



NORSK PROTEININTOLERANSE FORENING  
v / Styreleder Merete Askim  
Administrativ leder: Ingunn Notøy

Organisasjonsnr: 980 252 256  
Bankgiro: 5083 06 02795  
E-brev: [post@npif.no](mailto:post@npif.no)  
[www.npif.no](http://www.npif.no)

## ÅRSBERETNING 2013 NORSK PROTEININTOLERANSE FORENING

### ***Virksomhetens art***

*NPIF er en landsdekkende forening med lokallag. Pr i dag har vi 5 lokallag. NPIF jobber for å legge forholdene best mulig til rette for personer med proteinintoleranse i Norge. Organisasjonen er lokalisert i Oslo.*

### **Sentralstyrets sammensetning 2013, valgt på landsmøte 14. april 2013**

Leder	Merete Askim, ikke på valg
Nestleder	Geir Flatabø, gjenvalgt for 2 år
Medlem	Mette Lohne Hauge, gjenvalgt for 2 år Brita Helleborg, ikke på valg Bjarte Aasland, gjenvalgt for 2 år
Varamedlem	Tone Bjørnsen, ikke på valg Line Edvardsen, ikke på valg Sverre Kvilhaug, gjenvalgt for 2 år
Valgkomite	Grete Løland, leder, ikke på valg Hildegun Flatabø, ikke på valg Annefloor Braat, valgt for 2 år

## Styremøter

Styret i NPIF har hatt 11 styremøter via Skype eller ved direkte oppmøte (styreseminar og i forkant av landsmøtet). 1. varamedlem har deltatt på alle sentralstyremøter.

21. januar  
10. februar (styreseminar)  
25. februar  
18. mars  
13. april (i forkant av Landsmøtet)  
22. april  
27. mai  
22. august  
7. oktober  
6. november  
2. desember

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

## Medlemsutvikling

Pr 31.12.2013 hadde NPIF følgende medlemsfordeling:

542 hovedmedlemsskap (531 i 2012)

576 familiemedlemmer (568 i 2012)

3 gratisabonnement

9 bedriftsmedlemsskap

Lokallag	Hovedmedlemsskap	Familiemedlemmer	Sum
NPIF-Østlandet	281	204	485
NPIF-Rogaland	61	116	177
NPIF-Hordaland	77	66	143
NPIF-Midt-Norge	78	66	144
NPIF-Troms	45	24	69
		<b>Total sum</b>	<b>1018</b>

Et familiemedlemskap tilsvarer 2 familiemedlemmer.

### Medlemskontingenten for 2012 var:

Kr. 300 for hovedmedlemsskap

Kr. 350 for familiemedlemskap

## Lokallag

### **NPIF- Østlandet**

Oppland, Hedmark, Oslo, Akershus, Vestfold, Buskerud, Telemark, Østfold og Vest Agder

### **NPIF-Midt-Norge**

Møre og Romsdal, Sør- og Nord Trøndelag

**NPIF- Rogaland** og Aust-Agder

**NPIF - Hordaland** omfatter også Sogn og Fjordane

**NPIF – Troms** omfatter også Nordland og Finnmark

## Økonomi

NPIF fikk i 2013 statlig støtte i form av tilskudd til funksjonshemmedes organisasjoner fra Barne-, ungdom- og familiedirektoratet (BUFdir).

**Tilskuddsbeløpet for 2013 utgjorde kr.545.678,-**

NPIF fikk i 2013 statlig støtte til ordinært likemannsarbeid, og for første gang til arbeidsretta likemannsarbeid.

**Tilskuddsbeløpet for 2013 utgjorde kr. 50.000,- for ordinært likemannsarbeid og kr. 30.000,- for arbeidsretta likemannsarbeid.**

Det har gitt NPIF økonomi til å ha en administrativ leder og redaktør for medlemsbladet PIF-nytt i halve stillinger.

### **Utbetalinger til lokallagene:**

Returkontingent for 2012 ble utbetalt i 2013 med kr. 50,- pr. medlem til NPIF- Østlandet, NPIF- Rogaland, NPIF-Midt-Norge, NPIF- Hordaland og NPIF- Troms. **Totalt kr.40.750,-**

Det er for 2013 ikke utbetalt tilskudd for lokalt likemannsarbeid til lokallagene.

**Årsregnskapet 2013** viser et underskudd på **kr.72.927,-**

**Balanseregnskapet viser en egenkapital på kr.91.311,-**

Dette gir tilfredsstillende likviditet til å dekke løpende utgifter som lønn etc. før tilskuddsbeløpet for 2014 blir utbetalt.

