



v / Styreleder Merete Askim
Administrativ leder: Ingunn Notøy

Organisasjonsnr: 980 252 256
Bankgiro: 5083 06 02795
E-brev: post@matogatferd.no
www.matogatferd.no

ÅRSBERETNING 2020 MAT & ATFERD

Virksomhetens art

Mat & atferd er en landsdekkende forening med lokallag. Pr i dag har vi 5 lokallag, der ett av lokallagene ikke har sittende styre. Mat & atferd jobber for å legge forholdene best mulig til rette for personer med proteinintoleranse i Norge. Organisasjonen er lokalisert i Oslo.

Sentralstyrets sammensetning 2020, valgt på landsmøte 24. mai 2020

Sittende styre ble gjenvalgt for ett år

Leder	Merete Askim, gjenvalgt for 1 år
Nestleder	Gunn-Karin Sakariassen, ikke på valg
Medlem	Geir Flatabø, gjenvalgt for 1 år Hilde Holter, gjenvalgt for 1 år (leder utvalg for barn og unge) Anbjørg Hellestræ, ikke på valg

Varamedlem	1. Inger Marie Næss, ikke på valg 2. Renate Skredlund, gjenvalgt for 1 år
------------	--

Valgkomite	Bjarte Aasland, gjenvalgt for 1 år 1. komitemedlem Henny Marit Turøy, gjenvalgt for 1 år 2. komitemedlem Inger Meltzer, gjenvalgt for 1 år
------------	--

Styremøter

Styret i Mat & atferd har hatt 11 styremøter via internett. 1. varamedlem har deltatt på de fleste sentralstyremøtene.

- 20. januar
- 29. januar (ekstraordinært ang. avlysning av konferanse)
- 26. februar
- 22. mars
- 20. april
- 11. mai
- 24. august
- 21. september
- 22. oktober (styreseminar)
- 23. november
- 14. desember

Styremedlemmene har i tillegg hatt kontakt via e-post og telefon. Det er behandlet 56 saksnummer i styret.

Medlemsutvikling

Pr 31.12.2020 hadde Mat & atferd følgende medlemsfordeling:
612 betalende medlemmer inkludert familiemedlemmer (773 i 2019)
2 æresmedlemmer
6 bedriftsmedlemsskap

Lokallag	Bet. medl. inkludert familiemedlemmer
Mat & atferd-Østlandet	296 (366)
Mat & atferd-Rogaland	104 (129)
Mat & atferd-Vestland	92 (115)
Mat & atferd -Midt-Norge	83 (95)
Mat & atferd-Nord-Norge	29 (29)
Utenlandske	8
Sum	612

Fjorårets antall står i parentes.

Alle familiemedlemmer er tellende, så lenge hvert familiemedlem omfatter minimum kr. 50 i medlemskontingenten.

Medlemskontingenten for 2020 var:

- Kr. 350 for hovedmedlemsskap
- Kr. 400 for familiemedlemsskap

Lederforum

Opprettet høsten 2015 med alle lokallagsledere og tar opp aktuelle saker som vedrører lokallagene. Forumet deltok på sentralstyrets styreseminar i oktober 2020. Planlegger ett møte pr. halvår.

Utvalg for barn og unge

Det meste av arbeidet til Mat & atferd dreier seg om tiltak for barn og unge. I tillegg har vi et eget utvalg for arbeid med barn og unge. Sentralstyremedlem Hilde Holter har dette som sitt ansvarsområde.

Matkurs for ungdom ble initiert av Mat & atferd-Rogaland for noen år siden og nå er det flere av lokallagene som ønsker å videreføre ideen. Det er en stor utfordring for dem som har levd på diett i mange år og så skal de etter hvert klare seg selv. Kursene gir ungdommene en enkel og riktig sammensetting av kostholdet som er lett å følge.

Fagråd

Fagrådet har ikke møtt i 2020.

Lokallag

Mat & atferd - Østlandet

Innlandet, Oslo, Viken, Vestfold og Telemark og deler av Agder (aust)

Mat & atferd - Midt-Norge Møre og Romsdal og Trøndelag

Mat & atferd - Rogaland omfatter også deler av Agder (vest)

Mat & atferd - Vestland

Mat & atferd – Nord-Norge Nordland, Troms og Finnmark

Økonomi

Mat & atferd fikk i 2020 statlig støtte i form av tilskudd til funksjonshemmedes organisasjoner fra Barne-, ungdom- og familiedirektoratet (BUFdir).

