

GRANJA ESCUELA PARA TODA LA FAMILIA

- Lugar:** "Albitana". Brunete. Madrid
Edades: De 0 a 80 años
Fecha: Fin de semana del 25 y 26 de febrero
Importe: Adulto: 50 euros
 Niño: 35 euros



El precio incluye: alojamiento, comidas (almuerzo, cenas, desayunos, meriendas), actividades y servicio de monitores.

Inscripciones: antes del jueves, 16 de febrero.

Forma de pago:

* En la sede de la Asociación de Celiacos de Madrid de lunes a viernes de 10 a 14 horas y los jueves de 16:30 hasta las 19 horas.

* Transferencia bancaria: 0075 1043 81 0600102051, no olvidar enviar resguardo del pago por fax a ACM.

Enfermedades: Si padeces alguna enfermedad o alergia, debes de comunicarlo en el momento de hacer la inscripción.

Llevar: Toallas

Podéis venir con amigos aunque no sean celiacos.

Aquellas personas que no dispongan de coche o no sepan ir, deben de comunicarlo en el momento de la inscripción.

Para más información, contactar con la Asociación de Celiacos de Madrid de lunes a viernes de 10 a 14 horas y los jueves también de 16:30 a 19 horas.

HOTELES SIN GLUTEN

Con la ayuda de muchos de vosotros hemos conseguido elaborar un listado de colegios donde sirven menús sin gluten, ahora nos gustaría elaborar un listado de hoteles, también con la ayuda de todos. Muchos nos habéis comentado las atenciones que han tenido con vosotros, a la hora de pasar unos días de estancia en un hotel, y cómo el maître y/o jefe de cocina se preocupaba por lo que el celiaco podía tomar o no y su interés por ofrecerle platos sin gluten. Os solicitamos nos enviéis todos los datos que dispongáis de dichos hoteles, también podéis hacerlo llamando por teléfono:

Nombre del Hotel: Cadena a la que pertenece:

Dirección Tel.:

Código Postal: Ciudad:

Comentarios:

.....

.....

Además, nos pondremos en contacto con estos hoteles, les daremos las gracias por sus atenciones, les enviaremos información y nos pondremos a su disposición para cualquier duda que tengan.

COMEDORES ESCOLARES

El Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud, en su sesión plenaria celebrada el día 29 de junio de 2005, acordó transmitir a las autoridades e instituciones competentes en la gestión, organización y funcionamiento de los comedores escolares en los centros docentes públicos y privados no universitarios, una serie de recomendaciones, entre las que se encuentra la siguiente:

“Se realizarán las gestiones necesarias para que, siempre que sea posible, se ofrezcan menús adaptados para aquellos alumnos que por problemas de salud, intolerancia a algunos alimentos u otras circunstancias debidamente justificadas, requieran un menú especial. En casos excepcionales, cuando el centro escolar no pueda responsabilizarse del menú especial, facilitará los medios (refrigeración y calentamiento) para que pueda conservarse y consumirse el menú especial proporcionado por la familia.”

ACM está intentando conocer si, las autoridades competentes de la Comunidad de Madrid, van a adoptar las medidas necesarias para que las recomendaciones aprobadas se conviertan en normas de obligado cumplimiento y que al fin podamos ver resuelto el problema de los alumnos celíacos en los comedores escolares.

CONVOCATORIAS

Para participar en las actividades será necesario que confirméis vuestra asistencia llamando a la sede de ACM de lunes a viernes de 10 a 14 horas.

Taller de Niños

Viernes, 17 de febrero, 18 horas.

Viernes, 17 de marzo, 18 horas.

Viernes, 21 de abril, 18 horas.

Edad: de 7 a 12 años

Lugar: Sede de ACM

Mediante actividades y juegos conoceremos lo positivo de seguir una dieta sin gluten, y aprenderemos a distinguir los productos con y sin gluten. Habrá merienda y se sortearán fantásticos regalos.

Lugar: Sede de ACM

Taller de Adultos

Jueves, 16 de febrero, 18 horas.

Merienda: fondue de chocolate con frutas

Jueves, 16 de marzo, 18 horas.

Merienda y aclaración de dudas sobre la dieta sin gluten.

Jueves, 27 de abril, 18 horas.

Merienda del “traje”: “Yo traje unas magdalenas”, “yo una tarta”, etc., esperamos que cada persona sorprenda al resto de los asistentes.

Taller de Cocina

Sábado, 25 de febrero, 10:30 horas.

Quiche lorraine, crema frita y tarta de chocolate.

Sábado, 25 de marzo, 10:30 horas.

Pizza, mojicones y tarta de Santiago.

Sábado, 29 de abril, 10:30 horas.

Empanadillas de carne, tarta de queso y rosquillas fritas.

