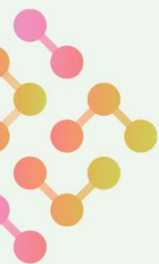




NORSK
CØLIAKIFORENING



2025

ÅRSBERETNING



ØKT MEDLEMSMASSE
4 MILLIONER VISNINGER I SOME
ØKT POLITISK OPPMERKSOMHET



ÅRETS STORE
PROSJEKT



Innholdsfortegnelse

Formål og visjon	4
Fokus på livskvalitet	4
Medlemsutviklingen	4
Crossed Grain.....	5
Landslotteriet	6
Landsstyremøte	6
Nordisk Baltisk møte	6
Landsmøte 2025	7
Sentralstyret.....	8
Association of European Coeliac Societies (AOECS)	9
Forskning.....	9
Forskningsfondet for cøliaki.....	9
NCF som brukerrepresentant i forskning.....	10
Fagrådet.....	10
Avvikling av Second-opinion i regi av NCF.....	11
Våre frivillige	11
Nettkurs for frivillige i NCF	11
Den glutenfrie bakeskolen.....	11
Kurs for nye bakeledere	12
Kurs for nye bakeledere i NCFU	12
Spør våre eksperter	12
Samtale med ernæringsrådgiver.....	13
Nettkurs for eksterne brukergrupper	13
Nettkurs for nydiagnostiserte	13
Oppdatering av håndbøker og utvikling av nye.....	13
Nyhetsbrev.....	14
Medlemsbladet glutenFRI.....	15
Nettsiden	15
Nyhet: Podkast glutenFRIminutt	16
Sosiale medier.....	17
Medlemsappen.....	18

NCF Junior.....	19
Familiecamp på Elverum	20
Årets glutenfrie bedrift 2025.....	21
NCF Leverandørforum	22
Kampanje i CØLIAKIUKA 2025 - Tenk cøliaki	22
Den internasjonale cøliakiuka og cøliakidagen	25
Hagemessen i april.....	25
Forskerkonferansen.....	26
Aktivitet i fylkeslagene	28
Omtale i riksdekkende medier.....	33
Politisk arbeid	33
Høringer.....	33
Landsomfattende spørreundersøkelse	37
Medlemsundersøkelsen 2025.....	37
Organisering av NCF.....	38
Sekretariatet	38
Utsetting av delfunksjoner til Orgservice AS	39
Ansatte i sekretariatet i 2025.....	39
Kontrollkomiteen	40
Valgkomiteen	40
Fylkeslag 2025.....	40
Æresmedlemmer.....	41
Norsk cøliakiforenings ungdom (NCFU).....	41
NCF er medlem av.....	41
Miljø.....	41
Regnskap 2025	42

Formål og visjon

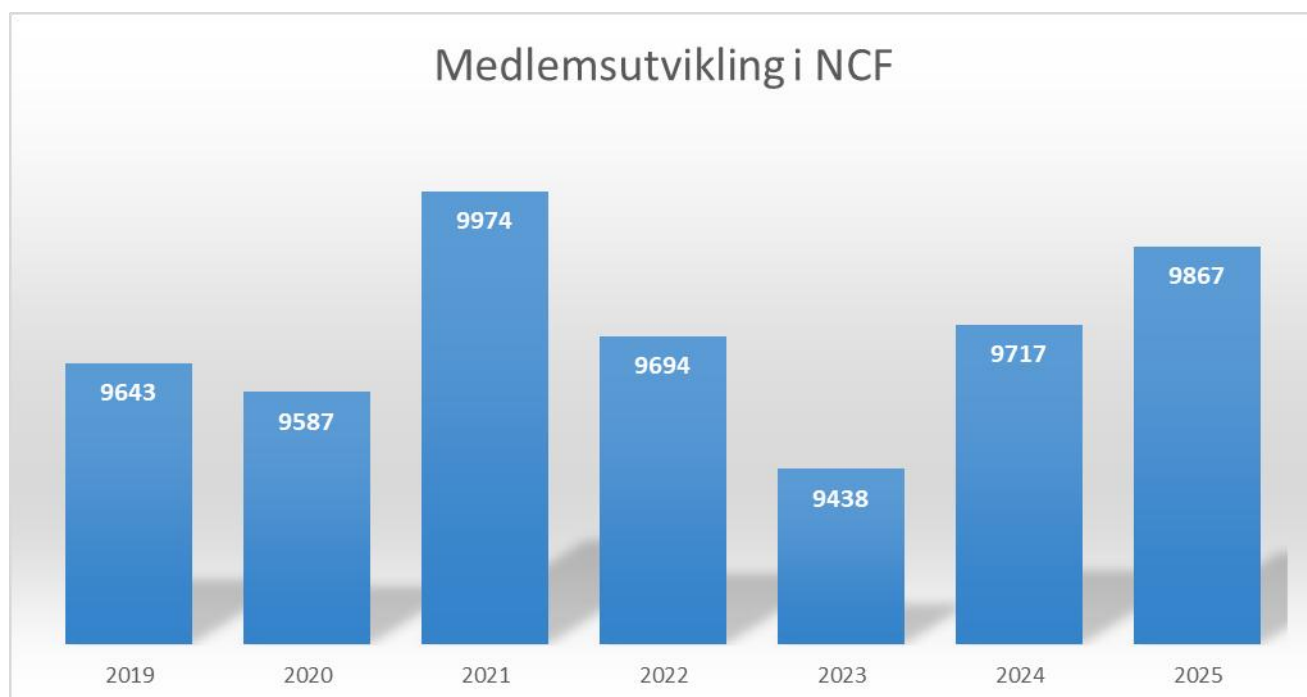
NCF er en demokratisk og frivillig forening. Formålet er på landsbasis å ivareta interessene til personer med cøliaki eller andre autoimmune tilstander forårsaket av gluten som dermatitis herpetiformis (DH) og glutenataksi og andre brukere av glutenfri kost ved å drive opplysende og rådgivende virksomhet. NCF er et kontaktorgan mellom medlemmer og myndigheter, og samarbeider også med forskere, helsepersonell og andre relevante aktører. Foreningen fremmer forskning og kunnskapsbasert praksis og fungerer som kontaktorgan i internasjonalt samarbeid. (Formålsparagrafen ble endret på Landsmøtet 2025.)

Fokus på livskvalitet

NCF jobber for å bedre livskvaliteten til medlemmene, og har fokus på hvordan denne oppgaven kan løses enda bedre. Dette handler i hovedsak om å gi medlemmene et godt tilbud, samt å jobbe for å øke kunnskapen om cøliaki og glutenfri mat i samfunnet for øvrig.

Medlemsutviklingen

Vi ser også i 2025 en positiv trend i antall medlemmer og i utgangen av året hadde vi 9.867 medlemmer. Sammenliknet med 2024 hadde vi en økning i antall medlemmer på 150 medlemmer, dvs. 1,5 prosent. Hvert medlem er viktig for oss, og jo flere vi er, jo sterkere er vi i arbeidet for medlemmenes interesser.



Crossed Grain

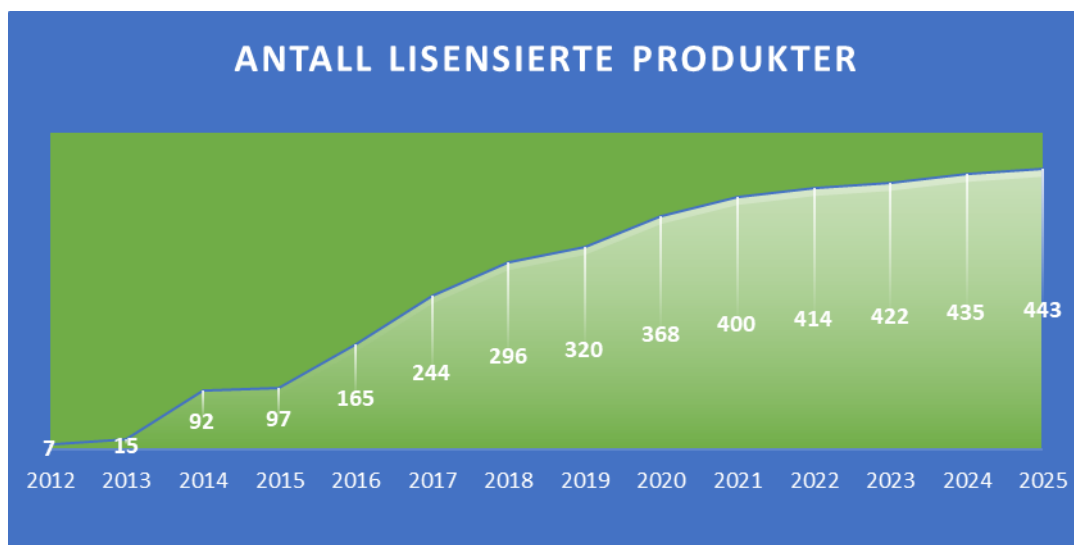
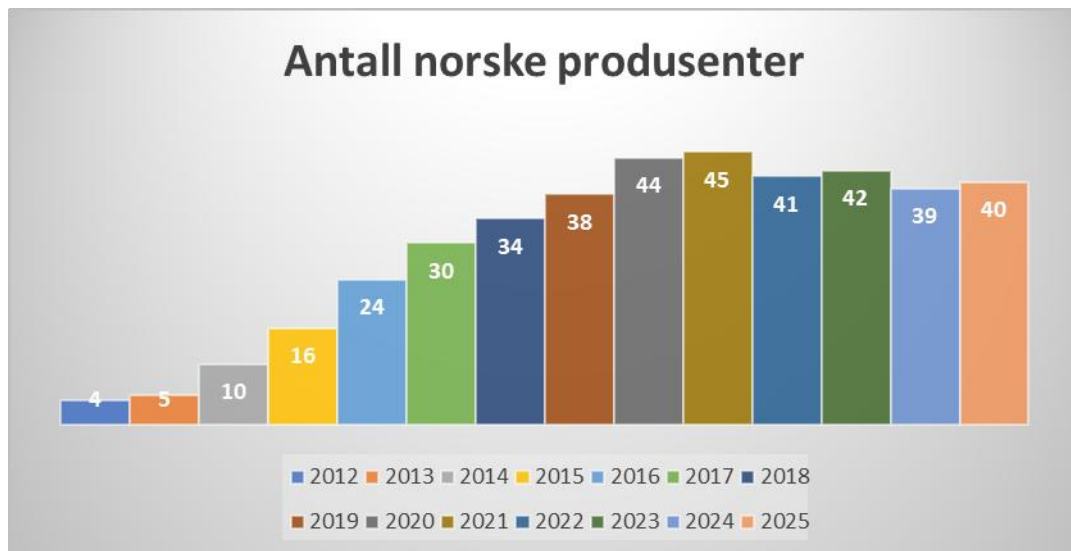
I 2025 fikk vi inn én ny produsent som lisensierer. Det ble også en liten vekst på antall lisensierte produkter, tross en del ble delistet.

