

POROČILO O AKTIVNOSTIH V LETU 2021

Datum	Aktivnost	Opis aktivnosti	Število članov na aktivnosti
9. jan	Dostava pomoči po potresu (Petrinja, Hrvaška)	Društvu Celiac se je pridružujemo številnim akcijam pomoči po potresu na Hrvaškem. Goran Makar in Matevž Ličen sta dostavila prijateljskemu društvu iz Čakovca; Udruga oboljelih od celijakije severozahodne Hrvatske zbrano pomoč prizadetim osebam s celiakijo v potresu na Hrvaškem. Zbrana pomoč je bila v vrednosti 3492,89 € in teži 380 kg.	2
14. jan	Predavanje na MS Teams	Branje deklaracij - izobraževanje mentorjev z Marjetko Kreševac. Predavala je o postavitvi smernic in o deklaracijah pri žitih.	24
21. jan	Predavanje na MS Teams	Branje deklaracij - izobraževanje mentorjev z Marjetko Kreševac. Predavala je o deklaracijah pri mleku in mlečni izdelkih.	24
28. jan	Predavanje na MS Teams	Branje deklaracij - izobraževanje mentorjev z Marjetko Kreševac. Predavala je o deklaracijah pri mesu, ribah in jajcih.	25
30. jan	Priprava brezglutenskih krofov	Kuharsko delavnico je v Fink & Situli vodila Marjetka Kreševac iz Vse brez glutena. Udeleženci delavnice so se naučili pravih postopkov pri peki brezglutenskih krofov.	60
12. feb	Dostava pomoči po potresu	Matevž Ličen je dostavil prijateljskemu društvu iz Čakovca; Udruga oboljelih od celijakije severozahodne Hrvatske še naknadno zbrano pomoč prizadetim osebam s celiakijo v potresu na Hrvaškem.	1
15. feb	Tekmovanje za najlepši brezglutenski krof	Za tekmovanje v krofih se je zbralo 53 slik krofov, podeljenih je bilo 1691 točk. Zmagala je Zvonka Trilar, nagrada je bila bon v vrednosti 20 € Fink & Situle. Heleni Švajger se je, za »zmagovalno« idejo, poslalo bon v vrednosti 10 € Cojzle.	53

6. mar	Kuharska delavnica priprava brezglutenskih pekovskih mojstrov	Kuharsko delavnico je vodila članica Adrijana Širca prek MS Teamsa. Pripravljalo se je kruh, žemljice, štručke s posipom (mak, sezam, sir), hrenovke v testu, pizza polžki in podlogo za pizzo. Udeleženci delavnice so se naučili pravih postopkov pri peki brezglutenskih pekovskih mojstrov.	39
13. mar	Predavanje na MS Teams: Brezglutenski maratonček: Kaj vem o celiakiji?	Predavanje je bilo namenjeno članom društva in osebam, ki se srečujejo s celiakijo oz. jih teme okoli celiakije zanimajo. Predavali so: Marjetka Krešavec: BRANJE DEKLARACIJ IN PASTI PRI BREZGLUTENSKI PONUDBI; Maja Denkovski: CELIAKIJA; doc. dr. Evgen Benedik: KAKO NADOKNADITI PRIMANKLJAJ ABSORPCIJE?; Suzana Kranjec: VARNA PRIPRAVA BREZGLUTENKEGA OBROKA V MEŠANI DOMAČI KUHINJI; Irma Žuman: PSIHOLOŠKA STANJA BOLNIKA S CELIAKIJO PO DIAGNOZI; Tanja Fink: KO NEPOVABLJIVI PREJME VABILO V GOSTILNO	110
16. mar	Tekmovanje za pekovsko mojstrovino	Za tekmovanje v krogih se je zbralo 11 slik pekovskih mojstrov. Zmagala je Alenka Suban, nagrada je bila bon v vrednosti 20 € Pekarne Vitapek gluten free - Prva pekarna brez glutena v Sloveniji.	11
20. mar	Priprava brezglutenske potratne potice	Kuharsko delavnico sta vodili članici Vesna Sinur in Melita Junkar. Posnetek priprave so zmontirali dijaki Šolskega centra Novo mesto. Vesna in Melita sta predstavili pripravo potratne potice. Udeleženci delavnice so se naučili pravih postopkov pri peki brezglutenske potratne potice.	30
01. april	Predavanje na MS Teams	Branje deklaracij - izobraževanje mentorjev z Marjetko Krešavec. Predavala oz. ponovila je o deklaracijah pri žitaricah, gomoljnicah, mokah, izdelkih iz njih; mleku, mlečnih izdelkih, siru ter mesu, ribah in jajcih.	19
06. april	Predavanje na MS Teams	Skupina za samopomoč s Suzano Kranjec. Pogovarjali smo se o varni pripravi brezglutenskih obrokov v mešani domači kuhinji in še o čem.	18
7. april	Tekmovanje v pripravi brezglutenske potice	Za tekmovanje v pripravi se je zbralo 43 fotografij 31 avtorjev, skupaj smo razdelili 1597 točk. Tokrat je bilo prav posebno, polno presenečenj, saj imamo dve prvi mesti (Jerica Strelec in Darja Štemberger) in dve tretji mesti (Barbara Gregurič Silič in Primož Markelj). Obe avtorici za prvo mesto prejmeta nagrado Pekarne	31