Tilskuddsbeløpet for 2020 utgjorde kr 636 208,-

Mat & atferd søkte om driftsmidler fra Fordelingsutvalget for 2020, men vi takket nei til midlene etter tilsyn om bruken av midler fra tidligere år. Mat & atferd hadde mottatt midler i perioden 2016 – 2019 under forutsetning om at midlene skulle gå til drift av medlemmer under 26 år. Etter tilsyn viste det seg at foreningen hadde misoppfattet bruken av midlene ved at barn og unge skulle delta aktivt i tiltakene. Dette er driftsmidler vi søker for våre medlemmer under 26 år. Siden Mat & atferd er en forening der medlemmene hovedsakelig er familier så var vi sikre på at vi var berettiget den støtten vi fikk, da de fleste tiltak er rettet mot barn og unge.

Etter samarbeid med revisor og Fordelingsutvalget har vi laget en oversikt over bruken av midlene for disse årene i påvente av tilbakebetaling for deler av tilskuddet. Det er avsatt midler til dette i regnskapet.

Det ble søkt om momskompensasjon fra Lotteri- og Stiftelsestilsynet på bakgrunn av hovedorganisasjonens driftsutgifter i 2019.

Momskompensasjon for 2019 utgjorde kr 63 673,-

Det har gitt Mat & atferd økonomi til å ha en administrativ leder i 60 % stilling. I tillegg har vi en journalist og en som lager tekniske løsninger på nett og sosiale medier som freelance.

Utbetalinger til lokallagene:

Returkontingent for 2019 med kr. 60,- pr. medlem til tre av fire lokallag utgjorde **totalt kr 35 400,-** Ett av lokallagene får etterbetalt sin returkontingent i 2021.

Årsregnskapet 2020 viser et driftsresultat på **kr 114 589,-**

Balanseregnskapet viser en egenkapital på kr 28 034,-

Fortsatt drift

Med bakgrunn i organisasjonens egenkapitalsituasjon pr 31.12.20 er årsregnskapet utarbeidet under forutsetningen om fortsatt drift.

Arbeidsmiljø/ytre miljø

Styret anser arbeidsmiljøet i foreningen som bra. Det er ikke iverksatt spesielle tiltak. Ansatte i organisasjonen har ikke vært utsatt for ulykker eller skader i forbindelse med utførelse av arbeidet. Organisasjonen forurenses ikke det ytre miljø.

Andre forhold

Etter et betydelig negativt resultat i 2018 ble balansen delvis gjenopprettet i 2019, slik at vi fikk gjennomført planlagte oppgaver innen årsslutt. Økonomien i 2020 bar ennå preg av de to siste årenes resultat, men dette balanserte seg til et overskudd ved utgangen av 2020. Deler at dette overskuddet ligger i oppgaver som ikke lot seg gjøre på grunn av korona. Foreningen har nå en stabil økonomi.

Likestilling

Mat & atferd har ved utgangen av 2020 en kvinnelig ansatt. Styrets sammensetning har bestått av 4 kvinner og 1 mann i 2020. Varamedlemmene består av 2 kvinner. Organisasjonen tilstreber like rettigheter for kvinner og menn.

Rettsvisende oversikt over utviklingen, resultat og stilling

Styret mener årsregnskapet viser en rettsvisende oversikt over utviklingen i organisasjonens resultat og stilling.

Interessepolitisk arbeid

Styret har i 2020:

Planlagt fagseminar som skulle holdes i mars 2020. Tema for seminaret var Ernæring og læring. Fagseminaret ble besluttet avlyst da det var for få påmeldte.

Styreleder Merete Askim har hatt leserinnlegg i ulike aviser. 11. mai 2020 hadde hun et leserinnlegg i Klassekampen med tittel: «Vi må snakke om kosthold og autisme». I Dagens Medisin, 19. mai, hadde hun en leder med tittel «Autismetjenester forbyr kostveiledning?».

Mye av våren 2020 gikk til å skrive høring til NOU2020:1: «Autismetjenester», sendt inn 3. juli. I vårt høringssvar la vi vekt på medisinske analyser for immunologiske faktorer, ernæringsstatus og matintoleranse, og at det kan gi betydelig samfunnsøkonomisk besparelse opp imot behandling i EIBI (Early Intensive Behavioral Intervention) til 1.309 Mkr totalt per barn. Vår konklusjon: Det er etisk viktig å tilføye de endringer vi påpeker i kommende faglige retningslinjer/pakkeforløp for ASD-tjenester: somatisk komorbiditet, utvidede medisinske analyser og ernæringsvurdering- og tiltak.