Crossed Grain er en merkeordning etablert av paraplyorganisasjonen Association of European Coeliac Societies (AOECS), hvor Norsk cøliakiforening er medlem.



European Licensing System (ELS) er bygget på internasjonale teststandarter og har til hensikt å gi personer med behov for glutenfri mat en garanti for at produktet er glutenfritt. Lisensierte produkter setter merket «Crossed Grain» på emballasjen. ELS gjennomføres i alle europeiske land og deler av verden for øvrig.

Produkter merket med Crossed Grain er testet ved et uavhengig laboratorium minst en gang pr. år og må ha et resultat som viser at produktet inneholder mindre enn 20 ppm gluten (milligram pr kilo).



Landslotteriet

Landslotteriet er en svært viktig inntektskilde for NCF. I 2025 ble det solgt 45 504 lodd, noe som ga en omsetning på kr 1 137 600. Dette er dessverre en nedgang fra året før hvor vi til sammenligning solgte 52 525 lodd. Inntektene fra lotteriet er essensielt for at Norsk cøliakiforening kan opprettholde den aktiviteten de har i dag. Vi takker alle medlemmene som bidro til at vi fikk så gode resultater i lotteriet.



Landsstyremøte

Landsstyremøtet 2025 ble avholdt digitalt den 24. april. På møtet var 13 fylkeslag representert, og i tillegg deltok syv sentralstyremedlemmer samt fire ansatte i sekretariatet. I tillegg til godkjenning av revidert årsregnskap og årsberetning for 2024, samt årsberetning for NCF Junior 2024, var det meldt inn to saker til diskusjon. Den ene dreide seg om utgifter og inntekter i bakeskolen, og den andre handlet om fylkeslagenes sammensetning. De som ønsker det, kan lese mer i protokollen på ncf.no.

Nordisk Baltisk møte

Den 25.-26. september var NCF vertskap for Nordisk-baltisk møte. Her møttes delegater fra Danmark, Sverige, Finland, Estland, Latvia og Norge, og i tillegg deltok to representanter fra Island via Teams på deler av møtet. Representantene meddelte siste nytt fra sine respektive foreninger, og felles problemstillinger ble diskutert. Professor dr.med. Knut Lundin holdt et faglig foredrag via Teams, og siste dag ble det også en bolk med forberedende diskusjoner for møtet i AOECS senere på høsten. Det var også satt av tid til en liten guidet vandretur i Oslos gater, samt et besøk på Glutenfrihuset.

Fra venstre: Sanna Karlberg (Sverige), Marjo Jokinen (Finland), Lise Friis Pedersen (NCF), Solvita Koronevska (Latvia), Linus Engqvist Richert (Sverige), Margret Merman (Estland), Anette Årslund (NCF), Dennis Nedergaard Larsen (Danmark) og Lars Feldvoss (Danmark). Bak generalsekretær Hans Otto Engvold (NCF).



Landsmøte 2025

Den 24. til 26. oktober ble Landsmøtet 2025 holdt på Gardermoen med NCF sekretariatet som arrangør. Rundt 95 deltakere, både delegater og observatører, var samlet her til noen intense dager med mye godt, faglig innhold – og valg av nytt sentralstyre. Det ble også arrangert en tur til Eidsvollsbygningen.

Nytt av året, var det satt av tid til to møter fredag kveld: Møte for fylkesledere og sentralstyret, og en samling for likepersoner. Møtene foregikk samtidig. Selve Landsmøtet foregikk lørdagen, og det ble åpnet ved vakre toner fra fiolinist Miriam Bergset.

For første gang skulle landsmøtet avvikles på bare én dag og ikke de vanlige to, og det var knyttet en viss spenning til om dette lot seg praktisk gjennomføre. Men det gikk strålende. I tillegg var de faste årsmøtesakene som fastsettelse av medlemskontingent, strategiplan, budsjett og valg.

Landsmøtet vedtok også flere viktige vedtektsendringer. Den nye formålsparagrafen tydeliggjør at NCF skal ivareta interessene til personer med cøliaki og andre autoimmune reaksjoner på gluten, som dermatitis herpetiformis (DH) og glutenataksi, gjennom opplysende og rådgivende virksomhet.

Bakgrunnen for endringen var et ønske om å erstatte det lite presise begrepet «glutenintoleranse» med en faglig forankret avgrensning, i tråd med anbefalinger fra fagmiljøet og for å styrke foreningens legitimitet. Samtidig presiseres det at arbeidet skal bygge på kunnskapsbasert praksis og samarbeid med relevante fagmiljøer.

Kontrollkomiteen fikk også en styrket rolle, med økt innsyn, møte- og observatørrett i sentralstyret, samt ansvar som ankeinstans, noe som legger til rette for at komiteen i større grad kan fungere som en aktiv sparringspartner for organisasjonen. De som ønsker det, kan lese landsmøteprotokollen i sin helhet på ncf.no/mine sider.

På søndagen, landsmøtehelgens siste dag, var det lagt opp til en «inspirasjonsdag», med tre faglige foredrag samt en minimesse med glutenfrie produkter. Seks utstillere deltok med stand, samt at de fikk presentert seg selv i plenum. Både smaksprøver og salgsvarer gikk unna, så dette virket som en populær avslutning på landsmøtehelgen.



Her er det nye sentralstyret som ble valgt på Landsmøtet 2025. Bak fra venstre: Tommy Møller Idsal, Øivind Wabø, Ida Jørgensen, Bjørnar Vestøl (nestleder) og Simen Midtbruket. Foran står Linn Eli Haugli Jensen (leder) og Eva Cathrine Svingeseth.

Sentralstyret

Sentralstyret har i 2025 hatt høy aktivitet og behandlet en rekke sentrale saker for foreningens utvikling og drift. Det ble avholdt fem ordinære styremøter, i tillegg til et ekstraordinært møte via Teams den 18. februar for å fastsette revidert budsjett for 2025.

Styremøtene har vært lagt til NCFs kontor i Oslo, og både reisedøgn og øvrige møtekostnader er redusert for å bidra til nødvendige sparetiltak i foreningen.

I forbindelse med det tredje sentralstyremøtet i juni ble det også gjennomført individuelle møter med Valgkomiteen som del av arbeidet med nominasjonsinnstillingen til landsmøtet. Styret har ellers arbeidet med strategiske prioriteringer, økonomistyring, vedtektsendringer og politisk påvirkningsarbeid gjennom året.



Association of European Coeliac Societies (AOECS)

Vår europeiske paraplyorganisasjon AOECS har i 2025 hatt et aktivt år preget av både organisatorisk utvikling, politisk påvirkningsarbeid og videreutvikling av sertifiseringsordninger. Generalforsamlingen i Madrid høsten 2024 vedtok ny kontingentmodell med innføring fra 2025, samt handlingsplan og budsjett, mens videre arbeid med global sertifisering fortsatt er under utvikling. Gjennom året har vi sett økt strategisk fokus på overgang fra dagens europeiske lisenssystem til en global sertifiseringsordning, inkludert arbeid med nytt sertifiseringsmerke og juridiske rammer. Samtidig er det vedtatt revisjon av vedtekter og ny strategiplan for perioden 2026–2030.

AOECS har også styrket sitt interessepolitiske arbeid, blant annet gjennom en felles europeisk underskriftskampanje for bedre diagnostisering, behandling og økonomisk støtte til personer med cøliaki i EU.

I tillegg har organisasjonen videreført kunnskapsdeling gjennom webinarer og markedsinnsikt om glutenfri merking og forbrukerforståelse.

Årets generalforsamling var lagt til Brussel, 17.–18. oktober. Generalsekretær Hans Otto Engvold og Seniorrådgiver drift, Lars André Johnsrud, fra NCF deltok. Hovedsakene som ble behandlet var ny strategiplan for AOECS og omlegging av «Crossed Grain» fra varemerke til et globalt sertifiseringsmerke.

AOECS har i 2025 også ferdigstilt en egen Code of Conduct for styremedlemmer, med mål om å sikre høy etisk standard, integritet og tillit i organisasjonen. NCF var en av initiativtakerne til arbeidet med å få disse retningslinjene på plass. Dokumentet tydeliggjør styremedlemmers ansvar knyttet til blant annet lojalitet, åpenhet, konfidensialitet og håndtering av interessekonflikter. Retningslinjene gjelder også for ansatte og samarbeidspartnere, og skal bidra til styrket styring og etterlevelse i AOECS.

Forskning

Forskningsfondet for cøliaki

Forskningsfondet for cøliaki er en selvstendig stiftelse, med et eget fondsstyre som leverer egen årsberetning. Forskningsfondet for cøliaki har som formål å fremme forskning om cøliaki innen den medisinske, ernæringsmessige eller sosiale sektor. Virksomheten består derfor av forvaltning av midler til forskning. Sekretær for fondet er Lise Friis Pedersen, NCFs sekretariat. I 2025 har det vært avholdt to styremøter på Teams, ett for blant annet å godkjenne årsregnskapet 2024 og å vedta hvor mye midler som skal utlyses, og ett for å evaluere innkomne søknader.

Tildeling av midler:

I 2025 ble det utlyst midler for 350.000 kroner fra fondets kapital. Det kom inn to søknader med samlet søknadssum på 500.000 kr. Begge søknadene ble tildelt deler av søknadssummen.

- Claire Jansson-Knodell og Ketil Størdal søkte om 150 000 kr. Prosjekttittel: *Cøliaki i svangerskapet*. De ble innvilget 150.000 kr til analysemateriell.
- Nancy Odden, Knut E. A. Lundin og Christine Henriksen søkte om opptil 350 000 kr. Prosjekttittel: *Gir bygg, både hydrolyserte og intakte, samme immunologisk respons hos norske voksne cøliakipasienter i en klinisk intervensjonsstudie?* De ble innvilget 200.000 kr til lønnsmidler.

NCF som brukerrepresentant i forskning

Norsk cøliakiforening var brukerrepresentant i følgende forskningsprosjekter i 2025:

- Helseundersøkelsen i Nord-Trøndelag, HUNT4, Lise Friis Pedersen
- Celiac disease and quality of life in children and adolescents, UiO, Lise Friis Pedersen

Fagrådet

Fagrådet er sammensatt av personer med kompetanse innen medisin og ernæring, samt brukerrepresentant fra NCF. Fagrådet behandler innkomne saker og fremmer egne saker. I 2025 ble det avholdt fire møter, to digitale og to fysiske.

Fagrådet har i 2025 jobbet blant annet med Forskerkonferansen, muligheten for å få nasjonale faglige retningslinjer, rutiner for medie henvendelser, helsemyndighetenes jodberikings-program, nye europeiske retningslinjer for diagnostisering og behandling av CD hos voksne, samt gjennomgått og diskutert flere aktuelle forskningsartikler.