## **Fortsatt drift**

*Med bakgrunn i organisasjonens egenkapitalsituasjon pr 31.12.13 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 forurensar ikke det ytre miljø.*

## **Andre forhold**

Det er etter det styret kjenner til ikke inntrådt forhold etter regnskapsårets utgang som har betydning for foreningens stilling og resultat.

## **Likestilling**

NPIF har ved utgangen av 2013 en kvinnelig og en mannlig ansatt. Styrets sammensetning består av 5 kvinner og 3 menn. Organisasjonen tilstreber like rettigheter for kvinner og menn.

## **Rettvisende oversikt over utviklingen, resultat og stilling**

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

## **Styret har arbeidet med**

- Styreseminar, 10. februar på Gardermoen
- Likemannskurs 12. til 14. april, Sørmarka konferansesenter, Akershus
- Landsmøte 14. april, Sørmarka konferansesenter, Akershus
- Utarbeidet planer for samarbeid med andre foreninger, nasjonalt og innad i Norden.
- Startet diskusjon om GAPS; Gut and Psychology syndrome
- Skrevet høringsuttalelse til nasjonalfaglige retningslinjer om ADHD
- Utarbeide tekster til annonsekampanje foreningen har fått i gave og som skal trykkes i Dagens Næringsliv i 2014.

## **Større eksterne møter/arrangement der NPIF har deltatt i 2013**

<b>Dato</b>	<b>Sted og tema</b>	<b>Fra NPIF deltok</b>
Jan 2013	Psykisk helse kongress: Rehabilitering. FFHS, foredrag og stand, Trondheim	Merete Askim og Johnny Carlsen
Jan 2013	Frivillighet Norge, topplederkonferanse	Ingunn Notøy
Februar	Småtrollmessa, Trondheim. Stand og foredrag	Merete Askim, Ann Kristin Rogstad og Inger Meltzer
April 2013	Vårseminaret Biologisk Medisin, foredrag og stand	Geir Flatabø, Ingunn Notøy, Johnny Carlsen
Mai 2013	Skrevet innlegg i PIF-nytt om indre ro.	Bjarte Aasland
Juni 2013	Symposium BMLab, foredrag og stand Debattinnlegg i Adresseavisen	Geir Flatabø, Johnny Carlsen Merete Askim Merete Askim
August 2013	Intervjuet av Tara ukeblad	Mette Lohne Hauge
August 2013	Amaliedagene, Aurora, foredrag og stand Debattinnlegg, Adresseavisen	Geir Flatabø, Ingunn Notøy. Merete Askim
Sept. 2013	Helsemessa, Trondheim. To foredrag og	Merete Askim, Ann Kristin

	stand	Rogstad og Inger Meltzer
Oktober 2013	Nordisk naturmedisinsk fagkongress, Sundvolden hotell, stand	Johnny Carlsen, Hildegun Flatabø
	Forelesning i matvareallergi, HiST	Merete Askim
Nov 2013	Informasjonsmøte om nytt regelverk i BUFdir	Ingunn Notøy
	Info møte for studenter med ADHD, NTNU	Merete Askim
Nov 2013	Symposium for 80 års dagen til Karl L. Reichelt, Rikshospitalet. Flatabø holdt foredrag om NPIF	Merete Askim, Geir Flatabø, Johnny Carlsen, Ingunn Notøy
Des 2013	Årsmøte i Frivillighet Norge	Ingunn Notøy
Des 2013	Møte med Helseministeren i forbindelse med innspill til Nasjonal helse- og sykehusplan	Ingunn Notøy

## Møter og likemannsarbeid for medlemmene

Det sentrale likemannskurset ble holdt på Sørmarka konferansesenter i Akershus, 14.-16. april. Medlemmer fra de fleste lokallagene var representert, med hovedvekt av medlemmer fra NPIF-Østlandet. Foruten innføring i generelt likemannsarbeid ble det holdt faglige foredrag av nestleder Geir Flatabø og styreleder Merete Askim. Til slutt hadde redaktør Johnny Carlsen et foredrag om motivasjon. Dette var første året likemannskurset ble arrangert uten at vi hadde matkurs parallelt. Vi hadde nær kontakt med kjøkkenet og vi fikk servert god og trygg mat. I tillegg har NPIF deltatt ved en rekke konferanser der vi har hatt stand og i de fleste av dem har enten leder eller nestleder holdt foredrag. På den måten er vi blitt mer kjent og har kommet bredere ut i 2013 enn tidligere.