<https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/horing-astilling-nou-2020-1/id2697868/?uid=88952f4b-455a-47a6-bfd1-2a8eba0b25b4&fbclid=IwAR1-BLL4jZgVdUbM0IUNEytY1zbM3MNH5uijYkW5kJo9ncidnG47FzxkXQk>

Foreningen har ved flere anledninger fulgt opp NOU2020:1: «Autismetjenester» ved å kontakte myndighetene om informasjon om framdrift av arbeidet med høringen. Vi har ikke lyktes med å få tilbakemelding om dette.

Deler av styret har også jobbet med korte foredrag med ulike tema som blir filmet, der våre fagfolk snakker om aktuelle tema. Dette er noe som vil komme flere av i tiden framover. Filmene legges ut på våre medlemsider på Facebook.

Mat & atferd tok kontakt med Nansen Neuroscience Network (NNN) med forespørsel om å bli medlem. Vi hadde en del positive møter mot slutten av 2020 og søknad om opptak som medlem blir fremmet i starten av 2021.

Mat & atferd samarbeider også nært med foreningen Kostreform om helsepolitiske saker.

Styret har arbeidet med

- Arbeidsprogram/Handlingsplan for 2020 og 2021
- Økonomistyring for 2020 og 2021
- Planlegging og avlysning av konferanse om læring og ernæring i mars 2020
- Landsmøte 24. mai, digitalt på zoom
- Styret følger løpende nyere forskning på fagfeltet

Større eksterne møter/arrangement der Mat & atferd har deltatt i 2020

<i>Dato</i>	<i>Sted og tema</i>	<i>Fra Mat & atferd deltok</i>
Jan 2020	Psykisk helse kongress: Rehabilitering. FFHS, foredrag og stand, Trondheim	Merete Askim og Inger Meltzer
Februar 2020	Konferanse om rus og psykiatri, Folkets Hus, Oslo. Foredrag og stand	Merete Askim, Gunn-Karin Sakariassen og Ingunn Notøy

Møter og likepersonsarbeid for medlemmene

Likepersonsarbeidet er organisert forskjellig i de ulike regionene. Dette på grunn av ulik størrelse og ulik progresjon i likepersonsarbeidet. Det arbeides med å samle erfaringene og på sikt å strømlinjeforme grunnlaget for likepersonsarbeidet. Vi ønsker samtidig at det lokale særpreg og engasjement skal bevares.

Mye av vårt arbeid innebærer formidling av erfaringer til nye medlemmer og da er målet vårt å kunne formidle kontakt til en lokal likeperson eller en likeperson med de samme erfaringer om vår problematikk. Målene med likepersonskurs er å rekruttere flere medlemmer til foreningen og å engasjere våre medlemmer til å forbli medlemmer. Det å gjennomføre likepersonskurs der man blir trent i å være en likeperson, i tillegg til å bli kurset i problematikken og få med seg nyttige matkurs, er av stor betydning for det lokale arbeidet videre. Likepersonsarbeid er en prioritert oppgave i alle lokallagene. Likepersonsarbeidet foregår på medlemsmøter, telefon, via e-post, guidet handledurer, matkurs og direkte kontakt.

I 2020 hadde Mat & atferd 33 registrerte likepersoner. Det ble ikke arrangert likepersonskurs i 2020 på grunn av koronarestriksjoner.

Lokallagene

Mat & atferd - Østlandet:

Grunnet koronasituasjonen i landet, har det vært lite aktiviteter i lokallaget.

Medlemsbrev med invitasjon til medlemsmøte på zoom 15.9.20.

Medlemsmøte med lege Geir Flatabø som gjest på zoom 15.9.20. Kun styret deltok.

Vi deltok med stand på Høstkonferansen 17-18.10.2020 Thon Hotel Sandvika.

Vanlige deltagere på Naturterapeutkonferansen Sundvollen 30.10-2.11.2020

Mat & atferd - Rogaland:

I etterkant av årsmøtet i 2020 delte vi erfaringer om hvordan leve med diett i hverdagen. Det kommer stadig nye produkter på markedet. Styret kunne tilby ulike smaksprøver og flere hadde med seg nye produkter og ulike kokebøker å vise frem. Det ble også delt ut oppskrifter på smaksprøvene.

Styret ønsket også dette året å arrangere sosial matkveld for ungdom som går på diett. Medlemmer fra 13 år og oppover ble invitert til å lage mat sammen i lokalene til Kvaleberg barnehage den 3. november. Styret planla kveldens innhold og deltok som veiledere for de 7 deltakerne. Styret lurte lenge på om matkvelden lot seg gjennomføre pga smittevernregler. Heldigvis fikk vi gjennomført kvelden og har fått gode tilbakemeldinger fra deltakerne i etterkant.

