



Vi setter
glutenfritt på
dagsordenen!



NORSK CØLIAKIFORENING





NORSK CØLIAKIFORENING

Utgitt av:	Norsk cøliakiforening (2015), 3. utgave 2020
Besøksadresse:	Akersgata 8, Oslo
Postadresse:	Postboks 351 - Sentrum, 0101 Oslo
Telefon:	22 40 39 00
E-post:	post@ncf.no
Hjemmeside:	www.ncf.no
Datterorganisasjon:	Norsk cøliakiforenings ungdom
Medlem av:	The Association of European Coeliac Societies, Hovedorganisasjonen Virke og Frivillighet Norge
Grafisk produksjon:	Jo Guribye
Trykking:	Polinor AS

A close-up photograph of a wooden rolling pin lying diagonally across a wooden surface. The rolling pin and the surface are heavily dusted with a fine white powder, likely flour, which is scattered in a dense layer across the entire scene. The lighting is soft, highlighting the texture of the wood and the powdery substance.

*Norsk cøliakiforening er en forening
for personer med glutenintoleranse.
Glutenintoleranse er en fellesbetegnelse
for cøliaki, hudsykdommen dermatitis
herpetiformis (DH), ikke-cøliakisk
glutensensitivitet og hveteallergi.
NCF er også til for alle berørte
og de som ønsker å støtte oss.*

Landsmøtet er NCFs høyeste organ, og arrangeres annet-hvert år.

Landsstyret består av sentralstyremedlemmer og fylkesledere, og møtes 1–2 ganger i året. Det året landsmøtet ikke holdes er landsstyret NCFs høyeste organ.

Sentralstyret velges av landsmøtet, og er foreningens utøvende myndighet mellom landsmøtene.

Sekretariatet består av hel- og deltidsansatte, og har kontor i Oslo. Sekretariatet har ansvar for foreningens daglige drift og skal gjennomføre vedtak som landsmøtet, landsstyret og sentralstyret gjør.

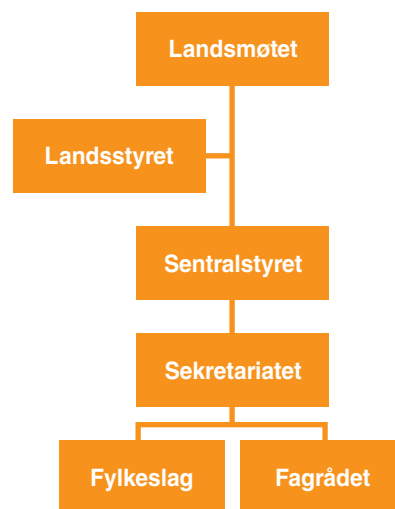
Fylkeslagene er ansvarlige for likepersontjenesten og arrangerer medlemsmøter med faglig innhold, sosiale arrangementer og bakekurs i samarbeid med Det glutenfrie kjøkken. NCF har fylkeslag i alle fylker, og medlemmene sorteres under disse.

Fagrådet består av tre leger, to ernæringsfysiologer og en brukerrepresentant. Fagrådet gir NCF råd i faglige spørsmål, fremmer egne saker og jobber mot det medisinske miljøet og myndighetene.

Medlemsgruppen 0–14 år, NCF Junior, har et eget styre som i hovedsak skal fremme forslag og tiltak som fylkeslagene kan gjøre for aldersgruppen mellom 0–14 år.

Forskningsfondet for cøliaki er en egen stiftelse som ble etablert i 1979 med formål å fremme forskning innen medisinsk, ernæringsmessig og sosial sektor. Fondet deler ut stipend ved hjelp av innsamlede midler og gaver, og har et eget styre som forvalter kapitalen og foretar utdeling en gang i året.

Norsk cøliakiforenings ungdom er NCFs selvstendige datterorganisasjon, og er for medlemmer mellom 15 og 26 år. For mer informasjon, se www.ncfu.no.



Norsk cøliakiforening

– hvem er vi?

Norsk cøliakiforening (NCF) er en forening for personer med glutenintoleranse. I dag antas det at 7–8 % av befolkningen i Norge ikke tåler gluten. Alle disse har en form for glutenintoleranse. Glutenintoleranse er en fellesbetegnelse for cøliaki, hudsykdommen dermatitis herpetiformis (DH), ikke-cøliakisk glutensensitivitet og hveteallergi. NCF er også til for alle berørte og de som ønsker å støtte oss.