		Vitapek gluten free –Prva pekarna brez glutena v Sloveniji v vrednosti 20 €. V Društvu Celiac smo se odločili podeli še nagrado za pogum objave najbolj razcotane potice, ki jo prejme Janja Tepeh. Tudi to nagrado podeljuje Pekarne Vitapek gluten free –Prva pekarna brez glutena v Sloveniji v vrednosti 10 €.	
10. april	Na videopovezavi MS Teams	16. Skupščina Društva Celiac – Življenje brez glutena	81
22. April	Predavanje na MS Teams	Izobraževanje mentorjev skupaj s Suzano Kranjec. Pogovarjali smo se, kako v domači kuhinji skuhati 100% brezglutenski obrok in pogledali smo, kaj na to pravi znanost.	11
25. April	Tekaški podvig Andreja Zupana	Spremljanje ultramaratonskega tekača člana društva Andreja Zupana na 144 km podvigu za osveščanje o celiakiji (od 5.00 do 22.00).	30
27. April - 1. Maj	DOS 2021	Sodelovanje v kolesarskem projektu Dobrodelno okoli Slovenije 2021 za osveščanje o celiakiji.	30
4. Maj	Predavanje na MS Teams	Skupina za samopomoč z Marjetko Kreševac. Pogovarjali smo se o varni izbiri brezglutenskih izdelkov.	13
6. Maj	Predavanje na MS Teams	Izobraževanje mentorjev skupaj z Irmo Žuman. Dotaknili smo se psiholoških tem, pogovor se je razvil do nekaterih zelo osebnih izpovedi.	10
7. Maj	Predavanje na MS Teams	Srečanje za otroke »brezglutenčke« stare med 7 - 10 let.	7
21. Maj	Predavanje na MS Teams	Peka Bananinga kolača z otroci »brezglutenčki« stari med 7 - 10 let v izvedbi Gorana Makarja.	11
5. Junij	Fink & Situla Novo mesto	Zaključno srečanje mentorjev. Izobraževanje je uspešno zaključilo 23 mentorjev in 5 mladih mentorjev. Srečanju so se pridružili tudi člani Komisije za strokovna vprašanja.	34

