

BOLETIM INFORMATIVO

ACELBRA—MG

Associação dos Celíacos do Brasil—Seção MG
N.º 03 ANO 01 **BELO HORIZONTE, 18/12/2002**

EDITORIAL

Com o Boletim Informativo nº 3, fechamos a proposta de 2002 com chave de ouro. A meta da associação era produzir 3 boletins informativos, o Jornal Sem Glúten nº 2 e a apostila de receitas. E tudo foi realizado porque a participação de todos foi maior. A vocês, nossos agradecimentos. Um agradecimento especial para a assessora técnica da ACELBRA-MG, Dra. Magda Bahia, que tem ao longo desses anos encaminhado com competência, sensibilidade e confiança os trabalhos da associação. Para 2003, novos projetos e conquistas com a participação de todos.

Diretoria



II Encontro Nacional das Associações e Grupos de Celíacos Santa Catarina—Florianópolis

A ACELBRA-SC, tendo como presidente Sra. Odette Maluf, promoveu nos dias 30/11 e 01/12, no Recanto Champagnat, o II Encontro Nacional das Associações e Grupos de Celíacos.

Estiveram presentes representantes do Rio Grande do Sul, Paraná, São Paulo, Minas Gerais, Pará e uma representante da Associação do Paraguai.

O objetivo do evento foi traçar um quadro sobre a realidade da doença celíaca no Brasil, baseado nas respostas de um questionário enviado as Associações e Grupos de Celíacos.

Dra. Vera Lúcia Sdepanian, médica gastroenterologista da UNIFESP - Escola Paulista de Medicina, tratou do tema "Doença Celíaca: aspectos atuais", abordando as novas conquistas no tratamento e diagnóstico da D.C.

O técnico da ANVISA - Agência Nacional de Vigilância Sanitária, Cláudio Hermann Magalhães, falou sobre as leis de rotulagem em produtos alimentícios, bebidas e medicamentos.

No encerramento do Encontro, foi elaborado um documento contendo propostas aprovadas para norteamento dos trabalhos das Associações e Grupos de Celíacos.

A ACELBRA-MG parabeniza e agradece aos organizadores a oportunidade de participação no Encontro, que teve como fator fundamental a interação e troca de experiências entre os presentes.



FALE CONOSCO

Para esclarecer dúvidas, mudança de endereço ou telefone, enviar sugestões ou receitas sem glúten, fale conosco pelo Email: acelbramg@hotmail.com ou Ângela Diniz - telefone: 34219768 - Rua Dr. Furtado de Menezes, 342—Ipiranga - CEP 31160.170 - BH-MG; Vilma Prado- telefone: 34617070- Rua Pouso Alegre, 2.486-Apto 201-Bloco G-Horto-CEP 31015.030-BH-MG; Dra. Magda Bahia-Telefone-99820166.



II Encontro Nacional das Associações e Grupos de Celiacos—Florianópolis—SC

ACELBRA—MG

**BUSCANDO
ALTERNATIVAS
PARA UMA
VIDA
MELHOR II**

Feliz Aniversário

Parabéns aos aniversariantes do 2º semestre de 2002. Muita saúde, prosperidade e paz.



*
*
*
**F
I
Q
U
E

L
I
G
A
D
O**

O glúten está normalmente presente na maioria dos alimentos industrializados e processados.

Evite os alimentos preparados ou engrossados com farinhas ou flocos de cereais que contêm glúten.

Procure se alimentar com frutas da época, verduras frescas, legumes diversos. Carnes e peixes (cuidado com os empanados), ovos, arroz, feijão, chás ou sucos naturais, leite e derivados (caso não tenha intolerância à lactose).

RECEITA

Panetone de Natal

Ingredientes

1 1/2 copo de água— 2 ovos—3 colheres sopa de margarina—1 1/2 colher de chá de sal—6 colheres sopa de açúcar— 1 1/2 colher de chá de essência de panetone ou baunilha—4 colheres de chá de leite em pó—4 xícaras de *farinha preparada**—1 colher de sobremesa de fermento biológico instantâneo—2 colheres de chá de Super Liga Neutra—1/2 xícara de uva passa—1/2 xícara de frutas cristalizadas—1/2 xícara de nozes picadas.

Modo de fazer

Misture os ingredientes secos nesta seqüência: farinha, fermento, açúcar, sal, leite em pó e Super Liga Neutra. Adicione a água, ovos, margarina e a essência de panetone. Bata bem e deixe crescer por 40 minutos. Adicione as passas, frutas cristalizadas e nozes picadas e bata novamente (suavemente).

Coloque em formas de papel para panetone e deixe crescer novamente (40 minutos aproximadamente). Asse em forno pré aquecido na temperatura máxima.

**Farinha Preparada* = 6 xícaras de creme de arroz, 2 xícaras de fécula de batata, 1 xícara de polvilho doce.

ACELBRA-SC

**** É Tempo de Festas... ****

Nessa época a atenção deve ser redobrada para com as bebidas e alimentos oferecidos aos celiacos. Leia sempre o rótulo dos produtos. Alimentos como frutas secas, nozes, amêndoas, castanhas, pistache, gergelim podem ser consumidos.

Com relação às bebidas um brinde, com moderação, pode ser feito com vinho, champagne, vermouth, conhaque, aguardente, saquê.

BOAS FESTAS !!

Aos nossos associados e familiares, que o Natal seja iluminado de Amor e o Ano Novo repleto de grandes realizações.



Feliz Ano Todo !

EXPERIENTE DIRETORIA ACELBRA-MG

Presidente: Ângela Pereira de Abreu Diniz - Vice-Presidente: Vilma Pereira do Prado
1º Tesoureiro: Wantull Carvalho do Prado - 2º Tesoureiro: Christian Fátima Garcia
1ª Secretária: Viviane Ferreira Lima - 2ª Secretária: Maria Antônia Alves Benficia
Diretora Social: Márcia Starling - Diretora de Divulgação: Luclana Garcia
Assessora Técnica: Dra. Magda Bahia — Diagramação e Produção Editorial: Daniel Diniz