NCF jobber for å bedre livskvaliteten til personer med glutenintoleranse. Vi har blant annet fokus på å informere om glutenintoleranse og hvordan leve med det, bidra til et større utvalg av glutenfrie produkter samt bedre kunnskap og tilbud på spise- og overnattingssteder, institusjoner, matkjeder, skoler og barnehager. Vår oppgave

er også å jobbe politisk, samarbeide med medisinske og dietetiske fagmiljøer, fremme forskning og ny kunnskap om fagfeltet og knytte nasjonale og internasjonale kontakter.

Medlemmene våre bidrar økonomisk med medlemskontingent (pliktig) og loddsalg (frivillig). I tillegg får NCF lovfestet økonomisk støtte fra det offentlige samt at det søkes økonomiske bidrag fra forskjellige instanser. Dette gir mulighet for et omfattende arbeid for medlemmene og deres interesser. Dette har vært vår oppgave siden NCF ble etablert i 1974.

Hva gjør vi?

NCF jobber aktivt for å ivareta interessene til personer med glutenintoleranse!

Et godt glutenfritt
tilbud i samfunnet

Likepersonarbeid

Bakekurs

Lisensiering av produkter

Forskning

Nettprat

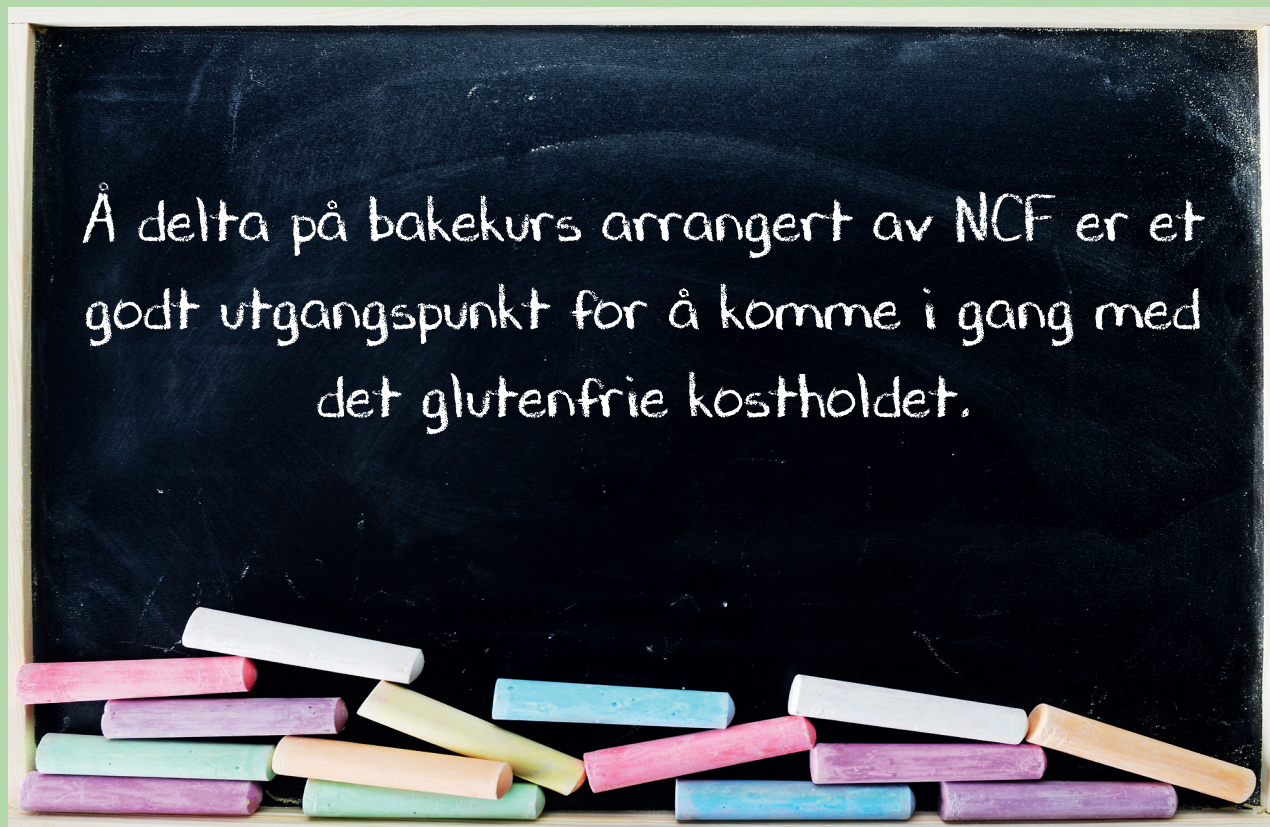
Opplysningsarbeid

Årets glutenfrie
bedrift

Cøliakidagen

Samarbeid med
produsenter og
leverandører

Cøliakiuka

**Kompetanseheving en av NCFs mest prioriterte oppgaver:**

NCF har utviklet kurs til leger og helsepersonell slik at flere får riktig diagnose, oppfølging og kostholdsveiledning. Vi har også utviklet kurs til kjøkkenpersonell for å sikre trygg glutenfri mat der mat serveres, og til ansatte på skole og i barnehage for å sikre trivsel og trygghet for barn med behov for glutenfri mat.

Likepersonarbeid: NCF har et stort antall likepersoner som i hovedsak bidrar for nydiagnostiserte, enten direkte til enkeltpersoner eller på kurs. På kurs får man informasjon om glutenintoleranse, glutenfritt kosthold og hvordan leve godt med glutenintoleranse.

Bakekurs: Å delta på et bakekurs er et godt utgangspunkt for å komme i gang med det glutenfrie kostholdet. Det er stor etterspørsel etter disse kursene over hele landet, og jevnt over deltar mange årlig på våre kurs. Kursene er åpne for alle, og medlemmer får redusert pris. For mer informasjon, se www.ncf.no.

