



**Bliv klogere på  
Cøliaki, glutenfri kost – Irritabel tarm, "Lowfodmapdiet"  
v/Diætist Malene Iskov**



**Café-aften  
Aktivgruppen Syd- og Sønderjylland  
Onsdag den 16. august 2015**

**Tidspunkt : Kl. 18.45 til ca. kl. 21.30**  
**Sted : Seniorhuset, Skolevej 8-10, 6070 Christiansfeld**  
**Parkering bag huset, hvor man også kan gå ind.**  
**Forplejning : Te eller kaffe inkluderet i prisen. Sodavand og frugt kan købes.**

**Program**

Kl. 18.45 – 19.00 Ankomst.  
Kl. 19.00 – 19.10 Aktivgruppeleder Alice Roge Jepsen byder velkommen.  
Kl. 19.10 – 19.20 Cøliaker Birgitte Viereck fortæller kort om diagnosen "Sorbitol intolerance".  
Kl. 19.20 - ?? Malene vil orientere os om, hvordan glutenfri kost kan kombineres med "Lowfodmapdiet". Denne diæt er udviklet til personer, der ikke har diagnosen cøliaki, men diagnosen Fruktose-, laktose-, sorbitol- eller fruktaner/galaktaner-intolerance eller lever med en irritabel tarm.  
Desuden vil Malene komme ind på, hvordan vi som cøliakere får vores vitamin og mineral behov dækket.  
Der vil selvfølgelig også være tid til spørgsmål både under orienteringen og efter.

Ca. kl. 21.30 er der "Farvel og tak" v/Alice Roge Jepsen.

Når det passer ind, vil der være en pause, hvor der er mulighed for at forsyne sig med drikkevarer

**Priserne er inklusive drikkevarer**

|                                           |           |
|-------------------------------------------|-----------|
| Medlemmer inklusive husstanden pr. person | kr. 30,00 |
| Ikke medlemmer pr. person                 | kr. 50,00 |

Du har denne aften en enestående chance for at træffe og stille Diætist Malene Iskov spørgsmål vedrørende cøliaki og blive klogere på "Lowfodmapdiet" – og det er uanset om du selv lider af cøliaki eller om der er en i familien, vennekredsen eller du i dit arbejde kommer i kontakt med børn/voksne, der lider af den kroniske sygdom cøliaki, har intolerancer eller en irritabel tarm.

Vi håber med denne faglige aften at kunne give jer mulighed for at få afklaret spørgsmål, I måtte have.

**Vigtigt**

**Indbetaling skal ske senest torsdag den 8. september 2015 til  
reg.nr. 5355, konto nr. 000521778**

**HUSK**

**Ved tilmelding at skrive antal personer og dit telefonnummer.**

Vi glæder os til at se rigtig mange.

August hilsener fra

Helle Schnoor  
Eva Lundtoft  
Birgitte Viereck  
Alice Roge Jepsen