Årets julebord var planlagt til 14. november, men ble nødt til å avlyse dette arrangementet pga covid-19.

Mat & atferd - Vestland:

Covid-19 og nedstenging av landet medførte liten aktivitet i 2020, flere medlemsmøter måtte avlyses, og årsmøtet utsettes. Det er avholdt et styremøte, ellers har det vært kontakt pr. telefon og e-post ved behov.

I samarbeid med Forbundet Tenner og Helse Vestland ble det 12. februar 2020 avholdt medlemsmøte der ernæringsrådgiver Heidi Grande var foredragsholder. Tema var mikrobiom og mikrobiomtesting. Neste arrangement var profileringsstand på Alternativmessen Sunn Livsstil på Radisson Blu Royal Hotel, 6.-8. mars.

Mat & atferd - Midt-Norge:

Styret har hatt fire møter: 14.januar, 4.mars, 18. mars og telefonmøte 24.oktober.

Styret v/ Merete Askim og Inger Meltzer, har deltatt med stand på Faglig Forum sin årlige kongress i Trondheim, Tema: Rehab 2020: 27.-29.januar. I den forbindelse hadde Merete Askim innlegg på parallellsesjon om matintoleranse tirsdag 28. januar.

14.januar	Sosial kveld, medlemserfaring, Brøset	5 deltagere
26.oktober	Kurskveld med legene Hexeberg, Thora Storm VGS påmeldt	80 deltagere
29.september	Pratekveld med medlemmene på nett	2 deltagere

Styret har sendt ut 15 nyhetsbrev til sine medlemmer i løpet av 2020. Kurskvelden med Hexeberg i oktober ga foreningen også en liten inntekt. Kurset er planlagt også i 2021.

Mat & Atferd i Midt- Norge hadde delegat Sonja Riiber til Landsmøtet 2020.

Mat & atferd - Nord-Norge:

Lokallaget har ikke vært aktiv i 2020.

Media

Hjemmesiden

Har hatt stor aktivitet på hjemmesiden hele året, med aktuelle artikler, intervjuer og oppskrifter.

Facebook

Mat & atferd har Facebook-side med stor aktivitet med hyppig deling av innlegg. Foreningen har også egen medlemsside kun for betalende medlemmer: - Mat & atferd Medlemsgruppe. I tillegg

har vi en side for utveksling av matoppskrifter: - Praktiske råd om hvordan leve gluten og melkefritt.

Instagram

Vi har også gjenopprettet kontoen vår på Instagram, der nyheter og tips blir offentliggjort i samsvar med det som legges ut på Facebook og hjemmesiden.

Nyhetsbrev

I 2020 har vi sendt ut nyhetsbrev en gang i måneden til medlemmene via e-post. Nyhetsbrevene inneholder aktuell informasjon, matoppskrifter og beskrivelser av medlemsfordeler. Det ble sendt ut 9 nyhetsbrev i 2020. Dette erstatter det gamle medlemsbladet; PIF-nytt.

Medlemsfordeler

Foreningen har samarbeidsavtaler med en rekke andre instanser. Våre medlemmer får nå fordeler ved å nytte seg av tilbud fra Lab1, Fedon Helse og Storestølen fjellstue. I tillegg samarbeider Mat & atferd med Kostreform og Helsemagasinet. Medlemsfordelene er nærmere beskrevet på foreningens hjemmeside og Facebookside.

Landsmøtet 2020

Landsmøtet i 2020 ble holdt digitalt på zoom, 24. mai. Lokallagene har hatt sine egne program. Det har vært arrangert bl.a. foredrag, matkurs, medlemsmøter og årsmøter. Dette kommer også frem i deres årsmeldinger.

Oslo, 9. mai 2021

Merete Askim

styreleder
Merete Askim

Gunn-Karin Sakariassen

nestleder
Gunn-Karin Sakariassen

Anbjørg Hellestræ

styremedlem
Anbjørg Hellestræ

Hilde Holter

styremedlem
Hilde Holter

Geir Flatabø

styremedlem
Geir Flatabø

Inger Marie Næss

1.varamedlem
Inger Marie Næss

Signatur: Merete Askim
Merete Askim (26. May. 2021 16:05 GMT+2)
E-post: merete.askim@gmail.com

Signatur: Hilde Holter
Hilde Holter (26. May. 2021 16:29 GMT+2)
E-post: hilde.holter@lyse.net

