUF



Föreläsningarna hålls av SCUF:s utbildningssamordnare Susanne som är utbildad näringsfysiolog.

Har du fått fel mat?

– då rycker Susanne ut och utbildar så det blir rätt

SCUF får ofta förfrågningar om vi kan komma ut och berätta hur man bäst gör vid födoämnesallergi och/eller intolerans.

Många av våra medlemmar möts av okunskap och utsätts till och med för fel mat. Det är inte acceptabelt i någon situation.

Exempelvis får det inte gå till så här:

- *Lite gluten är väl inte farligt?*, säger matsalspersonalen.
- *Ta en riskaka istället*, säger

fritidsledaren, när det serveras tårta.

– *Laktos? Ah, du tål inte bullar och pasta va?*, säger kafépersonalen.

– *Oj, jag glömde mat till dig, klassföreståndaren på utflykt.*

– *Vi har slut på det glutenfria mjölet, men hjälp Kalles med hans bröd*, säger hemkundskapsläraren.

För att få ett slut på allt detta har vi nu satt ihop en föreläsning på två timmar, då vi pratar om

bemötande, säkerhet, tips och tricks och vad allergi/intolerans är och innebär. Dessutom ordnar vi provsmakning av ”bra” och ”dåliga” specialprodukter.

Föreläsningen är både för skolor, fritidsgårdar, föreningar, kaféer och restauranger.

Så om du har utsatts för denna okunskap eller ignorans? Kontakta Susanne El Makdisi, vår nya utbildningssamordnare så hon kan göra skillnad!

Telefon: 08-730 05 60

E-post: susanne@scuf.se

Kaféguide över glutenfritt i Göteborg

Nu har du som undrar var du kan fika i Göteborg fått svar! Martina Edberg och Isabella Hjorth Liedman har gjort en guide över glutenfritt på 20 kaféer.

När gymnasieeleverna Isabella och Martina bestämde sig för att göra projektarbetet i trean tillsammans utgick de från saker som de hade gemensamt.

– Vi älskar båda att fika och är glutenintoleranta. Ur detta föddes idén att göra en kaféguide över glutenfritt, säger Martina.

– Ja, som glutenintoleranta är det många gånger jobbigt att äta ute. Ofta blir det bara kaffe då vi tröttnat på Almodytårta, skumraket och biskvi, säger Isabella.

– Vi ville se om det fanns kaféer i Göteborg som hade ett bra utbud, och för att ingen skulle gå misste om dem gjorde vi en guide, säger Martina.

Sommaren 2006 visade det sig att Martina hade glutenintolerans som hennes bror.



– Varken han eller jag mådde dåligt innan för vi har det som kallas för tyst celiaki. Så nu efteråt har jag inte heller märkt någon skillnad, säger Martina.

För Isabella var det tvärt om. Hon var kort, sen i puberteten, och orkade knappt gå till skolan.

– Då tog promenaden 50 minuter. Nu går jag samma sträcka på 10, säger Isabella.

Hon minns sommardagen 2005 då läkaren ringde och berättade om blodprovet

– Jag blev väldigt ledsen och trodde att jag aldrig mer skulle få äta allt det där goda som bullar, semlor och pannkakor.

– Månaderna innan biopsin åt jag väldigt mycket gluten och tänkte ”det här är sista gången”. Men jag insåg ganska snabbt att det finns glutenfria alternativ.

Kaféerna som besöktes fick ett blandat betyg. Allra bäst var Vikto Ahlströms konditori som hade hela 10 glutenfria bakverk.

– Det var det enda kaféet som fick högsta betyg. Men det hade varit bättre om det varit ett kafé för alla åldrar eftersom det är ett pensionärskafé, säger Isabella.

På kaféerna var bemötandet från personalen oftast bra. Men det hände att de inte hade det.

– Jag tror att de blir mer medvetna om brister i sitt sortiment och motiverade att förbättra det desto mer man frågar. Vi ville i första hand uppmärksamma problematiken, säger Isabella.

Nu vet båda fler kaféer som de kan fika på än innan de gjorde guiden.

– Det känns toppen att ha koll på en hel del kaféer i Göteborg nu, säger Martina.



Denna smarriga Chokladmousse-tårta fanns på det bästa kaféet.

FOTO: MARTINA & ISABELLA

Gå en lokal projektledarutbildning

Vill du lära dig mer om projektarbete och samtidigt driva en utåtriktad antirasistisk aktivitet tillsammans med andra? Läs mer på www.scuf.se.