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

Mål for sentralt likemannskurs var å rekruttere flere likemenn til foreningen. Mye av vårt arbeid innebærer formidling av erfaringer til nye medlemmer og da er målet vårt å kunne formidle kontakt til en lokal likemann eller en likemann med de samme erfaringer om vår problematikk. Det å gjennomføre sentrale likemannskurs der man blir trent i å være en likemann, i tillegg til å bli kurset i vår problematikk og få med seg nyttige matkurs, er av stor betydning for det lokale

arbeidet videre. Likemannsarbeidet foregår på medlemsmøter, telefon, via e-post, guidet handleturer, matkurs og direkte kontakt.

I 2013 hadde NPIF 36 aktive likemenn.

### **NPIF-Østlandet:**

NPIF-Østlandet hadde 281 hovedmedlemskap og 204 familiemedlemskap i 2013.

Aktivitetsskalender for NPIF-Østlandet 2013

### **Februar:**

Solveig Curran holdt helgekurs om kosthold og matintoleranse i Fredrikstad

### **Mars:**

Årsmøteforedrag av Karl L. Reichelt i Oslo

Jens Veiersted holdt foredrag om hvordan moderne mat påvirker vår helse. «Spiser du deg syk?».

### **April:**

Hildegun Flatabø holdt kurs om proteinintoleranse del 1 og 2, med masse smaksprøver

Tone Glestad måtte dessverre avlyse foredraget om Sukkeravhengighet

### **Juni:**

Solveig Curran holdt helgekurs om kosthold og matintoleranse i Oslo.

Hildegun Flatabø ledet en guidet handletur på Grønland.

Sommertreff på restaurant Thai Orchid etter handleturen.

Mari-Ann Nordlien fra styret vårt holdt foredrag under Amaliedagene.

### **November:**

Stein Julius holdt MATKURS FOR MENN, et grunnkurs i gluten- og melkefri mat (middag) i WSOs lokaler. Hadde også invitert til matkurs i oktober, som ble avlyst.

### **November:**

Jan Erik Eriksen holdt foredrag om "Kropp i balanse", med mulighet for fettsyrestesten og tilbud på San Omega 3. Førjultreff på Thai Orchid etter foredraget.

Tove Holthe fra Sanabona holdt flere Dehydratorkurs for oss. Det ble laget muslibarer, kjeks, tørket frukt og grønnsakbrød som kan være fint å ha med på jobb, reise og tur.

Solveig Curran holdt helgekurs i Oslo samt kveldskurs i Eiker og Østfold.

Vi sendte ut invitasjon til Skandinavisk fagseminar i Biologisk Medisin i oktober, samt invitasjon til et Kreativt Verksted som ble holdt hver torsdag utover hele høsten,

i regi av Aurora Støtteforening. Vi sendte også ut invitasjon til Madhu's Raw food kakekurs & julegodteri + varmende raw oppskrifter.

**NPIF-Rogaland:**

Styret har avholdt to styremøter i tillegg til at styret i perioder har hatt jevnlig kontakt på mail. Samarbeidet i styret har vært svært bra. Pr. 31.des. 2013 var det registrert 116 familiemedlemskap og 61 hovedmedlemsskap.

Etter årsmøtet 19. mars på personalrommet til Lassa skole holdt et medlem som er lege et foredrag med temaet: «Mat som medisin. En mors og leges betraktninger». 25 tilhørere fikk høre om hvordan hun som mor hadde opplevd sønnens utvikling fra å være et barn med klare autistiske trekk til å bli en godt fungerende skolegutt. Hun kom med mange interessante og praktiske eksempler for de interesserte tilhørerne.

Den 24. april fant vårens matkveld sted på skolekjøkkenet til Lassa skole der 30 små og store kokker deltok. Sofie Roth hadde ansvar for opplegg og meny. Hovedtema for kvelden var asiatiske matretter. Men en herlig sjokoladepudding ble også denne gangen tatt med til stor glede for deltakerne. Alle matrettene som ble laget var uten gluten, melk og soyaprotein.

På høstens foredragskveld 29. oktober på personalrommet til Lassa skole fikk vi besøk av lederen i NPIF, Merete Askim. Temaet for foredraget var «Autisme og kosthold». Det kom mange spørsmål fra tilhørerne etter foredraget, og ulike problemstillinger relatert til proteinintoleranse ble berørt i løpet av kvelden.