Signatur: Anbjørg Hellestræ
Anbjørg Hellestræ (26. May. 2021 18:58 GMT+2)
E-post: anbjorg.m.h@gmail.com

Signatur: gunn-karin sakariassen
gunn-karin sakariassen (26. May. 2021 16:11 GMT+2)
E-post: gunn.karin@naturbygg.no

Signatur: Geir Flatabø
Geir Flatabø (26. May. 2021 18:46 GMT+2)
E-post: geir.flatabo@gmail.com

Signatur: Inger M. Næss
Inger Marie Næss (26. May. 2021 20:19 GMT+2)
E-post: ingerm59@gmail.com





Årsberetning 2020

Endelig revisjonsrapport

2021-05-26

Opprettet:	2021-05-26
Av:	Ingunn Lisbeth Notøy (post@matogatferd.no)
Status:	Signert
Transaksjons-ID:	CBJCHBCAABAAZFjtFUuNWyG_JXwnE5S1mdQyp73ulLrx

"Årsberetning 2020"-historikk

-  Dokument opprettet av Ingunn Lisbeth Notøy (post@matogatferd.no)
2021-05-26 - 13:59:27 GMT - IP-adresse: 84.212.223.193
-  Dokument sendt via e-post til Merete Askim (merete.askim@gmail.com) for signering
2021-05-26 - 14:03:47 GMT
-  E-postmelding vist av Merete Askim (merete.askim@gmail.com)
2021-05-26 - 14:03:58 GMT - IP-adresse: 66.102.9.81
-  Dokument e-signert av Merete Askim (merete.askim@gmail.com)
Signaturdato: 2021-05-26 - 14:05:57 GMT - Tidskilde: server- IP-adresse: 89.8.243.228
-  Dokument sendt via e-post til gunn-karin sakariassen (gunn.karin@naturbygg.no) for signering
2021-05-26 - 14:05:58 GMT
-  E-postmelding vist av gunn-karin sakariassen (gunn.karin@naturbygg.no)
2021-05-26 - 14:10:40 GMT - IP-adresse: 213.52.92.73
-  Dokument e-signert av gunn-karin sakariassen (gunn.karin@naturbygg.no)
Signaturdato: 2021-05-26 - 14:11:58 GMT - Tidskilde: server- IP-adresse: 213.52.92.73
-  Dokument sendt via e-post til Hilde Holter (hilde.holter@lyse.net) for signering
2021-05-26 - 14:12:00 GMT
-  E-postmelding vist av Hilde Holter (hilde.holter@lyse.net)
2021-05-26 - 14:28:57 GMT - IP-adresse: 46.230.141.41
-  Dokument e-signert av Hilde Holter (hilde.holter@lyse.net)
Signaturdato: 2021-05-26 - 14:29:44 GMT - Tidskilde: server- IP-adresse: 46.230.141.41
-  Dokument sendt via e-post til Geir Flatabø (geir.flatabo@gmail.com) for signering
2021-05-26 - 14:29:46 GMT

 E-postmelding vist av Geir Flatabø (geir.flatabo@gmail.com)

2021-05-26 - 16:45:31 GMT - IP-adresse: 66.102.9.85

 Dokument e-signert av Geir Flatabø (geir.flatabo@gmail.com)


Signaturdato: 2021-05-26 - 16:46:40 GMT - Tidskilde: server- IP-adresse: 37.18.52.115

 Dokument sendt via e-post til Anbjørg Hellestræ (anbjorg.m.h@gmail.com) for signering

2021-05-26 - 16:46:41 GMT

 E-postmelding vist av Anbjørg Hellestræ (anbjorg.m.h@gmail.com)

2021-05-26 - 16:56:19 GMT - IP-adresse: 66.102.9.81

 Dokument e-signert av Anbjørg Hellestræ (anbjorg.m.h@gmail.com)

Signaturdato: 2021-05-26 - 16:58:11 GMT - Tidskilde: server- IP-adresse: 109.247.65.22

 Dokument sendt via e-post til Inger Marie Næss (ingerm59@gmail.com) for signering

2021-05-26 - 16:58:13 GMT

 E-postmelding vist av Inger Marie Næss (ingerm59@gmail.com)

2021-05-26 - 18:12:30 GMT - IP-adresse: 66.102.9.83

 Dokument e-signert av Inger Marie Næss (ingerm59@gmail.com)

Signaturdato: 2021-05-26 - 18:19:06 GMT - Tidskilde: server- IP-adresse: 46.9.100.172

 Avtale fullført.

2021-05-26 - 18:19:06 GMT