8. Junij	Predavanje na MS Teams	Skupina za samopomoč z Tanjo Fink. Pogovarjali smo se o pravilnem, varnem preverjanju in izbiri gostincev brezglutenske ponudbe.	5
12. Junij	Glavni trg, Novo mesto	Na 5. Festivalu brezglutenske ponudbe je sodelovalo 11 razstavljalcev. Na festivalu se je članom delilo nove članske izkaznice ter humanitarne pakete. Pekarna Vitapek je pripravila nagradno igro za njihove kupce, podelili so 2X po 5 kg bg moke. Pri Lincerju so ponovno pripravili bg torto za obiskovalce. Podelili smo otroško kolo otroku - članu društva, ki ga je izbrala Komisija za dodeljevanje statusa PLUS; kolo je društvo pridobilo v sodelovanju v kolesarski dobrodelni akciji DOS 2021. Obiskovalcev je bilo cca 300, ki so se porazdelili tekom cele prireditve.	300
16.-21. avg.	Tabor Celiac	Tabor Celiac v Dolenjskih Toplicah za otroke v starosti od 6 do 12 let. Tabora se je udeležilo 13 otrok. Program je bil pol aktivnosti, s strokovno podporo na področju celiakije in brezglutenske prehrane.	25
31. avg.	Srečanje bolnikov s celiakijo	Srečanje bolnikov s celiakijo iz Ribniško-Kočevskega konca Slovenije je potekalo v Tina baru, Dolenja vas. Srečanje je bilo namenjeno druženju in izmenjavi izkušenj članov	12
16. sep.	Okrogla miza o možnosti prehranjevanja bolnikov z medicinsko predpisanimi dietami zunaj doma v obliki videokonference prek MS Teams-a	Cilji okrogle mize: 1. Seznanitev s sistemskimi izzivi bolnikov z MPD pri prehranjevanju zunaj doma. 2. Izpostaviti potrebo po višji ravni kompetentnosti pripraviljavcev MPD. 3. Odgovoriti na vprašanje: Kako varna je Slovenija z vidika prehranjevanja bolnikov z MPD? Sodelujoči: doc. dr. Evgen Benedik, UKC LJ; dr. Jože Ruparčič, namestnik varuha človekovih pravic; Barbara Ožbic Kirjakopulus, organizatorica prehrane v OŠ; Nataša Magister in Ula Jančar bolnici z MPD; Tanja Fink, kreativni vodja v Fink & Situla; mag. Tjaša Vidrih, BIC LJ in Simona Kuder, CPI; Goran Makar, predsednik društva Celiac Slovenija	25
25.-26. sep.	Kolesarjenje do Petrinje	Dvodnevni humanitarni kolesarski izlet 6 članov Ekipe Furam brez glutena. Obiskali so Sisak, Gline in Petrinjo. Namen izleta je bil tudi dostava humanitarnih paketov bolnikom s celiakijo, kateri so bili prizadeti v potresu decembra 2020.	6

28. sep.	Srečanje bolnikov s celiakijo	Srečanje bolnikov s celiakijo iz Gorenjskega konca Slovenije je potekalo v slaščičarni Lincer Lesce. Srečanje je bilo namenjeno druženju in izmenjavi izkušenj članov	6
7. okt.	Predavanje na MS Teams	Branje deklaracij - izobraževanje mentorjev z Marjetko Kreševac. Predavala je o deklaracijah pri žitaricah, gomoljnicah, mokah, izdelkih iz njih.	15
9. okt.	Predavanje na MS Teams: Brezglutenski maratonček: Kaj vem o celiakiji?	Predavanje je bilo namenjeno članom društva in osebam, ki se srečujejo s celiakijo oz. jih teme okoli celiakije zanimajo. Predavali so: Marjetka Kreševac, univ. dipl. ing. živil. tehnol.: BRANJE DEKLARACIJ IN PASTI PRI BREZGLUTENSKI PONUDBI; Maja Denkovski, dr. med.: CELIAKIJA; doc. dr. Evgen Benedik: KAKO NADOKNADITI PRIMANKLJAJ ABSORPCIJE?; Suzana Kranjec: VARNA PRIPRAVA BREZGLUTENSKEGA OBROKA V MEŠANI DOMAČI KUHINJI; Irma Žuman, univ. dipl. psih., cCPP: PSIHOLOŠKA STANJA BOLNIKA S CELIAKIJO PO DIAGNOZI; Tanja Fink: KO NEPOVABLJIVI PREJME VABILO V GOSTILNO.	40
14. okt	Predavanje na MS Teams	Branje deklaracij - izobraževanje mentorjev z Marjetko Kreševac. Predavala je o deklaracijah pri mleku, mlečnih izdelkih, siru ter njihovih rastlinskih nadomestkih, mesu, ribah in jajcih.	15
16. okt.	Predavanje na MS Teams	Izobraževanje mentorjev s Suzano Kranjec na temo Od diagnoze do polnega življenja, Življenje brez glutena	15
21. okt.	Predavanje na MS Teams	Branje deklaracij - izobraževanje mentorjev z Marjetko Kreševac. Predavala je o deklaracijah pri zelenjavi in stročnicah ter sadju in oreščkih.	15
23. okt.	Predavanje na MS Teams	Izobraževanje mentorjev z doc. dr. Evgenom Benedikom na temo Kako nadoknaditi pomanjkanje absorpcije?	15
27. okt.	Srečanje bolnikov s celiakijo	Srečanje bolnikov s celiakijo iz Kočevskega konca je potekalo v Baru Ribič, Kočevje. Srečanje je bilo namenjeno druženju in izmenjavi izkušenj članov.	8