Fagrådets medlemmer utpekes av sentralstyret, og har i 2025 bestått av:

- Leder Trond S. Halstensen, prof. dr.med.em.
- Hanna Z. Sandven, brukerrepresentant
- Birgitte-Elise Grinde Emken, overlege dr. med.
- Jon Andreas Berggreen Rove, overlege dr. med.
- Cathrine Åkre Strandskogen, klinisk ernæringsfysiolog
- Kristin Solheim Hustad, klinisk ernæringsfysiolog, PhD

Soyasausen er «friskmeldt»

I 2025 friskmeldte fagrådet i NCF tradisjonelt brygget soyasaus til bruk for personer med cøliaki. Grunnen er at man ikke finner glutenrester i denne typen soyasaus, noe som skyldes den fermenteringsprosessen som soyasausen gjennomgår. Der brytes gluten helt ned til de enkelte aminosyrer og er dermed ikke skadelig for de med cøliaki.

For å finne ut om soyasausen er tradisjonelt brygget, og ikke tilsatt glutenholdige ingredienser etter fermenteringen, må det stå i ingredienslisten: ...soyasaus (vann, soyabønner, hvete, salt)... Hvete må altså stå oppført inni ingredienslisten. Står den utenfor parentesene, er hvete tilsatt etter fermenteringen, og den er dermed ikke glutenfri.

Etter dialog med NCFs Fagråd vedtok sentralstyret i september 2025 å publisere et oppdatert standpunkt som åpner for bruk av tradisjonelt brygget soyasaus for personer med cøliaki.

Avvikling av Second-opinion i regi av NCF

NCFs tilbud om second-opinion har siden 2014 gitt medlemmer mulighet for en faglig vurdering ved cøliaki-relaterte problemstillinger. Bruken har imidlertid vært svært lav, samtidig som ordningen har medført administrative, praktiske og etiske utfordringer, blant annet knyttet til håndtering av helseopplysninger utenfor sikre og krypterte systemer. Etter en helhetsvurdering ble det besluttet å avvikle tilbudet fra februar 2025. NCF vil fortsatt kunne veilede medlemmer om hvordan de kan gå frem for å innhente en second-opinion i det ordinære helsevesenet

Våre frivillige

I 2025 hadde NCF 180 frivillige fordelt på 250 ulike verv. Våre frivillige gjør en fantastisk innsats rundt omkring i vårt langstrakte land, og legger ned utallige timer i løpet av et år, fordelt på mange ulike oppgaver og verv. Som pasientorganisasjon er vi helt avhengige av deres innsats.

Her følger en oversikt over oppgavene våre frivillige utfører:

- De er med i sentralstyret og i sentrale komitéer.
- De er med i fylkesstyrene der de blant annet står for planlegging og gjennomføring av administrative oppgaver og aktiviteter i regi av fylkeslagene.
- De er likepersoner som utfører ulike oppgaver i regi av fylkeslagene som for eksempel én-til-én samtale, samtalegrupper, aktivitetsgrupper eller arrangerer fylkesvise samlinger for likepersoner.
- De er bakeledere (likepersoner), som planlegger og gjennomfører bakekurs.

Nettkurs for frivillige i NCF

NCF ønsker at alle frivillige skal kjenne seg mest mulig sikre og kunnskapsrike i forhold til den rollen eller det vervet de har påtatt seg, og tilbyr derfor kurs og/eller samlinger for denne gruppen. I 2025 ble det derfor arrangert to kurs for styremedlemmer og to kurs for likepersoner. Ca. 35 personer deltok til sammen på disse kursene.

Det er et krav fra Bufdir at alle likepersoner skal ha fått opplæring i regi av egen forening for å kunne operere som likeperson.

Den glutenfrie bakeskolen

I 2025 ble det meldt opp 46 bakekurs i regi av den Den glutenfrie bakeskolen. Av disse ble dessverre ti kurs avlyst av ulike årsaker. Til sammen har det vært 401 påmeldte deltakere. Det har vært arrangert kurs i mange av våre fylkeslag, og dermed gode muligheter til å lære seg glutenfri bakst for de som ønsker det.

Det var mest populært blant deltakerne å delta på det glutenfrie gjærbakstkurset. Gledelig var at kurset i Sunnere glutenfri bakst var hakk i hæl. Antallet kurs og deltakere er noe lavere enn i 2024, men deltakelsen på bakekurs har alltid vært litt varierende og det er ingenting som tyder på at interessen for å lære seg å bake er dalende.

Siden prisene på glutenfrie spesialprodukter har økt mye er det enda mer aktuelt for mange å bake selv. I tillegg er bakekursene til NCF en arena for å treffe likesinnede. Det er også stadig flere som vil lære å bake sunnere og naturlig glutenfritt, fordi det er stort søkelys på negative helseeffekter av ultraprosessert mat for tiden.

Bakekursene er en av NCF sine viktigste aktiviteter. Det er ikke meningen at NCF skal tjene penger på å arrangere bakekurs, men vi skal helst ikke tape noe heller. Tall fra de siste årene tyder på at det går litt opp og ned, men at vi i gjennomsnitt går i balanse.

Kurs for nye bakeledere

Det ble arrangert kurs for nye bakeledere i Holmestrand 28.–30. mars 2025. Flinke og erfarne bakeledere fra Vestfold og Telemark var instruktører, og de fem kursdeltakerne fikk bake seg gjennom mye godt denne helgen. Deltakerne representerte fylkeslagene Oslo og Akershus, Hordaland og Buskerud.

I forkant av denne helgesamlingen ble det arrangert et webinar der kursdeltakerne fikk en innføring i bakeskolens teori og rollen som bakeledere. De fikk også lære hvordan planlegge, gjennomføre og avslutte bakekurs, samt en oversikt over glutenfrie meltyper og allergier.

Kurs for nye bakeledere i NCFU

NCF holdt også teoridelen på Norsk cøliakiforening ungdom (NCFU) sitt kurs for nye bakeledere høsten 2025. Dette foregikk på Teams og ca. ti nye bakeledere i NCFU fikk en innføring i hvordan NCF forbereder og gjennomfører bakekurs.

Spør våre eksperter

Siden 2012 har leder i Fagrådet, prof. dr. med. Trond S. Halstensen svart på cøliaki-relaterte spørsmål hver onsdag mellom kl. 18.00 og 20.00. I 2020 ble tilbudet utvidet med seniorrådgiver ernæring i NCF, Lise Friis Pedersen, som besvarer spørsmål knyttet til ernæring og glutenfri mat. Trafikken er stabil, og tilbudet har ført til at sekretariatet har fått færre spørsmål om medisin og ernæring på telefon og e-post. Det er også fint å kunne henvise til «Spør våre eksperter» dersom de som kontakter oss har spørsmål som sekretariatet ikke har kompetanse til å besvare. I 2025 svarte Trond og Lise på mellom 400 og 500 spørsmål.

Samtale med ernæringsrådgiver

I 2025 har 32 personer fått tilbud om samtale med ernæringsrådgiver på Teams eller telefon. Samtalene varer som oftest i 45 minutter. De aller fleste har cøliaki, noen få har hudsykdommen dermatitis herpetiformis (DH).

I hovedsak er det nydiagnostiserte voksne eller foresatte til nydiagnostiserte barn som ønsker slike samtaler, men også flere medlemmer som har hatt cøliaki en stund ønsker råd. Under disse samtalene blir det diskutert mange ulike temaer; blant annet hvordan de opplever å få cøliaki og hvilke utfordringer som er knyttet til det. De fleste får informasjon om NCF sine bakekurs og webinar for nydiagnostiserte. Noen foresatte trenger råd om hvordan de kan få barnehage, SFO og skole i tale i forhold til trygg glutenfri mat til barnet og kontaminering. De får tips om NCF sine webinar for skole, SFO/AKS og barnehage.

Nettkurs for eksterne brukergrupper

Formålet med disse kursene er å heve kompetansen om cøliaki og glutenfri kost hos faggrupper som har helse og mat som en del av arbeidshverdagen. I 2025 ble det arrangert til sammen ti nettkurs fordelt på kurs for skole, SFO/AKS og barnehage, helsesykepleiere og ansatte på helseinstitusjoner. Til sammen deltok 235 personer på disse kursene.

I tillegg til disse kursene, arrangerte NCF kurs for Faggruppen for mat- og helselærere på Lillestrøm. Dette kurset var en blanding av teori og baking og ble tatt godt imot. Vi har også hatt kurs om cøliaki, glutenfri mat og håndtering for styret i Operasjon Dagsverk Norge, samt to kurs/foredrag for elever på Helse- og oppvekstfag ved Strømmen videregående skole.

Nettkurs for nydiagnostiserte

I september 2020 startet NCF med gratis nettkurs for nye medlemmer eller foresatte til medlemmer. Tilbudet er også åpent for ikke-medlemmer, men da koster det 390 kr. Nettkurset arrangeres omtrent én gang per måned, slik at det ikke skal gå for lang tid fra et medlem melder seg inn til de får mulighet til å delta på kurs. Kursene blir markedsført via nyhetsbrev til nye medlemmer, våre nettsider, samt i sosiale medier. Påmelding gjøres via www.ncf.no. Interessen er fortsatt stor, og totalt 161 personer har deltatt på de seks kursene som ble avholdt i 2025.

Oppdatering av håndbøker og utvikling av nye

Håndbok for likepersoner ble ferdigstilt i 2025. I forkant ble den sendt til Bufdir for gjennomlesing, og vi fikk som tilbakemelding at *«det var spennende å lese håndboken, og vi synes det er flott å se at dere går grundig til verks og oppretter gode rutiner for å gjennomføre likepersonsarbeid i tråd med forskriften»*.

Håndboka ligger på <https://ncf.no/min-side> og vil være et levende dokument som oppdateres jevnlig. Håndboka inneholder informasjon om NCFs likepersonstjeneste, hvordan bli likeperson,

info om tilskudd vi får fra myndighetene og hvordan man kan søke midler fra Dam Ekspres. I tillegg nyttig info om hva som er tellende og hva som er ikke-tellende likepersoner og likepersonsaktiviteter.

Driftshåndboka ble også oppdatert i 2025, det samme ble Personelhåndbok for ansatte i sekretariatet.

Nyhetsbrev

NCF sender stort sett ut månedlige nyhetsbrev til sine medlemmer, eller oftere når det er behov for ny informasjon. I 2025 sendte vi 15 ut nyhetsbrev til medlemmer, det er ca. like mange som året før. Det er en likevel en nedgang i totalt antall utsendinger fordi vi tidligere også har sendt ut nyhetsbrev til yrkesgrupper som helsesykepleiere og ansatte i helseinstitusjoner, samt til tidligere kursdeltakere. Dette gjøres ikke lenger på grunn av bemanningssituasjonen.

Nyhetsbrev for fylkeslag

Hvert fylkeslag har sin egen nyhetsbrevkonto i Loopify. Det har vært avholdt flere kurs i nyhetsbrev for grupper av nyhetsbrevansvarlige, samt en del en-til-en-opplæring ved behov. Mange fylkeslag er flinke til å sende ut nyhetsbrev jevnlig. Dessverre ser vi også at nesten halvparten av fylkeslagene ikke benytter seg av muligheten til å sende ut nyhetsbrev, vi håper på flere fylkeslag vil benytte seg av dette i 2026.