Lugar: Sede de ACM

Demostración de Thermomix

Jueves, 9 de febrero, 17 horas.

Jueves, 9 de marzo, 17 horas.

Jueves, 20 de abril, 17 horas



**Pizzerías
Nicanora**

**PIZZAS ¡Más
que buenas!
SIN GLUTEN**

ACM ha visitado las instalaciones de Pizzerías Nicanora, ha revisado las materias primas e ingredientes empleados para la elaboración de los platos y ha informado a todo su personal de cómo manipular los alimentos y evitar contaminaciones.

Avda. Machupichu, 16 - 28043 Madrid

91 300 42 52

PREGUNTAS MÁS FRECUENTES SOBRE LA DIETA

¿El pimentón puede contener gluten?

El pimentón es el producto obtenido de la molienda del pimiento rojo, una vez sometido a secado. Existen tres tipos: dulce, agri dulce o picante. La legislación sólo permite la adición de aceites vegetales que deberá ser declarado en el etiquetado. No obstante, esta práctica no es habitual. La adición de cualquier otra sustancia, que pudiera o no contener gluten, está totalmente prohibida. Por todo ello, el pimentón no tiene por qué contener gluten.

Otra cosa bien distinta sería la adulteración, hecho bastante improbable hoy en día en nuestro país, según las fuentes consultadas por esta asociación. También podría existir una contaminación de forma puntual, difícil de controlar, no obstante, en este último caso sería necesario ingerir una elevada cantidad de pimentón para que fuese perjudicial para el celíaco.

En nuestro país existen dos denominaciones de origen de pimentones: "Pimentón de la Vera" y "Pimentón de Murcia". Son varias las marcas que pertenecen a estas denominaciones y en sus etiquetas y embalajes siempre hacen referencia a esta distinción. El Consejo Regulador de la denominación de origen controla el proceso de elaboración y garantiza el origen del producto y su alta calidad.

No comprar nunca el **pimentón a granel y/o sin etiquetar**.

¿Qué levadura puedo utilizar para hacer un bizcocho?

- Para elaborar productos de repostería (bizcochos, magdalenas, etc.) se pueden utilizar impulsores o gasificantes (bicarbonato sódico, ácido tartárico, sal de Seltz, sal de frutas). También se puede utilizar la "levadurina" de la marca Adpan.
- Para elaborar productos de **panadería** (pan, masa de pizza, etc.) se puede utilizar levadura fresca de panadería en bloques o pastillas. También se puede utilizar la "levadura de panadería" de las marcas Maizena, L'Hirondelle, Saf Instant y Saf Pizza.

¿Qué yogures puede tomar un celíaco?

Los yogures naturales y azucarados se pueden consumir de cualquier marca. Los yogures de sabores, con trozos de frutas o mermeladas deben consultarse en la Lista de Alimentos Sin Gluten.

¿Los embutidos ibéricos (chorizos, lomos, etc.) pueden contener gluten?

Sí, pueden contener gluten, por lo que deben consultarse en la Lista de Alimentos Sin Gluten. Los únicos embutidos y derivados cárnicos que se pueden consumir de cualquier marca son el jamón serrano, jamón york de calidad extra y la cecina.

¿Se puede tomar la CocaCola normal, en la Lista sólo veo la CocaCola light y sin cafeína?

SI. Las bebidas refrescantes sabor cola, limón, lima-limón, naranja o manzana no contienen gluten y se pueden comprar de cualquier marca. Sin embargo, cuando estas bebidas son light, sin azúcar, etc. hay que consultar si son aptas en la Lista de Alimentos Sin Gluten.

¿Las conservas de atún en aceite y sal contienen gluten? ¿Y en escabeche?

Las conservas de pescado o marisco al natural, en aceite, al limón o al ajillo no contienen gluten y se pueden tomar de cualquier marca. Sin embargo si estas conservas van en salsa, escabeche, etc. se debe consultar si son aptas en la Lista de Alimentos Sin Gluten.

¿Puedo comprar una conserva de judías verdes cocidas aunque ponga que tiene conservantes?

SI. Las conservas cocidas "al natural" o en vinagre de hortalizas, tubérculos y verduras no contienen gluten y se pueden comprar de cualquier marca.

¿Se puede tomar el Nesquick?

SI. Nesquick es un producto de Nestlé. En la Lista de Alimentos Sin Gluten se explica que esta empresa nos remite a la lectura de sus etiquetas, ya que cuando sus productos contienen gluten en el listado de ingredientes aparecerá alguno de los siguientes términos: trigo, cebada, centeno, avena o gluten. De todas formas, aunque siempre se compre el mismo producto de Nestlé hay que tener la precaución de **leer siempre la etiqueta** ya que en un momento dado podría variar su composición y al no aparecer en la Lista de Alimentos no nos van a avisar del cambio.

