

Sydsvensk Förening för Nutrition's årsmöte 22 mars 2023.

Antalet medlemmar i Sydsvensk Förening för Nutrition 2022 var 40 personer. Sydsvensk Förening för Nutrition har under året haft 6 sammankomster, varav flertalet har inletts av en after work – ett tillskott till Sydsvensk Förening för Nutrition's aktiviteter som vi anser har bidragit till ökat nätverkande inom föreningen.

11 februari

Meriette Derwig är barnläkare och berättade om sin avhandling som berörde strategier för att via BVC förebygga och behandla övervikt genom främjande av hälsosamma levnadsvanor riktat mot förskolebarn. Den samtalsmodell som de tagit fram och utvärderat går under namnet Grunda Sunda Vanor bygger på barnets egen deltagande och reflekterande kring hälsoinformationen.

16 deltagare online.

17 mars

Cecilia Mayer Labba som doktorerat på Chalmers upplyser oss om hur stort problem fytinsyran utgör för att uppnå ett tillräckligt järnupptag på en vegetarisk kost. Även om vegetariska köttersättningsprodukter kan ha ett någorlunda högt järninnehåll, kan dess innehåll av fytinsyra orsaka väldigt minimerat upptag av detta järn. Ett otroligt ögonöppnande och viktigt perspektiv till det proteinskifte som råder.

19 deltagare.

5 maj

Eva Nordberg Karlsson pratade om hur man kan göra annars förbisedda kolhydrater från kli, quinoa och alger mer funktionella, bland annat genom enzymatisk nedbrytning eller fermentering.

9 deltagare (varav 4 online).

29 september

Som start på höstterminen besökte SFN Disgusting Food Museum i Malmö. Vi fick lära om den mest märkliga, äckliga och moraliskt utmanande maten som konsumeras runt om hela jordklotet. Det mesta smakades också av föreningens våghalsar. Den allra mest våghalsiga lyckades även bidra med den första spyran på en SFN sammankomst – en stor dag för föreningen.

18 deltagare.

26 oktober

Elin Malmberg Hård af Segerstad berättade om mysteriet bakom celiakiepidemin som rådde i

Sverige mellan 1985 och 1995. Tre potentiellt bidragande faktorer skedde samtidigt: färre mammor ammade, rekommendation av glutenintroduktion flyttades fram till 6 månader istället för från 4 månader, och ett otroligt högt glutenintag i form av välling. Elins forskning i den stora TEDDY studien pekar på att ett högt intag av gluten bland småbarn med anlag för celiaki, ökar risken för insjuknande.

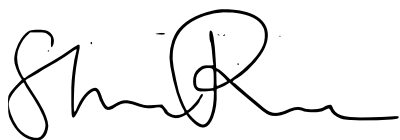
17 deltagare (varav 6 online).

30 november

Anna Stubbendorff redogjorde om allt vad gäller våra kostvanors inverkan på miljön, varav dess inverkan på klimatet bara utgör en liten del av miljöeffekterna. Hon redogjorde också om sin egen forskning som visar att den kosthållning som år 2019 togs fram för att vara gynnsam mot både klimatet och hälsan, EAT Lancet kosten, faktiskt associerar med en längre livslängd.

34 deltagare (varav 13 online).

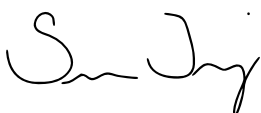
Härmed intygas SFNs verksamhetsberättelse för 2022:



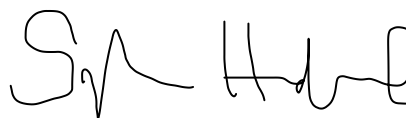
Stina Ramne
Ordförande



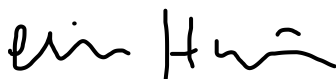
Lena Ohlsson
Sekreterare




Suzanne Janzi
Kassör



Sophie Hellstrand
Övrig ledamot



Elinor Hallström
Övrig ledamot



Cecilia Tullberg
Övrig ledamot



Emma Nordell
Övrig ledamot



Rebecka Persson
Övrig ledamot



Lovisa Heyman-Lindén
Övrig ledamot