Automatiske nyhetsbrev til nye medlemmer

Nye medlemmer går automatisk inn i et løp med seks velkomst-nyhetsbrev med mye relevant informasjon. Dette erstatter informasjon som tidligere ble sendt per post. Nyhetsbrevene kan også segmenteres slik at de som krysser av for at de ønsker informasjon om barn, DH eller diabetes type 1 får egen informasjon som ikke går til alle.

Medlemsbladet glutenFRI



Medlemsbladet glutenFRI kommer ut fire ganger i året, og inneholder aktuelle artikler om kosthold, helse og forskning. Oppskriftene er svært populære, og er, sammen med forskningsartikler, det medlemmene gir mest positive tilbakemeldinger på. Bladet har også faste barnesider, og man kan lese om kjente og ukjente profiler som har cøliaki eller lever glutenfritt.

Opplaget var på 11 010 eks. ved årsslutt 2025.

Nettsiden

Målet med ncf.no er å gi viktig informasjon om cøliaki, diagnostisering og livet med cøliaki. Nettsidens motto er: *Vi hjelper deg til å leve et godt liv uten gluten*. Her finner leserne også aktuelle artikler, intervjuer, politiske saker og våre alltid populære oppskrifter.

I 2025 var det 832 834 visninger, dette er omtrent det samme som i 2024 med 833 036 visninger. Nettsiden hadde i 2025 hele 1,6 millioner «hendelser». Ifølge Google, henviser det til hvor mange ganger en interaksjon skjedde. Eksempler på hva en «hendelse» kan være: Klikk på en lenke, nedlasting av en fil, avspilling av video, scrolling nedover siden eller utfylling av et skjema.

Her er en oversikt over de 20 sidene med flest visninger i 2025:

	Sidebane og skjermklasse	Visninger	Aktive brukere
☒	Totalt	832 834 100 % av summen	312 305 100 % av summen
☒	1 /	50 315 (6,04 %)	26 476 (8,48 %)
☒	2 /glutenfri-mat/opskrifter	28 039 (3,37 %)	13 483 (4,32 %)
☒	3 /coliaki/spor-vare-eksperter/arkiv	22 270 (2,67 %)	8 445 (2,7 %)
☒	4 /medlem	20 282 (2,44 %)	9 187 (2,94 %)
☒	5 /glutenfri-mat/kosthold-og-ernering/vanlig-soyasaus-er-glutenfri-og-kan-brukes-av-de-med-coliaki	19 775 (2,37 %)	13 545 (4,34 %)
☐	6 /coliaki/hva-er-coliaki	14 606 (1,75 %)	10 602 (3,39 %)
☐	7 /coliaki/grunnstonad-fra-nav	13 868 (1,67 %)	9 954 (3,19 %)
☐	8 /kurs	13 287 (1,6 %)	6 422 (2,06 %)
☐	9 /min-side	12 053 (1,45 %)	5 039 (1,61 %)
☐	10 /aktuelt/perfekte-festkaker	11 590 (1,39 %)	9 000 (2,88 %)

	Sidebane og skjermklasse	Visninger	Aktive brukere
☒	Totalt	832 834 100 % av summen	312 305 100 % av summen
☒	11 /glutenfri-mat/ingredienser	11 513 (1,38 %)	7 373 (2,36 %)
☒	12 /coliaki/barn/symptomer-pa-coliaki-hos-barn	10 056 (1,21 %)	7 488 (2,4 %)
☒	13 /glutenfri-mat/kosthold-og-ernering/glutenfri-buljong	9 644 (1,16 %)	5 808 (1,86 %)
☒	14 /glutenfri-mat/kosthold-og-ernering/glutenfri-tester/stor-test-av-glutenfri-brod	8 974 (1,08 %)	5 798 (1,86 %)
☒	15 /sok_v2	8 442 (1,01 %)	4 323 (1,38 %)
☐	16 /coliaki/reisetips/glutenfri-spisesteder	7 738 (0,93 %)	5 302 (1,7 %)
☐	17 /min-coliakihistorie/tonje-leinum-ringstad-er-legen-uten-gluten	7 556 (0,91 %)	6 440 (2,06 %)
☐	18 /om-ncf/hva-gjør-ncf-/arlige-kampanjer/glutenfritt-pa-banen/enkle-opskrifter/glutenfri-pizzabunn-	7 193 (0,86 %)	4 021 (1,29 %)
☐	19 /glutenfri-mat/opskrifter/gulrotkake-1	6 951 (0,83 %)	4 258 (1,36 %)
☐	20 /coliaki/test-deg-enkelt-med-hjemmetest	6 424 (0,77 %)	4 886 (1,56 %)

Nyhet: Podkast glutenFRIminutt

I 2025 tok Norsk cøliakiforening et nytt steg i kunnskapsformidlingen ved å utvikle en egen podkast. Prosjektet fikk støtte på 400 000 kroner fra Stiftelsen Dam, etter et samarbeid med Orgservice, om søknadsarbeidet.

Podkasten består av ti episoder med ærlige, kunnskapsbaserte samtaler om livet med cøliaki – fra det medisinske til det praktiske og psykiske. Programleder er Cathrine Fossum, prosjektleder Tjodunn Dyrnes og podkasten har fått navnet glutenFRIminutt.

En prosjektgruppe med fag- og brukerkompetanse ble etablert, og medlemmene bidro aktivt med innspill til temaer. Totalt ble 18 gjester booket, og ti episoder ble planlagt. Produksjonsselskap og studio ble leid inn, og det ble bestemt innspilling tidlig i januar 2026.

Prosjektet markerer starten på NCFs satsing på podkast som en ny og viktig kanal for å nå ut med kunnskap og skape gjenkjennelse blant medlemmer og pårørende. Vi håper også at vi kan nå andre grupper utenfor medlemsmassen med satsingen.



KVINNENE BAK PODKASTEN:

Tjodunn Dyrnes og Tone Amundsen Nyvold i NCF sekretariatet.

Sosiale medier

Norsk cøliakiforening styrket sin digitale synlighet betydelig i 2025. Gjennom aktiv og målrettet bruk av sosiale medier gjennom året nådde organisasjonen ut til et stadig større publikum.

På **Facebook** økte antall følgere fra 16 408 i 2024 til 18 400 i 2025, en vekst på over 12 prosent. Samtidig økte synligheten kraftig: antall visninger av innhold steg fra 811 500 til 3,6 millioner i løpet av året, noe som innebærer en firedobling av rekkevidden. Veksten er oppnådd uten bruk av betalt annonsering, såkalt organisk vekst.

På **Instagram** økte antall følgere fra 10 900 til 11 600, en vekst på rundt 6 prosent. Antall visninger økte samtidig fra 297 000 til 415 100, en økning på nesten 40 prosent.

Samlet sett hadde Norsk cøliakiforenings innhold **over 4 millioner visninger i sosiale medier i 2025**. Dette viser at foreningens digitale kanaler spiller en stadig viktigere rolle i arbeidet med å spre kunnskap om cøliaki, dele erfaringer og nå ut til både eksisterende medlemmer, nye potensielle medlemmer og andre som søker informasjon om cøliaki, DH, glutenataksi og alle aspekter ved et glutenfritt liv.

Facebook – saken med flest visninger i 2025 var intervjuet fra glutenFRI med «Legen uten gluten», Tonje Leinum Ringstad.

Sosiale medier

– nøkkeltall 2025

Facebook

Følgere: 18 400 (+12 %)

Visninger: 3,6 millioner

Opp fra 811 500 i 2024

Instagram

Følgere: 11 600 (+6 %)

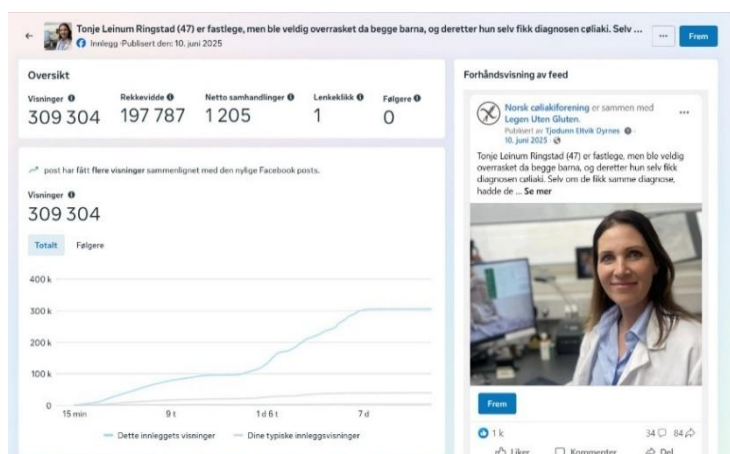
Visninger: 415 100

Opp fra 297 000 i 2024

Totalt:

Over 4 millioner visninger i sosiale medier i 2025

100% organisk vekst (Kr 0 i annonser)



Her er en oversikt over de mest populære innleggene og storiene på Instagram i 2025.

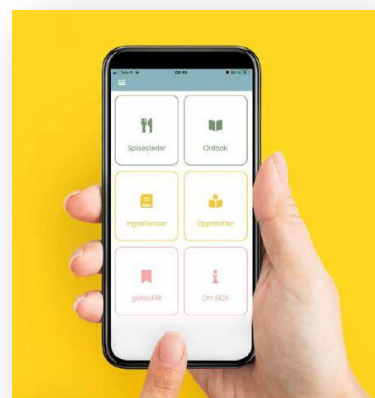


Medlemsappen

Appen glutenFRI er en app for medlemmer i NCF og NCFU, og kan lastes ned gratis i App Store eller i Google Play. Appen skal være et brukervennlig hjelpemiddel når du er ute på farten. Ved årsslutt 2025 var antall brukere av appen ca. 5 250 personer, det er ca. 53 prosent av medlemsmassen.

I appen finner du:

- Medlemsbladet glutenFRI
- Glutenfrie spisesteder
- Oversikt over ingredienser
- Medlemskort og medlemsfordeler
- Oversettelser og oppskrifter



NCF Junior

Styret i NCF Junior består av barn mellom 10 og 14 år, som velges på familiecampen på Elverum, normalt for et år av gangen. Styret skal ha en rådgivende funksjon overfor NCF. Det blir avholdt et årlig styremøte på familiecampen, deretter foregår kontakten utover i perioden per e-post, telefon eller på Teams. I 2025 har NCF Junior hatt et fysisk styremøte på Elverum og et møte på Teams, som begge deler fungerte bra. I tillegg har det vært mail- og telefonkontakt i forbindelse med at det nye Juniorstyret skrev sin første kronikk før jul i år. Temaet for kronikken kom juniorstyret selv opp med da det ble diskutert hvordan barn med cøliaki hadde det i førjulstiden. Prisen på glutenfrie pepperkaker er ekstremt høy. Styret opplevde mye usikkerhet rundt dette om julekaker og julegodter inneholdt gluten eller ikke, og de opplevde også å ikke få noe tilbud i det hele tatt, rett og slett bli glemt på skolen og på juleavslutninger i fritidsklubber. [Kronikken ble publisert i Nettavisen 21.12.2025.](#)

Nytt av året er en beslutning om at NCF Juniorstyret i 2026 skal være med på et av Sentralstyrets møter (april) for å fremme barns interesser og synspunkter i foreningen. Valg av nytt styre vil finne sted på Elverum familiecamp i juni/juli 2026. Fra sekretariatet har Tjodunn Dyrnes vært kontaktperson i 2025.