Opplysningsarbeid: NCF driver aktivt med opplysningsarbeid ut mot helsesektoren. Målet er færre udiagnostiserte. Å gå med plager over lengre tid kan på sikt få alvorlige konsekvenser.

Forskning: I løpet av de siste årene har det vært stor fremgang innen forskning. Vi har i dag bred kunnskap om cøliaki og hvordan immunsystemet reagerer på gluten. Men det gjenstår fortsatt mange uløste spørsmål. I Norge har vi et aktivt forskningsmiljø innen glutenintoleranse, og norske forskere er med i internasjonale prosjekter. Norske forskere er også ettertraktede foredragsholdere på kongresser rundt om i verden. Stiftelsen Forskningsfondet for cøliaki, som ble etablert i regi av NCF i 1979, deler ut forskningsstipend en gang i året.

Lisensiering av produkter – gir økt

trygghet: Gjeldende EU-direktiv kategoriserer glutenfrie produkter i to grupper: «Glutenfritt» (< 20 ppm) og «Svært lavt gluteninnhold» (mellom 20 og 100 ppm). NCF har inngått en avtale med the Association of European Coeliac Societies (AOECS) angående et europeisk lisenssystem for gruppen «Glutenfritt». Gjennom avtalen har NCF rettighetene til å lisensiere glutenfrie produkter i Norge, og norske produsenter må lisensiere via NCF.

Ved å lisensiere produktene sine kan produsenter benytte Crossed Grainsymbolet på emballasjen. I prosessen må produsentene teste produktene og få godkjent produksjonslinjen. Crossed Grain-symbolet er det mest anerkjente glutenfrie symbolet som er i bruk, og ved å benytte dette vil forbrukerne raskt og enkelt se at det er et trygt produkt. Det er ikke obligatorisk å merke glutenfrie produkter med symbolet, men alle spesialproduserte glutenfrie produkter skal merkes som glutenfrie.



Nettprat: Hver onsdag kan alle som har spørsmål om glutenintoleranse få svar fra medisinsk ekspertise. Spørsmål kan legges ut på www.ncf.no/nettprat når som helst. Man kan også søke på spørsmål og svar fra tidligere nettprater.

