

FUNDARBOÐ - 7. APRÍL KL. 20:00

## FRÆDSLUFUNDUR

Fimmtudaginn 7. apríl verður sameiginlegur fundur með Stómasamtökunum. Fundarefni er enn óákveðið og verður tilkynnt í tölvupósti eins fljótt og hægt er.

Fundurinn verður í Skógarhlíðinni í húsi Krabbameinsfélagsins, 1.hæð til hægri og hefst kl. 20.00. Kaffi verður á könnunni og eitthvað létt og gómsætt með. Sjáumst !

FRÉTTIR

## FRÁ AÐALFUNDI

Aðalfundurinn fór fram þriðjudagskvöldið 23. febrúar og eins og stundum vill vera með aðalfundi hjá okkur, var mætingin frekar dræm. Fundarstörf voru hefðbundin að venju, Edda flutti skýrslu stjórnar og Hrönn fór yfir reikningana. Hvoru tveggja var samþykkt án athugasemda. Framboð hafði fengist í öll embætti og engin mótframboð komu á fundinum.

Kjörnir voru eftirfarandi:

Edda Svavarsdóttir	<i>Formaður</i>
Sigurborg Sturludóttir	<i>Gjaldkeri</i>
Herdís Eva Hermundardóttir	<i>Ritari</i>
Anita Rübberdt	<i>Meðstjórnandi</i>
Rakel Ýr Aðalsteinsdóttir	<i>Meðstjórnandi</i>

Björn Hermannson	<i>Varamaður</i>
Hrefna B. Jóhannsdóttir	<i>Varamaður</i>

Emil B. Hallgrímsson	<i>Skoðunarmaður reikninga</i>
Hrönn Petersen	<i>Skoðunarmaður reikninga</i>

Hrönn Petersen hætti í stjórninni og þökkum við henni kærlega fyrir vel unnin störf síðustu árin. :-) Rakel Ýr Aðalsteinsdóttir er ný í stjórn og bjóðum við hana velkomna.

Engar tillögur höfðu borist og félagsgjöld voru samþykkt óbreytt, eða 2000 krónur á ári. Næsta starfsár var kynnt lauslega og verður það með svipuðum hætti og áður. Við stefnum á að vera með fjóra fræðslufundi eins og áður en einnig viljum við reyna að halda í fyrsta sinn fræðslufundi úti á landi. Á síðasta ári hófum við vinnu við útgáfu teiknimyndasögu um Crohn's og Colitis. Hún verður gefin út á þessu ári og dreift til félagsmanna, skóla, bókasafna og spítala.

Eftir fundinn komu Anna Soffia og Margrét Marín frá göngu-deildinni á Landspítalanum og kynntu okkur starfsemina.



## MOLAR.....

Þýðing á teiknimyndasögu um Crohn's og Colitis gengur vel. Textinn er núna í yfirferð og næsta skref er að fá lækna og hjúkrunarfræðinga til að fara yfir þýðinguna.

Búið er að skrá CCU á áheitalistann fyrir næsta Reykjavíkumaraþon.

Undirbúningur er hafinn fyrir fyrsta fræðslufund CCU á Ísafirði... :-) og fundur á Akureyri er líka á dagskránni !

Þann 24. febrúar var ungliðahópurinn með kaffihúshatting. Það var fámennt en góðmennt eins og áður, en fjórir mættu. Talað var um ýmislegt eins og sjúkdóminn og svo daginn og veginn eins og umræður þróast oft. Það er alltaf voðalega gaman að hitta aðra sem glíma við það sama og maður sjálfur og hvetjum við ungt fólk eindregið til að mæta á næsta hitting sem verður 6.apríl og verður farið í keilu.

UPPSKRIFT

## KÚRBÍTLASAGNA

Ólífuoía  
1/2 laukur  
4 hvítlauksgeirar  
1 dós tómatar  
Salt og pipar

1 dós kotasæla  
1 egg  
1 msk. basilika  
Handfylli af fersku spínati  
1/4 bolli rifinn parmesan ostur

3 stk. kúrbítar  
1 poki rifinn mosarella pizzaostur

Byrjið á því að skera kúrbítana í þunnar ræmur með ostaskera.

Hitið olíu í potti og steikið laukinn þar til hann byrjar að mýkjast. Bætið skornum hvítlaukinum við, síðan tómötunum og kryddið með salti og pipar. Hrærið vel og látið sjóða við vægan hita um stund.

Á meðan setjið þið kotasæluna, eggjið og parmesan ostinn í skál og hrærið saman. Bætið basilikunni og spínatinu úti skálina og blandið saman. Setjið til skiptis í eldfast mót, tómablönduna, kúrbítinn og ostablönduna. Endið með tómablöndunni og stráið mosarella-ostinum yfir. Bakið við 200°C í um það bil 20 mínútur. Látið kólna í um 10 mínútur og berið fram með salati eða ferskum spírum. Njótið vel !

## SPAKMÆLI MÁNAÐARINS

Við lifum aðeins einu sinni, en ef við höldum rétt á spilunum er einu sinni alveg nóg.

*Frederick L. Allen*