¿Puedo comprar una barra de helado de nata de la marca Hipercor aunque no aparezca en la Lista de Alimentos Sin Gluten?

SI. Las barras y tarrinas de los sabores nata o vainilla no contienen gluten y se pueden comprar de cualquier marca. Sin embargo cuando ya son de otros sabores se debe consultar si son aptos en la Lista de Alimentos Sin Gluten.

¿El catering que le hace la comida a mi hijo en el colegio utiliza huevina, la puede tomar?

SI. El huevo fresco, en polvo, deshidratado (huevina) y líquido (pasteurizado) no contiene gluten.

¿Se pueden tomar las patatas Lay's al punto de sal de Matutano?

SI. Los aperitivos de patata cuyos ingredientes son: patata, aceite y sal, no contienen gluten y se pueden tomar de cualquier marca.

ACTUALIZACIÓN DE LA LISTA DE ALIMENTOS

EDICIÓN 2005-2006

Deben eliminarse de la Lista de Alimentos sin Gluten 2005-2006 los siguientes productos:

FECHA	PAGINA	MARCA	PRODUCTO	OBSERVACIONES
28/12/05	154	CARMENCITA	Colorante alimentario	Se ha detectado gluten en este producto, por lo que se retira de la lista hasta nuevos análisis
28/12/05	272	MATUTANO	Cheetos pelotazos	Se ha detectado gluten en este producto, por lo que se retira de la lista hasta nuevos análisis
21/12/05	222	HEINZ	Salsa de Soja	Por cambios en su formulación
4/11/05	309	SANTIVERI	Turrón crujiente con arroz inflado sabor yogur	Por cambios en su formulación
24/10/05	76	ALÓSABOR	Soyur Postre de Soja Sabor Yogur	No ha pasado satisfactoriamente la última auditoría de la Marca de Garantía
24/10/05	127	ALÓSABOR	Bouillon consomé verduras instantáneo	
24/10/05	127	ALÓSABOR	Sopa de Trigo Sucedáneo con verduras	

AVISOS

- **28/11/05. EMBUTIDOS MARI PAZ (Pág. 269):** Las morcillas de Burgos que elabora esta empresa han pasado a comercializarse con la **marca Eroski** (ya no se encuentran con la marca Mari Paz). En el envase de estas morcillas marca Eroski viene indicado que ese producto lo elabora la empresa Embutidos Mari Paz, S.L. Las morcillas no han cambiado su composición por lo que se pueden seguir consumiendo.
- **28/11/05. PRODUCTOS CAMPIFOOD (Pág.150):** Los platos preparados refrigerados marca Campifood han cambiado de denominación, pasando ahora a comercializarse con la marca Fuentetaja. Los productos no han cambiado su composición por lo que se pueden seguir consumiendo.
- **18/11/05. MATUTANO (Pág. 272):** El nombre completo del producto "Cheetos Pandilla" de la marca Matutano es "Cheetos Pandilla/Fantasma". Dicho producto no contiene gluten.
- **14/11/05. EL MOLINO DE LA VERA (Pág. 182):** La empresa Especies Molino de la Vera S.L. nos comunica que su marca EL MOLINO DE LA VERA ha pasado a denominarse EL MOLINO DE GREDOS. Los productos elaborados por esta empresa que aparecen señalados en la Lista de Alimentos Sin Gluten Edición 2005-2006, se pueden seguir consumiendo.
- **3/11/05. APERITIVOS:** Los aperitivos de patata cuyos ingredientes son: patata, aceite y sal, no contienen gluten; por este motivo se pueden consumir las patatas fritas Lay´s al punto de sal (Matutano).
- **20/10/05. CONDIMENTOS Y SAZONADORES:** Error en la página 27 del índice. La Empresa HACENDADO está en la página 217 y no en la 285.
- **20/10/05. ESPSILON:** Los caramelos de goma de la marca ESPSILON (señalados en la página 31 como acreditados con la Marca de Garantía "Controlado por FACE") no están acreditados con la Marca de Garantía "Controlado por FACE".

ACAMPADA SEMANA SANTA

Lugar: Centro EL JARAMA
 Ctra. de Caraquiz, Km. 2,220
 Talamanca del Jarama (Madrid)
 Edades: De 8 a 15 años
 Fecha: 9, 10, 11, 12 de abril

Importe: 89 €
 Inscripción: Antes del 30 de marzo en la sede de ACM.
 Puedes venir con tu hermano, primo o amigo.
 Para más información, contactar con la Asociación de lunes a viernes de 10 a 14 horas.



da nicola
RISTORANTE ITALIANO

*Un italiano
que piensa en tí*

Carpaccio
Ristorante Italiano

Salón Independiente - Local insonorizado

*El personal de Da Nicola está debidamente preparado por la **ACM** para poder atender cualquier duda que el cliente pueda tener.*

Da Nicola ofrece una amplia variedad de productos especiales para celíacos, asegurando la perfecta manipulación y elaboración de sus alimentos.