Styret har i 2025 bestått av:

Rio Sørensen Henriksen (10)

Ask Kjølstad (12)

Sofia Ringvold-Larsen (11)

Nettavisen Norsk debatt.

DirektesportPlussNa LiveNyhetsbrevSportspillAnnonseringMeny

Pepperkaker

Nok en gang kan vi ikke spise noe av maten



UTENFORSKAP: Den tiden når alle koser seg med pepperkaker er den vanskeligste tiden i året for Ask, Julia og Rio. Foto: Privat

Familiecamp på Elverum

Årets høydepunkt, den glutenfrie familieleiren, ble arrangert 29. juni til 3. juli 2025, som vanlig i samarbeid med Elverum Folkehøgskole. Arrangementet foregår på folkehøgskolen, og er en populær og flott møteplass for barn med cøliaki og deres foresatte. Her blir man kjent med andre barn i samme situasjon, og opplever fellesskap, mestring og samhold. All mat som serveres under oppholdet er glutenfri, noe som gjør at barna kan senke skuldrene og fokusere på lek og læring. På programmet står både faglige og sosiale aktiviteter av ulik art.

I 2025 deltok 143 personer på leiren, hvorav 77 barn. Disse kom fra 53 familier, og hele 15 fylker var representert. Aldersfordelingen blant barna viste at 46 var født i perioden 2008–2015, mens 31 var født fra 2016 eller senere.

Ansatte fra NCFs sekretariat og fra folkehøgskolen deltok som kursledere. I tillegg var fem energiske ungdommer engasjert som assistenter/barnepassere. Dette er som regel ungdom som selv har cøliaki, eller som er godt kjent med det å leve med sykdommen, så de fungerer som fine og populære rollemodeller for barna.

Programmet var som vanlig fullspekket med spennende aktiviteter for barn og voksne. Barnelege Ketil Størdal holdt et interessant foredrag for de voksne. Klinisk ernæringsfysiolog Therese Lensnes lærte tilhørerne om sunn, glutenfri ernæring og ga gode tips og råd til glutenfri baking og matlaging. Stefano Matarese fra Flavors holdt en original matlagingsdemonstrasjon ute i det fri, og ellers var det mange muligheter for både fysisk og kunstnerisk utfoldelse for både små og store.

Andre aktiviteter på leiren var turning, padling, ballaktiviteter, yoga og forming. Siste kveld var det avsluttende festmiddag med bildeshow, allsang og skuespill ved barna. Kvelden endte med utdeling av glutenfrie goodiebags til hver familie, med godsaker sponset av noen av våre samarbeidspartnere på produsent-/leverandørsiden.

Evalueringene i etterkant viste også i år at dette er et både populært og viktig arrangement for de mange deltakerne fra mange ulike kanter av landet.



Årets glutenfrie bedrift 2025



Prisen «Årets glutenfrie bedrift 2025» ble delt ut i januar 2026. Det ble til sammen delt ut tre priser, to i kategorien *produsenter* og én i kategorien *spisesteder*.

Vinnere 2025 ble:

Kategori Spisesteder:

Noko Attåt, Vestnes

Kategori Produsenter:

Macks Ølbryggeri, Tromsø

Lyd's Gluten-free, Oslo



Prisen består av et flott diplom og blomster, i tillegg til «heder og ære». Vinnerne får anledning til å benytte vårt spesifikke prismerke i tilknytning til sitt glutenfrie tilbud. Priskomiteén tar i sitt arbeid utgangspunkt i innkomne nominasjoner. Når det gjelder spisestedene, er det medlemmer og andre brukere/besøkende som sender inn nominasjoner, mens produsentene sender inn egen nominasjon. Pressemelding ble sendt til både nasjonal og lokal presse, og begivenheten ble som vanlig grundig omtalt i våre egne kanaler – på nettsiden, i medlemsbladet og sosiale medier. Det er positivt å se at tildelingen oppnår god presseomtale og mye oppmerksomhet.

Komitéen for Årets glutenfrie bedrift 2025 har bestått av:

Komitéleder:	Anette Årsland	NCF sekretariatet
Medlem:	Bente Sandum Woods	NCF Hordaland
Medlem:	Anita Hanken	NCF Oslo og Akershus
Medlem:	Dag Inge Aae	NCF Møre og Romsdal
Medlem:	Tone Amundsen Nyvold	NCF sekretariatet

NCF Leverandørforum



NCF leverandørforum er et årlig arrangement der vi inviterer leverandører og produsenter for å høre på faglige foredrag og aktuelt nytt fra NCF. Det er samtidig en god anledning for deltakerne til mingling og diskusjoner med andre i samme bransje og ansatte i NCF. Årets leverandørforum ble arrangert Citybox i Oslo sentrum den 30. oktober. Totalt 21 personer var til stede på møtet, og 12 ulike firmaer var representert.

Hovedpunkter fra programmet:

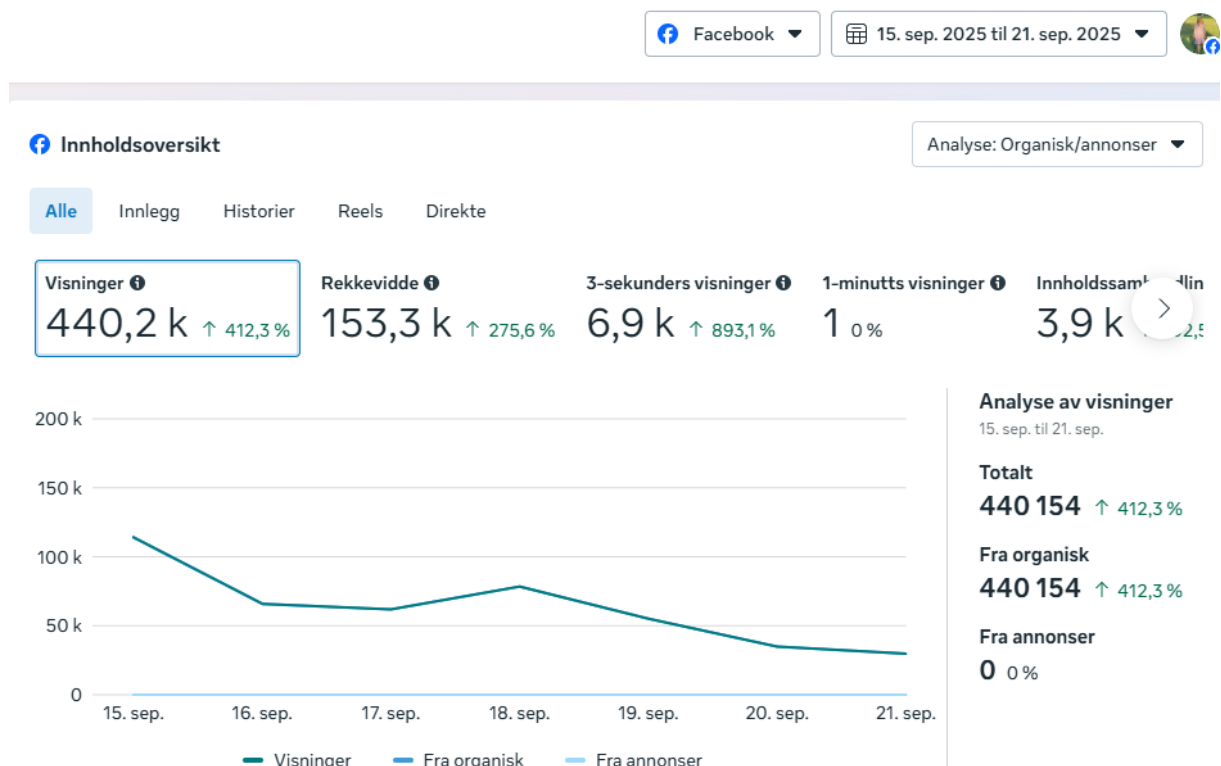
- Foredrag om immunrespons fra hydrolyserte glutenpeptider fra bygg vs gluten fra hvete
- Foredrag om konsekvenser av Jodberikningsprogrammet for folks helse
- Nasjonalt beredskapslager for glutenfritt matkorn
- Retningslinjer for et glutenfritt kosthold

Kampanje i CØLIAKIUKA 2025 - Tenk cøliaki

At så mange går med plager som skyldes udiagnostisert cøliaki er fortsatt et høyaktuelt tema for NCF, og dette temaet ble det derfor fokusert på også i Cøliakiuka 2025. I forbindelse med Cøliakiuka ble det laget nye hjelpemidler i form av seks nye, fargerike plakater. Tanken var at disse skulle være iøyenfallende og ha et tydelig og lettfattelig budskap for å nå frem til så mange som mulig med informasjonen om de ulike, til dels diffuse, symptomene på cøliaki. Samt hvordan gå frem ved mistanke om sykdommen.



Plakatene over ble delt etter tur på sosiale medier, og vi oppfordret medlemmer og andre til å spre budskapet videre. Dette ble veldig godt mottatt, og ga en eksplosiv trafikkvekst på sosiale medier. Facebook var den store trafikkdriveren, og fikk en økning i antall visninger på 440 prosent og rekkevidden økte med 275 prosent denne uka. All trafikken var organisk, altså ikke betalt for.





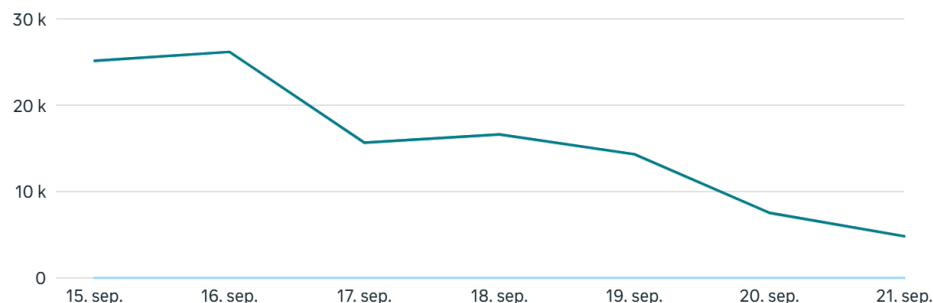
Kampanjen fikk også stor oppmerksomhet på Instagram, og der økte både antall visninger og rekkevidde med over 300 prosent.

Innholdsoversikt

Analyse: Organisk/annonser

Alle Innlegg Historier

Visninger 110,3 k ↑ 300,7 %
 Rekkevidde 25,8 k ↑ 311 %
 Innholdssamhandlinger 1,2 k ↑ 41,7 %



Analyse av visninger

15. sep. til 21. sep.

