



CCU

Crohn's og Colitis Ulcerosa samtökin

FRÉTTABRÉF | 1. TBL - 20. ÁRG | JANÚAR 2024

FUNDARBOÐ - . 8. FEBRÚAR KL. 20:00

AÐALFUNDUR CCU

Gleðilegt nýtt ár kæru félagar. Við horfum jákvæð fram á við, dagsbirtan eykst með hverjum deginum sem líður þó það fari hægt af stað. :-) Það er komið að aðalfundi og hér má sjá dagskrá fundarins:

1. Skýrsla stjórnar um starfsemi síðasta árs
2. Yfirfarnir reikningar lagðir fram til samþykktar
3. Tillaga stjórnar um starfsemi næsta árs
4. Kosning stjórnar
5. Kosning varamanna
6. Kosning skoðunarmanna reikninga
7. Tillögur sem hafa borist
8. Ákvörðun félagsgjalds
10. Önnur mál

Að þessu sinni verðum ekki með fyrirlestur eftir aðalfundinn heldur ætlum við að bjóða upp á gómsætar veitingar og spjalla saman. Við verðum "live" í umræðuhópnum eins og áður en vonumst til að sjá sem flesta á staðnum.

Fundurinn verður í sal Vistor, Hörgatúni 2 Garðabæ, gengið inn frá Bæjarbrautinni og hefst kl. 20:00

RANNSÓKN OG GREIN

Samnorræna rannsóknin Nordtreat sem hófst haustið 2021 er langt komin en Lóa Guðrún Davíðsdóttir meltingarsérfræðingur tekur þátt í rannsókninni sem fulltrúi Íslands. Einn hluti rannsóknarinnar var að reyna að finna fyrr þá einstaklinga sem væru líklegir til að þróa með sér alvarlegan sjúkdóm og grípa þannig fyrr inn í meðferðarferlið.

Annar hluti var að skoða IBD og jafnrétti kynja með tilliti til greiningar, meðferðar, mismunandi einkenna og líðan og fleiri atriða eftir kynferði. Þetta er mjög áhugavert og mikilvægt að vita hvort marktækur munur sé á milli kynja.

Prófessor Vibeke Andersen, MD, PhD, frá Danmörku hefur skrifað grein um þennan hluta verkefnisins. Hún sendi greinina á formenn allra CCU sjúklingasamtaka í þátttökulöndunum og óskaði eftir álit og athugasemdum.

Búið er að senda greinina til "The Lancet" en ekki er komið á hreint hvort eða hvenær hún verður birt.

MOLAR

Í byrjun nóvember síðastliðinn missti CCU fría geymsluaðstöðu sem félagið hafði haft í nokkur ár hjá Brynju húsfélagi í Hátúninu. Þó félagið eigi ekki mikið dót þá er það ansi drjúgt sem hefur safnast saman í gegnum árin. Félagið á tvo skrifstofuskápa, einn auglýsingastand, slatta af stuttermabolum fyrir hlaupara, nokkra kassa af fræðslubæklingum og öðrum gögnum þannig að stjórnin ákvað að best væri að leigja geymslu. Þetta væri of mikið dót til að geyma í heimahúsi og heldur ekki skynsamlegt. Við vorum mjög heppin að fá litla geymslu í Kópavogi sem hentaði vel.

Lokið hefur verið við að uppfæra og setja inn efni um mataræði á heimasíðuna.

FRÍSKANDI MANGÓTERTA

Botn:

- 1 bolli kasjúhnetur lagðar í bleyti í 10-15 mín
- 1 bolli möndlur
- 1/2 bolli döðlur
- 1/4 tsk. sjávarsalt



Hellið vatninu af hnetunum, setið allt hráefnið í matvinnsluvél, maukið vel og þrýstið deginu í botninn á springformi.

Fylling:

- 2 stór þroskuð mangó skorin í teninga
- 1 bolli kasjúhnetur lagðar í bleyti 10-15 mín
- 3/4 bolli kókosrjómi
- 1/2 bolli brædd kókosolía
- 1 msk. hlynsiróp
- 1 tsk. vanilla
- Safi úr einni sítrónu

Setjið allt hráefnið í matvinnsluvél og maukið þar til blandan er slétt og rjóma-kennd. Hellið fyllingunni yfir botninn og sléttið. Kælið kökuna í nokkrar klukkustundir, yfir nótt eða frystið og berið fram hálfrosna. Skreytið að vild!

Frá alberteldar.is



SPAKMÆLI MÁNAÐARINS

Álit þitt á sjálfum þér skiptir meira máli en álit annarra á þér.

Seneca

CCU SAMTÖKIN | PÓSTHÓLF 5388 | 125 REYKJAVÍK | TALHÓLF 871 3288 | CCU@CCU.IS | WWW.CCU.IS

Formaður Edda Svavarsdóttir | Varaformaður Elísabet Sværissdóttir | Gjaldkeri Hulda Björg Þórðardóttir | Ritari Sóley Veturlíadóttir | Meðstjórnandi María Olsen
Varamenn Hrefna Björk Jóhannsdóttir og Sigurborg Sturludóttir | Vefstjóri Svavar Kjarrval