Calle Orense, 4 - (Azca)
Tel.: 91 555 76 37

Plaza de los Mostenses, 11 (Gran Vía)
Tel.: 91 542 25 74

Calle Sor Angela de la Cruz, 8 (Cuzco)
Tel.: 91 417 01 60

VERANO 2006

Os proponemos una serie de actividades para que podáis pasar un verano feliz sin tener que estar preocupados por el tema de la comida y a la vez aprender muchas cosas nuevas y hacer nuevos amigos. Para informaros de estas actividades (fechas, lugar, precio, etc.) contactar en las fechas y las personas que abajo se indica, **no olvidéis decir que sois celíacos**. Pueden acudir no sólo celíacos, también hermanos, primos, amigos, etc.

Granja-Escuela "Albitana"

Camino de las Caudalosas s/n.

Brunete. (Madrid)

Tl.: 91 815 87 83

www.albitana.com

Contacto: Gloria o Miguel

Fecha de inscripción: enero (las plazas se agotan en seguida)

Edades: de 5 a 14 años

Para información de quincenas, precios, actividades, etc., contactar con la propia Granja-Escuela.

Campamento "Albura"

C/ Copos, 3

Urbanización Bellavista

28260-Galapagar (Madrid)

Tl.: (91) 850.85.41 (tardes)

www.albura.es

Contacto: Gonzalo Bel

Fecha de inscripción: a partir del 15 de mayo

Edades: de 8 a 16 años

Cursos de Inglés en Irlanda

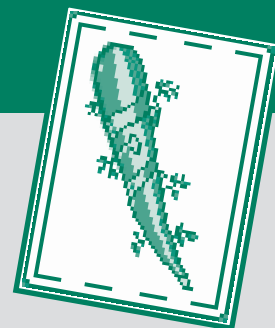
Kells College

Tl.: (91) 850.39.78 (horario oficina)

Contacto: Roberto Ferrero

CERVECERIA-RESTAURANTE "AS DE BASTOS"

ESPECIALIDAD EN
CARNES ROJAS — PESCADITOS DE MALAGA
MARISCOS — TAPAS VARIADAS — MENÚS "SIN GLUTEN"



CELEBRAMOS

COMUNIONES — BAUTIZOS — REUNIONES

C/ Doctor Bastos, 9 - 28220 Majadahonda - Tfnos.: 91 638 25 14 - 91 634 22 56

Web: www.telefonica.net/wet/asdebastosrestaurante

CUOTA AÑO 2006

Los recibos correspondientes a la cuota 2006 (52 €, aprobada en Asamblea General Ordinaria del 4 de marzo de 2005) serán pasados al cobro por el banco los primeros días del mes marzo. Aquellos socios que no lo tienen domiciliado pueden pasarse por la sede de ACM a abonarlo o enviarnos los datos para su domiciliación bancaria antes del 15 de febrero.

TAMBIÉN OS RECORDAMOS...

*** Que aquellas familias en las que hay más de un celíaco diagnosticado y no todos están dados de alta,

deben ponerse en contacto con ACM para hacerlos socios. Estarán exentos del pago de la cuota pero el estar dado de alta representa un gran beneficio para todos.

*** Que aquellos socios que no abonen la cuota en la fecha en la que los recibos son pasados por el banco (mes de marzo) no se les enviará información hasta que hayan hecho efectivo dicho pago (acuerdo tomado en la Asamblea General Ordinaria del 8/3/97).



COCINA MEDITERRANEA
NO SOLO PASTA
RESTAURANTE

C/ Santiago, 3 - 28013 Madrid - Telf.: 91 547 42 03
www.nosolopasta.com | nosolopasta@nosolopasta.com



TODO LO QUE NECESITAS EN PRODUCTOS
SIN GLUTEN

HAZ TU PROPIO PAN CON NUESTRAS MAQUINAS DE HACER PAN

C/ Lanuza 19
tlf: 91 725 56 61
28028 Madrid

Servicio de venta telefónica: 91 460 47 12
Servicio de venta por internet:
<http://www.manaproductosningluten.com>
Servicio de entrega a domicilio

OFERTA PARA SOCIOS DEL CLUB MANÁ

Entregando este cupón de descuento en nuestros establecimientos te regalamos en la primera compra una bolsa especial para cocinar alimentación sin gluten en el HORNO.

EXISTENCIAS LIMITADAS