Totalt 110 272 ↑ 300,7 %
 Fra organisk 110 272 ↑ 300,7 %
 Fra annonser 0 0 %

Den internasjonale cøliakiuka og cøliakidagen

Den 12.–16. mai ble den internasjonale cøliakiuka, *Coeliac Awareness Week*, markert av de europeiske cøliakiforeningene som er tilknyttet paraplyorganisasjonen AOECS. Og den internasjonale cøliakidagen, *International Coeliac Disease Awareness Day* er 16. mai.

I NCF hadde vi denne dagen og uka ekstra fokus på temaet *Tenk cøliaki*, samt at vi også i år deltok på det virtuelle løpet i regi av AOECS – «Coeliac Day Run». Det er en liten startavgift for å delta på løpet, og inntektene derfra gikk til å støtte leveranser med glutenfri mat til de med cøliaki i det krigsherjede Ukraina. Flere av NCF's ansatte deltok i løpet, og i tillegg ble medlemmene og andre oppfordret til å delta.

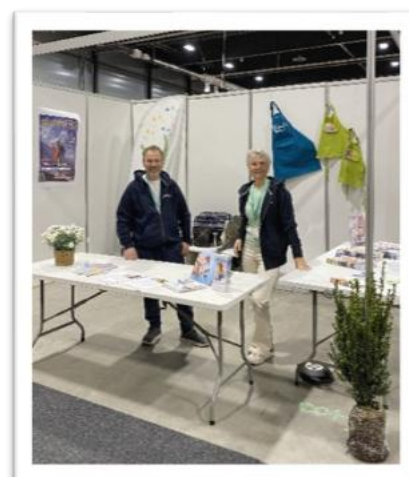


Hagemessen i april

Vi deltok med en stand på Hagemessen på Lillestrøm 25.–27. Bakgrunnen for dette, var at arrangørene i tidligere år hadde fått tilbakemeldinger om at de savnet et glutenfritt tilbud på denne messen.

I forkant bisto vi arrangøren med å få med glutenfrie produsenter på messen, slik at det kunne bli et godt tilbud av glutenfritt der. Medlemmene våre fikk også tilbud om rabattert pris på inngangsbilletten.

Produsentene og NCF hadde stands i en samlet «avdeling» i messehallen. På den måten ble det et tydelig og godt glutenfritt innslag på messa, som ble satt stor pris på av både medlemmer og andre som kom innom for en prat om cøliaki og glutenfritt.





Forskerkonferansen

Onsdag 24. september 2025 arrangerte Norsk cøliakiforening sin tredje forskerkonferanse. Formålet var å samle forskere innenfor medisin og ernæring for å presentere og diskutere de siste resultatene innen cøliakiforskning. Med dette ønsket vi igjen å skape en plattform for kontinuerlig læring, erfaringsutveksling og nettverksbygging, som bidrar til å styrke forskningen og behandlingen av cøliaki.

Målgruppen for konferansen var også denne gangen forskere, leger, ernæringsfysiologer, studenter og andre cøliaki-interesserte fra hele landet. Konferansen ble arrangert på Eldorado i Oslo, og konferansen ble filmet for digital deltakelse via zoom.

Thermo Fischer sponset konferansen gjennom sitt utdanningsfond, og var også til stede i lokalet med to representanter og en liten stand.

Det var 180 tilhørere totalt, av disse var 115 digitale og 65 til stede i salen. Blant disse var også representanter fra forskningsfondet for cøliaki, fagrådet og sekretariatet.

Det var presentasjon av digitale postere i lokalet på Eldorado, og flere benyttet denne muligheten til å formidle sin forskning, både forelesere og andre forskere.

[Les mer om foreleserne og programmet her.](#)



Julie Heggelund

PhD, forsker ved Norsk Senter for Cøliakiforskning, Institutt for klinisk medisin, UiO

Dermatitis herpetiformis er en komplikasjon av cøliaki. Tilstanden rammer huden og kjennetegnes ved utslett og intens kløe. Mens personer med cøliaki har antistoffer mot enzymet transglutaminase 2, har personer med DH antistoffer både mot transglutaminase 2 (TG2) og transglutaminase 3 (TG3). Begge variantene kan forandre gluten. TG3 finnes i huden og det er mulig at antistoffene mot TG3 forårsaker hudplagene. Vi har studert hvordan antistoffer mot TG3 binder enzymet og funnet ut hvordan antistoffer hos DH-personer kan aktivere enzymet noe som igjen fører til forandring av gluten.

Forsker 2025 KONFERANSEN

NORSK CØLIAKIFORENING

**Hvem kommer?
& Hva skal de
snakke om?**

24. september
Klokken
09.00-16.00

Delta digitalt eller
på Eldorado i Oslo



**Elin Hård
af Segerstad**

Dr.med., dietist (KEF) med spesialisering i pediatri, ved Pediatrisk Forskningsinstitutt, Oslo universitetssykehus

I vår ble de svenske, nasjonale retningslinjene for personer med cøliaki oppdatert. I de nye retningslinjene ble KEFs rolle enda sterkere vektlagt enn tidligere. Oppfølging med en erfaren KEF bør være holistisk og individuelt tilpasset for å sikre en behandling av høy kvalitet.



Jorun Stamnes

Forsker, Norsk Senter for Cøliakiforskning og Kjernefasilitet for Proteomikk, Universitetet i Oslo

Det er et stort behov for ikke-invasive metoder for å overvåke behandlingseffekt i cøliaki, spesielt hos barn. Måling av sykdomsspesifikke antistoff i blod er et godt diagnostisk verktøy, men gir ikke et direkte mål på tarmskade. Vi jobber nå med å utvikle en analyse av antistoff og protein-sammensetning i avføringsprøver som kan gi informasjon om sykdomsstatus i tarmen.



Jostein Ibsen

Lege ved Oslo Universitetssykehus Rikshospitalet og PhD-kandidat Universitetet i Oslo

Siden 2012 har det vært mulig å diagnostisere cøliaki hos barn basert på blodprøveverdier, uten behov for tynntarmsbiopsi. Kan blodprøver alene også gi en sikker diagnose hos voksne og dermed redusere behovet for biopsier? Og hvor godt forutsier blodprøver tilheling hos cøliakere?



**Louise Fremgaard
Risnes**

Forsker, Seksjon for Gastromedisin, Avdeling for transplantasjonsmedisin, OUS Rikshospitalet

Glutenfri kost er den eneste behandlingen for cøliakere. Det er likevel økende interesse for å utvikle alternative behandlingsmuligheter, både blant cøliakere og legemiddelindustrien. En ny medisin må testes gjennom kliniske studier, og for cøliaki, involverer det ofte glutenprovokasjon for å måle dets effekt. De immunologiske aspektene i slike studier gir særlig ny innsikt, og vil være fokus i dette foredraget.



Stephanie Zühlke

Postdoktor og lege i spesialisering, HUNT Levanger/Sykehuset Namdal

Personer med cøliaki ser til tross for en sunnere livsstil ut til å ha en lett økt dødelighet, hovedsakelig på grunn av økt risiko for hjerte- og karsykdommer. Jeg bruker data fra den seneste Helseundersøkelsen i Nord-Trøndelag (HUNT4) for å undersøke hjerte- og karsykdom samt dødelighet blant cøliakere for å kunne gi bedre anbefalinger for forebygging og oppfølging av hjerte- og karsykdom.



Eivind Ness-Jensen

Overlege og førsteamanuensis, Sykehuset Levanger og HUNT forskningscenter, NTNU

En stor andel personer med cøliaki lever med sykdommen uten å være klar over det. Materiale fra HUNT viser at mange har levd minst 10-20 år med sykdommen, kanskje hele livet, uten å vite om dette. Hvilke konsekvenser kan dette ha på somatisk og mental helse? Vi presenterer data fra HUNT på ulike mulige konsekvenser av langvarig, ikke erkjent cøliaki.



Anette Wolf

Professor ved Haukeland Universitetssykehus og Universitetet i Bergen.

Nesten halvparten av personer med cøliaki kan oppleve tannhelseutfordringer. Emaljesvikt, som er karakterisert av øydelegging av det harde ytterste laget av tennene, er hyppig. Vi har funnet en sammenheng mellom antistoff mot cellene som danner emaljen og emaljesvikt hos disse pasientene.



Bakekurs i Møre og Romsdal.

Aktivitet i fylkeslagene

Det har vært stor aktivitet i fylkeslagene i 2025. Vi takker alle frivillige som har stått på stand, laget juleverksteder, arrangert turer, foredrag og bakekurs. Her er et lite utvalg av arrangementene som har foregått rundt om i Norges land:

Vestfold og Telemark

- Innlegg på fire LMS-kurs ved sykehuset Telemark. Dette ser vi på som svært viktig arbeid, hvor vi når ut til de nydiagnostiserte. I Vestfold har vi kontakten med ernæringsfysiolog, som har møter med de nydiagnostiserte og deler ut folderen vår.
- Bakekurs: Det ble gjennomført fem bakekurs i Vestfold og fire i Telemark
- Oppsøkende virksomhet: Stands på Eplefesten på Gvarv, på Farmandstredet (både vår og høst) og på familiedagen på Berg i Kragerø.
- Medlemsaktiviteter: Hyggelig kafetreff for seniorene og den årlige «julebaksten» hvor vi baker sju slag og fyller opp boksene våre. I år deltok 36 glade julebakere.
- Vi har laget en flott folder som forteller om hva NCF sentralt og i Vestfold og Telemark bidrar med, og hvordan de kan melde seg inn mm.



Norsk Cøliakiforening Vestfold og Tel...
1. des. 2024 · Mobilopplastering



Nordland

- Kafetreff i Bodø
- Pizzakveld i Svolvær
- Stand på markedsdag på Steigen bygdetun
- Ølsmakingen på Bådin bryggeri



Østfold

- Bakekurs
- Bowling for barn
- Medlemsmøte på Ruud gård
- Klatring på Grensen
- Julebord

Sogn og Fjordane

- Bakekurs for store og små med tema jul og sunnere bakst.
- Stand på Rosa sløyfe-løpet i Førde med glutenfrie lapper.



Hordaland

- Juletrefest VilVite
- Hobbytreff på FFO
- Ungdomstreff på Megazone med NCFU
- Kafetreff på Osøyro kolonial
- Familiearrangement Øvreeide gård
- Ølsmaking på 7 fjell Bryggerier (Bilde 4,5)
- Juletreff med bakekurs for barn (Bilde 6 og 7)
- Medlemskveld med overlege Birgitte Emkem
- Samt flere bakekurs



Oppland

- Hunderfossen
- tur for barn 0-14 år
- Førjulsdag for barn 4-14 år med juleverksted og pepperkakebaking
- Stands på frivilligdager og andre markedsdager

Trøndelag

- Trøndersk Matfestival – vi deltok med stor stand på festivalen for første gang, og det var en glede for de som har cøliaki og andre som spiser glutenfritt.
- Medlemstur til Inderøy med støtte fra Dam. Fin tur med lunsj på Marens Bakeri, rusletur i Muustrøparken og besøk på Inderøy Brenneri.