Nytt projekt

I maj fick SCUF 4,35 miljoner från Allmänna arvsfonden till ett samarbetsprojekt med sju funktionshinderungs-förbund.

Genom projektet ska organisationerna stärkas inom områden som hållbar finansiering, kommunikation, utbildning och demokrati. Det ska göras med hjälp av utbildning och erfarenhetsutbyte mellan organisationerna, på både nationell, regional och lokal nivå.

Under det avslutande tredje året ska förbunden satsa på att informera bland annat andra ungdomsförbund, skolor och myndigheter om tillgänglighet för unga funktionsnedsatta.

KONTAKT
Tel 08 730 05 60
info@scuf.se
Hagalundsgatan 21
169 66 Solna
www.scuf.se

MEDLEMSKAP
Ny medlem blir du här:
<http://celiaki.se/Jag-vill-bliv-medlem/>

Är du redan medlem i Svenska Celiakiförbundet kostar det inget extra.
Maila info@scuf.se.

REGIONER
norr@scuf.se
Västernorrland, Gävleborg, Jämtland, Norrbotten och Västerbotten
dow@scuf.se
Örebro, Värmland, Västmanland och Dalarna
sbv@scuf.se
Stockholm, Södermanland, Uppland och Gotland
ost@scuf.se
Östergötland, Jönköping och Kalmar
syd@scuf.se
Skåne, Blekinge och Kronoberg
vast@scuf.se
Västra Götaland och Halland

Roligt på årsmötet

SCUF:s förbundsårsmöte ägde i slutet av maj rum på gården Drakudden utanför Stockholm.

Då en för SCUF ny mötesmetod användes, ett så kallat Påverkanstorg, var det lite rörigt. Den nya metoden ledde till att ovanligt mycket diskussioner, förslag och frågor ställdes. Bland annat antog mötet en mångfaldspolicy.

På kvällen var det middag med avtackning av styrelseledamoten Alexander Schmidt som nu lägger allt krut på sitt kassörsupdrag i Europeiska Celiakiungdomsförbundet (CYE). Efter middagen spelade bandet The Front Row svängiga låtar.

Söndagen ägnades åt Mångfaldskonferens då Mångfaldsguiden presenterades. Det gjordes genom två övningar i smågrupper, som bland annat handlade om att få upp ögonen för maktstrukturer inom SCUF.

Våren i regionerna

Under våren har regionerna haft många roliga, fartfyllda, blöta, kluriga och välsmakande aktiviteter.

Region DÖW har haft skidåkning med pizza och årsmöte med bowling. I region Norr har medlemmarna varit på äventyrsbad och haft årsmöte. I Öst hade man också bowling i samband med årsmötet. Tidigare var Öst iväg och körde Gokart.

Region SBV har gjort experiment på Tom Tits och årsmötet var även där på ett äventyrsbad. I Väst åt man friterad kinamat efter årsmötet. Syd har ordnat skidåkning, turrindning på Islandshästar och årsmötet med spel och pizza.

Sommar på Scufferiet

Har ni vägarna förbi Stockholm i sommar hoppas vi att ni kommer till vårt kafé.

I juni, juli och augusti kommer Scufferiet att vara öppet torsdagar till lördagar kl. 12-19 och söndagar kl. 12-18. Vecka 25 och 26 är det stängt för semester.

På Scufferiet finns gluten- och laktosfria bakverk, pajer, soppor, bröd och lasagne. I sommar finns även egengjorda gluten- och laktosfria strutar med laktosfri kulglass.

Har ni frågor eller vill göra beställningar nås vi på telefon 08-730 10 77. Välkomna!

BAROKALAS FÖR ALLA!

- Barnkalas med lekvärd i 2 tim
- Tårta, bulle och saft
- Fiskdamm med godispåse
- Valfritt tema

110 kr/barn

vid bokning innan sommaren är slut. Ordinarie pris 120 kr/barn

Vi hjälper dig att planera barnkalaset och tillgodoser alla intoleranser och allergier hos barnen. Till extra kostnad kan ni även få varm mat, hoppborg och ansiktsmålning med lekvärd.

Ring och boka på telefon 08-730 10 77, tors-lör kl. 12-19, sön 12-18.

Info om Scufferiet finns på www.scuf.se.
Adress: Hagalundsgatan 21 i Solna.

Gluten- och laktosfria
scufferiet
kafé och bageri