Samarbeid med produsenter og leverandører: Årlig arrangerer NCF et felles møte med produsenter og leverandører av glutenfrie produkter. Her informerer NCF blant annet om fremtidige aktiviteter og resultater av gjennomførte aktiviteter. Det diskuteres felles saker og produsentene og leverandørene kommer med spørsmål og innspill.

Årets glutenfrie bedrift: NCF deler ut denne prisen hvert år. Den skal stimulere aktørene i bransjen og hedre de som utmerker seg. Prisen er delt inn i kategoriene «Serveringssted», «Konditori» og «Produsent». Medlemmer og andre kan nominere spisesteder og konditorier som de synes utmerker seg når det gjelder glutenfri tilrettelegging. Produsenter tilskrives direkte fra NCF, og kan nominere seg selv.

Cøliakiuka og cøliakidagen: Hvert år setter NCF fokus på glutenintoleranse og glutenfri mat under cøliakidagen, 16. mai, og cøliakiuka i september. Målet er å spre informasjon om glutenintoleranse til flest mulig. I årenes løp har vi hatt atskillige aktiviteter og innlegg i både aviser, radio og på TV.





Ønsker du å melde deg inn?

Meld deg inn på www.ncf.no eller ta kontakt med oss på post@ncf.no / 22 40 39 00.

Hvorfor bli medlem i NCF?

Et medlemskap i NCF gir deg nyttig og oppdatert informasjon om glutenintoleranse og hvordan du best lever med det!

Informasjonsmateriell: Som nydiagnostisert har man ofte mange spørsmål man ønsker svar på. Som nytt medlem i NCF får du tilsendt nyttig informasjon om glutenintoleranse, håndtering og tilrettelegging, produkter og ingredienser, bake- og matkurs, lokale kontaktpersoner – og mange andre gode tips og råd. Som medlem i NCF vil du også dra nytte av kampanjer samt diverse rabatter hos noen av samarbeidspartnerne våre. NCF er også på Facebook og Instagram, hvor vi legger ut informasjon som er både nyttig og til inspirasjon. Norsk cøliakiforening forum er Facebook-gruppen for erfaringsutvekslinger, og er styrt av medlemmer i NCF.

Medlemsbladet glutenFRI: glutenFRI kommer ut fire ganger i året og inneholder reportasjer, forskningsnytt, fagartikler, omtaler av glutenfrie produkter, produktnyheter, praktiske tips og råd, oppskrifter og egne barne- og ungdomssider.

Nyhetsbrev: Nyhetsbrevet sendes ut flere ganger i året, og mange av de samme temaene som vi tar for oss i glutenFRI dukker også opp her: forskningsnytt, fagartikler, produktnyheter, praktiske tips og råd, oppskrifter og reportasjer.

Familiekurs: Hver sommer arrangerer NCF, i samarbeid med Elverum Folkehøyskole, familiecamp på Elverum i slutten

av juni. Kurset går over fem dager, og har et godt faglig program. Det beste er kanskje at man går til dekket bord med trygg mat uten å bekymre seg for hva man kan spise! Programmet varierer noe fra år til år, men eksempler på aktiviteter er foredrag ved lege, ernærings-fysiolog og/eller annet helsepersonell, bakekurs, utfukt, badetur med kanopadling og grilling, ballspill, utveksling av erfaringer og presentasjon av glutenfrie produkter.

Bakekurs: Som medlem kan man delta på bakekursene våre til redusert pris. Kursene er et godt utgangspunkt til å komme i gang med den glutenfrie bakingen og matlagingen. Kursene arrangeres av fylkeslagene, og er åpne for alle. For mer informasjon, se www.ncf.no.

NCF der du bor: Som medlem i NCF tilhører du fylkeslaget der du bor. Fylkeslagene har mange arrangementer for medlemmene og her treffer du andre medlemmer du kan dele erfaringer med. Du kan gi innspill til fylkeslaget om arrangementer og temaer.

Oversikt over kontaktpersoner der du bor finner du på www.ncf.no.

Som medlem støtter du også arbeidet NCF gjør og bidrar til et bedre glutenfritt tilbud i samfunnet!



NORSK CØLIAKIFORENING

Postboks 351, Sentrum, 0101 Oslo

Tlf. 22 40 39 00 • post@ncf.no

www.ncf.no