Agder

- Koselig familiearrangement med tur til Den lille dyrehave + pizza på Lyngrillen.
- Seks kafétreff rundt om i fylket.
- Førjulsmøte med foredrag fra Legen uten gluten på Teams.
- Bakekurs på Borkedalen skole.

Buskerud

- Italiensk bakekurs på Marienlyst skole, Drammen.
- Italiensk bakekurs på Veien skole, Hønefoss.
- 20. oktober var en gjeng barn på Leos Lekeland i Drammen. Det ble servert pizza til barna og kaffe til de voksne.
- 21. november var en gjeng samlet på Klatreverket i Drammen med instruktør til stede. Det ble servert pizza.

Finnmark

- Glutenfri helg i Alta i februar med bowling og pizza, Afternoon Tea og pizzatreff på Peppes.

Hedmark

- Familiedag på Hunderfossen familiepark
- Juleverksted



Møre og Romsdal

- Kafétreff på Smaka i Kristiansund
- Aktivitetsdag i Ålesund
- Julebord i Bud
- Bowling med mat i Kristiansund
- Julebord i Surnadal
- Julebord i Ørskog

Troms

- Bakekurs i Harstad
- Kafétreff på Fryd
- Barnetreff i Tromsøbadet
- Ungdomstreff med bowling og biljard i Tromsø
- Stand på Frivillighetens dag i Troms med blant annet aktiviteter, kaffe og vaffelsteking
- Stand på Kanebogen i Harstad



Rogaland

- Middag på Fiskefruen med fiskesmaksmeny.
- Foredrag på avlastningsbolig på Klepp.
- Treretters middag på Jørs Kjøkken.
- To bakekurs med Cøliakikokken helgen 13. og 14. september. Gjærbakstkurs for voksne på lørdagen og pizzakurs for barn på søndagen.
- Middag på Bryne kro & hotell.
- Bakekurs for barn i Haugesund.
- Julelunsj på CinCin.
- Kakemannmaling på Gjestalveien conditori for barn og foresatte.
- Førjuls kos i Haugesund med pepperkakepynting.
- Førjuls kos på Gramstadtunet med juleverksted, bål, grøt og pepperkaker.

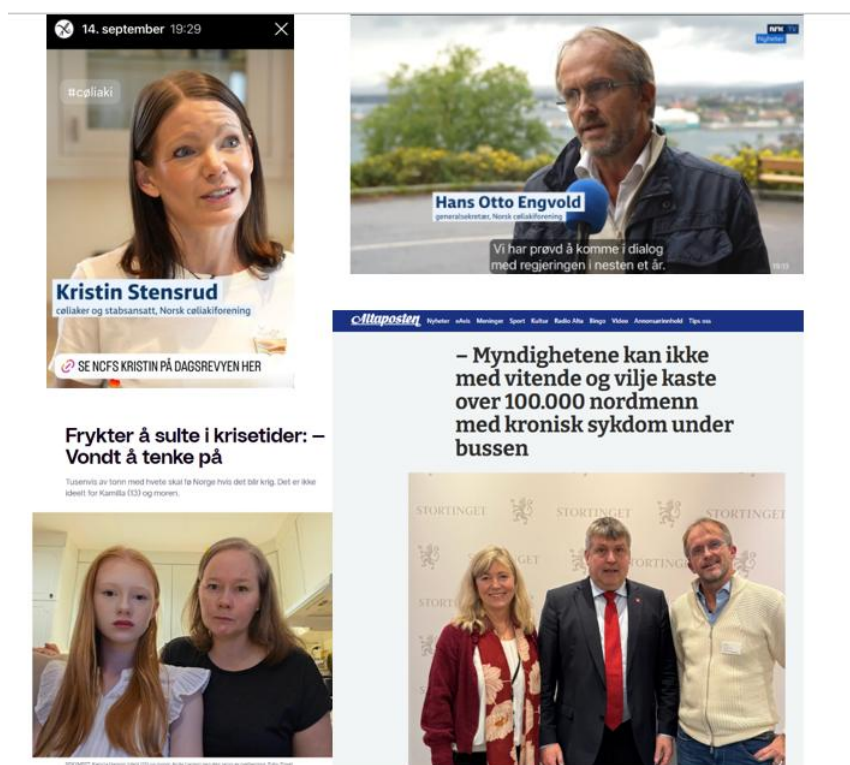
Oslo og Akershus

- Matkurs for barn på Geitmyra kultursenter med likepersonssamling for foreldrene
- Sosialt treff på Glutenfrihuset.
- Pannekakepiknikk på Geitmyra.
- Faglig foredrag ved professor Ketil Størdal
- Julelunsj på Bristol.
- Fire bakekurs ble avholdt. «Glutenfri gjærbakst» på Kløfta og Lørenskog og «Sunnere gjærbakst» på Lørenskog.



Omtale i riksdekkende medier

NCF fått en god del oppslag i riksmediene i 2026. Vi har frontet både manglende glutenfritt beredskapslager, lav grunnstønad og høye priser på glutenfri mat. Utdelingen av Årets glutenfrie bedrift, gir alltid en del oppmerksomhet, men det er satsningen på «den glutenfrie beredskapen» som har fått størst oppmerksomhet i media det siste året. Både TV2 og NRK har laget saker på glutenfri beredskap. I fjor høst måtte Hans Otto Engvold og Kristin Stenersrud kaste seg rundt en søndag, da NRK Dagsrevyen plutselig ville sette beredskap på agendaen. I tillegg har det vært en relativ stor pågang fra media generelt som ønsker at NCF skal bidra i ulike artikler. I har laget en side på ncf.no hvor dere kan se mer om [NCF i media](#), men her er et lite utvalg:



Politisk arbeid

Høringer

I 2025 ble NCF innvilget høringstid for to av Stortingets komiteer. I forbindelse med regjeringens forslag til statsbudsjett for 2026 fremmet generalsekretær Hans Otto Engvold viktigheten av å få etablert glutenfritt beredskapslager overfor Næringskomiteen, mens han overfor Arbeids- og sosialkomiteen ba om oppjusterte satser for grunnstønaden.

I tillegg har NCF gitt innspill til to separate høringer fra Mattilsynet: endringer i Forskrift om kosttilskudd og endringer i Forskrift om ernærings- og helsepåstander om næringsmidler, hvor NCF har vektlagt behovet for tydelig merking og trygg mat. Videre har NCF levert høringssvar til NOU 2025: 2 Samfunnsvern og omsorg, med fokus på ivaretagelse av sårbare grupper i beredskapssituasjoner.



Politisk arbeid

Norsk cøliakiforening jobber aktivt for å sette cøliaki på den politiske dagsordenen. Tre saker er særlig viktige for oss: Grunnstønad, nasjonal matberedskap og styrking av politisk gjennomslagskraft gjennom samarbeid og alliansebygging

#cøliaki

#grunnstønad

#glutenfriberedskap

Tre satsningsområder i 2025

NCF har i 2025 hatt et tydelig og målrettet nasjonalt politisk arbeid, med særlig vekt på tre hovedområder: grunnstønad, nasjonal matberedskap og styrking av politisk gjennomslagskraft gjennom samarbeid og alliansebygging. Arbeidet har vært preget av både direkte politisk påvirkning, mediearbeid og mobilisering av medlemmer og samarbeidspartnere.

Generalsekretæren har også avholdt flere direktemøter med ulike stortingsrepresentanter for å skaffe støtte til beredskapslagring av glutenfritt matkorn.

Et sentralt satsingsområde har vært arbeidet med grunnstønaden. NCF deltok i budsjettøring i Stortingets arbeids- og sosialkomité, hvor foreningen – i samarbeid med Norges Astma- og Allergiforbund (NAAF) – foreslo å etablere en arbeidsgruppe som skal oppdatere beregningsgrunnlaget for merkostnader ved glutenfri kost, med utgangspunkt i SIFOs referansebudsjett. Målet har vært å sikre et mer treffsikkert og faglig forankret grunnlag for stønadsordningen.

Den klart mest omfattende politiske saken i 2025 har vært arbeidet for å inkludere glutenfrie alternativer i den nasjonale beredskapslagringen av matkorn. Bakgrunnen er at regjeringens planer for beredskapslager kun omfatter hvetekorn, noe som i praksis ekskluderer over 100 000 nordmenn med cøliaki og hveteallergi. NCF har arbeidet bredt for å synliggjøre denne problemstillingen, både gjennom direkte dialog med politikere, medieutspill og samarbeid med andre aktører.



Avdelingsleder Marte Øien fra Norges Astma- og Allergiforening (NAAF), statssekretær i Landbruks- og matdepartementet Hanne-Berit Brekken (Arbeiderpartiet), og generalsekretær Hans Otto Engvold fra Norsk cøliakiforening.

Allerede ved inngangen til året ble problemstillingen løftet politisk gjennom et skriftlig spørsmål i Stortinget. Gjennom året har NCF fulgt opp saken med møter med stortingspolitikere, blant annet i næringskomiteen, og ved å søke dialog med relevante departementer. Samtidig har foreningen bidratt til betydelig medieoppmerksomhet, blant annet gjennom saker i NRK og nasjonale medier, som har satt søkelys på manglende beredskap for personer med behov for glutenfri kost.

NCF har også arbeidet aktivt for å bygge politisk press gjennom samarbeid og mobilisering. Sammen med NAAF ble det gjennomført en underskriftskampanje med krav om etablering av glutenfritt beredskapslager, der det ble fremhevet at dagens ordning innebærer en form for diskriminering av sårbare grupper. I tillegg viser to ulike opinionsmålinger at et klart flertall av befolkningen støtter kravet om alternative kornslag i beredskapslageret.

Arbeidet har også hatt politisk gjennomslag i form av økt oppmerksomhet og endrede posisjoner. Blant annet valgte Fremskrittspartiet i løpet av 2025 å støtte kravet om inkludering av glutenfritt korn i beredskapsordningen, etter dialog med NCF.

Mot slutten av året oppnådde NCF et viktig gjennombrudd ved at det ble etablert dialog med politisk ledelse i Landbruks- og matdepartementet, som signaliserte vilje til å vurdere problemstillingen videre. Samtidig viser både statsbudsjettet for 2026 og etterfølgende avklaringer med departementet at det fortsatt ikke er lagt inn tiltak for innkjøp eller beredskapslagring av glutenfritt korn, og at eksisterende kontrakter og bevilgninger er begrenset til hvetekorn. Dette understreker at arbeidet fortsatt er i en tidlig fase og må videreføres.



Mads Johansson, generalsekretær i Mage-tarmforbundet og Hans Otto Engvold, generalsekretær i Norsk cøliakiforening.