4. nov.	Predavanje na MS Teams	Branje deklaracij - izobraževanje mentorjev z Marjetko Kreševac. Predavala je o deklaracijah pri napitkih in preparatih za napitke ter alkoholnih pijačah.	15
6. nov.	Predavanje na MS Teams	Izobraževanje mentorjev z Tanjo Fink na temo Ko nepovabljeni prejme vabilo v gostilno	15
11. nov.	Predavanje na MS Teams	Branje deklaracij - izobraževanje mentorjev z Marjetko Kreševac. Predavala je o deklaracijah pri sladkih živilih, maščobah, začimbah in drugih dodatkih.	15
13. nov..	Predavanje na MS Teams	Izobraževanje mentorjev z Irmo Žuman na temo Prenos znanja in ozkušenj osebe s celiakijo osebi s celiakijo.	15
18. nov.	Predavanje na MS Teams	Branje deklaracij - izobraževanje mentorjev z Marjetko Kreševac. Predavala je o deklaracijah pri prehranskih dopolnilih.	15
23. nov.	Kuharska delavnica na MS Teams	Kuharska delavnica »Danes pečemo z drožmi« s Suzano Kranjec smo spoznali droži, naravni kvas naših babic. Spoznali smo kako se vzgoji droži, kako se jih hrani in kako se z njimi peče. Kdor je želel speči kruh z drožmi se je na koncu delavnice prijavil Suzani. Suzana je naslednji dan po pošti poslala droži, katere so člani v tistem tednu lepo hranili in vzdrževali do naslednje delavnice. Vsa navodila o hranjenju in vzdrževanju droži so člani dobili tekom delavnice. Prav tako so dobili seznam vseh sestavin, ki so jih potrebovali za peko kruha z drožmi.	14
30. nov.	Kuharska delavnica na MS Teams	Kuharska delavnica »Danes pečemo z drožmi« so skupaj s Suzano zamesili kruh, šli skozi proces zamesa, vzhajanja, priprave na peko in peko samo. Suzana je delila nasvete iz svoje večletne prakse in svetovala kako rešiti začetniške težave, da so lahko v svoji domači kuhinji spekli čudovit kruh z drožmi.	14
11. dec.	Kuharska delavnica na MS Teams	Kuharska delavnica za mlade člane v izvedbi Adriane Širca. Mladi kuharski ustvarjalci so izdelovali Cake popse.	17

26. dec.	Preko ZOOM povezave	Novoletno presenečenje v sodelovanju z SiTi Teatra z novoletno stand up komedijo »Mali otroci, veliki problemi«.	41
28., 29. dec.	Različni kraji po Sloveniji	Božičkov obisk otrok do 10. leta starosti po Sloveniji. Božiček se je povezal z Lincerjem in ga prosil, če ga lahko malce zapelje okoli po Sloveniji da obdaruje otroke z brezglutenskimi dobrotami. Teta Marjetka mu je priskrbela posebne BG dobrote iz Italije.	24

Goran Makar
predsednik Celiac Slovenija