På årets julebord i Madla bydelshus 17. november deltok hele 65 store og små. Styret, i tillegg enkelte andre medlemmer, sørget for rikelige mengder av blant annet gryteretter, karbonader, røykelaks, eggerøre, spekemat og salat. Kvelden inneholdt dessuten utlodning, konkurranse, allsang og aktiviteter for de minste. Vi hadde som avslutning satset på hjemmebakst av store og små kaker, og alle kakene forsvant temmelig raskt.

**NPIF-Hordaland:****Styremøter**

Det har vært avholdt 4 styremøter i perioden, i tillegg har styret kommunisert på telefon og e-post. Det har vært avholdt tre medlemsmøter i samarbeid med Forbundet Tenner og Helse Hordaland. Til de annonserte matkursene var det liten oppslutning, noen ble derfor ikke avholdt. Delegat til landsmøtet i NPIF 2013: Dag Einar Liland og Randi Dyrstad Støle.

**Medlemmer**

NPIF Hordaland har 149 betalende medlemmer pr. 31.12.2013, av disse er 77 hovedmedlemsskap og 66 familiemedlemskap.

**Likemannsarbeid**

NPIF Hordaland har flere likemenn som kan kontaktes. Både styret og likemennene kan hjelpe de som ønsker det med praktiske råd og støtte, for eksempel handlehjelp. Navn og telefon nr. finnes på hjemmesiden, eller en kan ta kontakt på e-post: hordaland@npif.no.

### **NPIF-Midt-Norge:**

#### **Styremøter:**

Styret i NPIF-Midt-Norge har hatt 3 nettmøter dette året og ett møte i forbindelse med årsmøtet 7. mars 2013.

#### **Medlemstall**

31.12.13 hadde NPIF-Midt-Norge 78 hovedmedlemskap og 66 familiemedlemskap.

Styret i Midt-Norge har:

Deltatt på Småtrollmessa 23.-24. februar + innlegg der av Merete

Merete har hatt innlegg på Psykisk Helsekongress

Deltatt på Helsemessa 27.- 29. september + innlegg der av Merete

Foredrag på Høgskolen i Sør-Trøndelag om matallergi

Nestleder deltok på landsmøtet i NPIF som delegat fra vårt lokallag

Merete har vært aktiv med innlegg i Adresseavisen, 26. juni og 8. august angående matintoleranse.

Hatt 4 medlemsmøter i høstsemesteret på Voll 4-H gård

**NPIF-Troms:** Lokallaget har sitt årsmøte etter landsmøtet.

NPIF-Troms hadde 24 familiemedlemskap og 45 hovedmedlemmer i 2013.

### **Media**

Merete Askim har vært aktiv med innlegg i Adresseavisen, 26. juni og 8. august angående matintoleranse. Merete Askim var også med i et debattprogram i NRK Ytring om mattrender, «Når mat blir for viktig», 4. desember.

Mette Lohne Hauge ble intervjuet i ukebladet Tara. Bjarte Aasland skrev innlegg i PIF-nytt om "Kurs i Indre Ro, kosthold og psykisk helse" på Akinon Center, Spania.

Geir Flatabø ble intervjuet i «Vi over 60» om kosthold og helse.

### **PIF-nytt**

Utkom med 4 nr i 2013



Johnny Carlsen var redaktør for alle utgavene. Merete Askim er ansvarlig redaktør.

### **Landsmøtet 2013**

Landsmøtet i 2013 ble holdt på Sørmarka konferansesenter i Akershus. I tillegg til de faste sakene ble sak om endring i vedtektene for lokallagene behandlet og vedtatt endret.

Det ble også drøftet at foreningen i 2013 skal bli mer synlig ved å delta på flere konferanser med foredrag og stand.

Lokallagene har hatt sine egne program. Det har vært arrangert bl.a. foredrag, matkurs, medlemsmøter, julebord og årsmøter. Dette kommer også frem i deres årsmeldinger. Aktiviteten har økt i noen av lokallagene, selv om en i små foreninger som NPIF klart merker at en gjerne skulle sett flere medlemsaktiviteter.

Sørmarka, 6. april.2014

---

styreleder  
Merete Askim

---

Nestleder  
Geir Flatabø

---

styremedlem  
Brita Helleborg

---

styremedlem  
Bjarte Aasland

---

styremedlem  
Mette Lohne Hauge

---

1.varamedlem  
Tone Bjørnsen