Parallelt med beredskapssaken har NCF også tatt initiativ til å styrke sin langsiktige politiske gjennomslagskraft. Det er gjennomført sonderinger for å etablere et fagpolitisk nettverk eller en allianse med andre pasientorganisasjoner innen auto-immune sykdommer. Hensikten er å oppnå større politisk tyngde i saker som gjelder rettigheter, helsetilbud og forskning.

NCF har i tillegg sluttet seg til et bredt helsepolitisk opprop om et nasjonalt forebyggingsforlik, som tar til orde for økt satsing på forebygging i helsepolitikken. Dette illustrerer foreningens engasjement i bredere helsepolitiske spørsmål som berører medlemmer og samfunnet generelt.

Samlet sett har NCF i 2025 styrket sin rolle som en tydelig politisk aktør nasjonalt. Gjennom målrettet påvirkningsarbeid, strategiske samarbeid og økt synlighet i offentligheten har foreningen satt viktige saker på den politiske dagsordenen. Særlig arbeidet med glutenfri beredskap fremstår som en sentral sak der NCF har oppnådd økt politisk oppmerksomhet, men hvor det fortsatt gjenstår arbeid før konkrete løsninger er på plass.



Sammen for en trygg og rettferdig matberedskap. Guro Birkeland, generalsekretær i Norges Astma- og Allergiforbund (NAAF) og Hans Otto Engvold, generalsekretær i Norsk cøliakiforening.

Arendalsuka 2025

NCF deltok på Arendalsuka 2025 for å løfte sentrale interessepolitiske saker, med særlig vekt på behovet for glutenfri beredskap. Generalsekretær Hans Otto Engvold hadde møter og uformelle samtaler med flere sentrale aktører, blant annet ledelsen i Norgesmøllene, Felleskjøpet Agri, leder i Norges Bondelag Bjørn Gimming, LO-nestleder og tidligere medlem av Totalberedskapskommisjonen Are Tomasgard, og statssekretær Hanne-Berit Brekken i Landbruks- og matdepartementet.

Beredskapssaken fikk også nasjonal oppmerksomhet gjennom intervju på NRK P3 uken senere, der statssekretær Brekken bekreftet at regjeringen hadde opprettet dialog med NCF under Arendalsuken, og som resulterte i et dialogmøte mellom partene i starten av oktober.

På hjemveien ble det også et lærerikt besøk hos havrebonde Hogne Prestegård. Han er en av de første som startet med dyrking av glutenfri havre her i landet. Han kunne fortelle mye om det nitidige arbeidet det er å dyrke glutenfri havre, og det gode samarbeidet han hadde med NCF i «pionertiden». I disse dager er han naturlig nok svært interessert i muligheten for å få til en beredskapslagring med glutenfri havre.



Landsomfattende spørreundersøkelse

Sommeren 2025 fikk Norsk cøliakiforening og Norges Astma- og Allergiforbund (NAAF) gjennomført en landsomfattende meningsmåling via Respons Analyse om befolkningens syn på glutenfri beredskap.

Resultatene viste tydelig støtte i befolkningen: 70 prosent mente at statens beredskapslager for matkorn må inkludere glutenfrie alternativer, og uttrykte bekymring for at personer med cøliaki og hveteallergi ikke er ivaretatt.

Funnene fikk nasjonal oppmerksomhet gjennom NTB, og bidro til å forsterke det politiske presset for en mer inkluderende og rettferdig matberedskap.

Medlemsundersøkelsen 2025

Våren 2025 gjennomførte NCF en omfattende medlemsundersøkelse, den første på flere år. Totalt svarte 2 128 medlemmer, noe som tilsvarte en svarprosent på 27, og ga et solid og representativt datagrunnlag.

Respondentene speilet medlemsmassen godt, med 80 prosent kvinner. Åtte av ti oppga å ha cøliaki selv, 17 prosent var foresatte til barn med diagnosen, og en mindre andel rapporterte andre relaterte tilstander som dermatitis herpetiformis og hveteallergi. Halvparten hadde levd med diagnosen i over ti år, mens en mindre andel nylig hadde fått diagnosen.

Undersøkelsen viste at hverdagen med cøliaki og relaterte diagnoser er krevende for mange. Hele 80 prosent mente at grunnstønad dekket svært lite eller ganske lite av de faktiske ekstraavgiftene til glutenfri mat, og like mange uttrykte bekymring for økte priser på glutenfrie produkter. Flere ga uttrykk for at økonomien tvang dem til å prioritere bort andre nødvendige utgifter.

Videre avdekket undersøkelsen betydelige mangler i oppfølging fra helsevesenet. Mange hadde ikke fått tilbud om kurs ved lærings- og mestringssenter, og kun en del hadde mottatt kostholdsveiledning eller gått til jevnlig kontroll.

Bekymringen for beredskap var også tydelig, særlig blant barnefamilier, hvor seks av ti oppga å være svært bekymret for manglende planer for glutenfri mat i krisesituasjoner. Undersøkelsen ga et klart mandat til NCFs ledelse: arbeidet for høyere grunnstønad, bedre helsetilbud, økt forskning og mer informasjon skulle prioriteres fremover.

Hvert fylkeslag har for øvrig mottatt digitale data fra medlemsundersøkelsen som muliggjør videre analyse av svarene fra medlemmene i eget fylke. Dette vil hjelpe fylkeslagene med å tilpasse og videreutvikle fylkeslagenes aktiviteter.

Organisering av NCF

Sekretariatet

Høsten 2024 startet Norsk cøliakiforening en helhetlig omorganisering av sekretariatet. Bakgrunnen var identifiserte sårbarheter knyttet til stor arbeidsbelastning, smal kompetansedekning innen enkelte kritiske funksjoner og uklar ansvarsdeling, særlig innen administrasjon, økonomi og støtte til tillitsvalgte. Arbeidet tok utgangspunkt i en strategisamling i staben høsten 2024, hvor sekretariatets oppgaver, roller og arbeidsformer ble gjennomgått og vurdert.

I 2025 ble flere tiltak gjennomført for å tydeliggjøre ansvar, redusere personavhengighet og styrke profesjonaliseringen av støttefunksjoner, blant annet gjennom økt bruk av eksterne leverandører og mer strukturert arbeidsdeling.

To ansatte i 100 % stilling var ikke i arbeid deler av året grunnet langvarig fravær.

Omorganiseringen kulminerte i mars 2026 og danner grunnlaget for gjennomføring av NCFs handlingsplan for 2026–2027, med klarere prioriteringer, innføring av tydeligere KPI-er og bedre samsvar mellom strategi, organisering og praktisk drift.

Utsetting av delfunksjoner til Orgservice AS

Våren 2025 iverksatte generalsekretær en strukturert prosess for å vurdere outsourcing av administrative og økonomiske funksjoner i sekretariatet. Bakgrunnen var økende kompleksitet i tilskuddsforvaltning, prosjektøkonomi og rapportering, samt behov for mer robuste og forutsigbare støttefunksjoner. Etter anbudsrunde og dialog med flere tilbydere ble Orgservice AS valgt som samarbeidspartner.

Samarbeidet startet i mars 2025 med outsourcing av tilskudsarbeid, herunder søknadsskriving, rapportering og økonomisk rådgivning. Høsten 2025 ble samarbeidet utvidet gjennom en tidsavgrenset avtale om økonomiarbeid, som omfattet budsjettoppfølging, prosjektøkonomi, fakturering og tett samarbeid med regnskapsfører. Som del av dette arbeidet ble det utviklet et strukturert oppsett for prosjektrekskap, som styrket intern styring og rapportering.

Erfaringene fra 2025 var positive og dannet grunnlag for videre utvikling. I mars 2026 mottok NCF et samlet tilbud fra Orgservice om full outsourcing av økonomikonsulent-funksjon, regnskapsføring, samt sekretariatsfunksjonen for Forskningsfondet. 1. april 2026 ble konsulentavtalen fra i fjor fornyet og utvidet, og NCF står godt rustet for videre profesjonalisering av kontor- og økonomifunksjonene.

Ansatte i sekretariatet i 2025

- Hans Otto Engvold, generalsekretær
- Anette Årslund, seniorleder administrasjon og prosjekt
- Lise Friis Pedersen, seniorrådgiver ernæring
- Lars André Johnsrud, seniorrådgiver drift
- Kristin Stenerud, organisasjonsrådgiver
- Tjodunn Dyrnes, kommunikasjonsrådgiver
- Tone Nyvold, kommunikasjonsrådgiver/redaktør
- Elisabeth Frogner, marked- og kommunikasjonskonsulent (sluttet i stillingen i juni 2025)
- Tim Svardal, økonomikonsulent (sluttet i stillingen i juli 2025)



Kontrollkomiteen

Leder	Kåre Solberg	NCF Vestfold og Telemark
Nestleder	Bjørn Korsmo	NCF Hedmark
Medlem	Sissel Sørle	NCF Vestfold og Telemark
Varamedlem	Torill Aamodt	NCF Oslo og Akershus



Kontrollkomiteens
leder Kåre Solberg.

Valgkomiteen

Leder	Asbjørn Jørgensen	NCF Nordland
Nestleder	Geir Gamlem	NCF Møre og Romsdal
Medlem	Ellen Valheim	NCF Rogaland
Varamedlem	Siv M. Øverstad	NCF Oppland



Fra venstre: Geir Gamlem, Ellen Valheim, varamedlem Siv M. Øverstad, og valgkomiteens leder Asbjørn Jørgensen.

Fylkeslag 2025

• NCF Finnmark	Leder: Kjell Martin Olsen
• NCF Troms	Leder: Marit Simonsen
• NCF Nordland	Leder: Ida Jørgensen
• NCF Trøndelag	Leder: Lisbeth Hansvold
• NCF Møre og Romsdal	Leder: Eva Svingeseth
• NCF Sogn og Fjordane	Leder: Joanna Galek
• NCF Hordaland	Leder: Cecilie H. Pettersen
• NCF Rogaland	Leder: Eivind Grouleff
• NCF Agder	Leder: Bjørnar Vestøl
• NCF Vestfold og Telemark	Leder: Jorunn Borge Westhrin
• NCF Buskerud	Leder: Knut Nilsen
• NCF Oslo / Akershus	Leder: Anne Kjersti Toft
• NCF Oppland	Leder: Siv M. Øverstad
• NCF Hedmark	Leder: Tove Alstad Attestog
• NCF Østfold	Leder: Kjell V.S. Bjørneby

Æresmedlemmer

NCF har fire æresmedlemmer:

- Johan Ek, em. dr. med.
- Nils Hovdenak, prof. em. dr. med. (døde i 2025)
- Trond Sundby Halstensen, prof. em. dr. med.
- Per Egil Andersen, tidligere rektor Elverum folkehøgskole

Norsk cøliakiforenings ungdom (NCFU)

NCFU er en selvstendig ungdomsorganisasjon for personer mellom 15 og 26 år. NCFU deltar på NCFs sentralstyremøter med tale og forslagsrett, og deltar med to delegater på NCFs Landsmøter og Landsstyremøter. NCFU deler kontor med NCF i Torggata 10.



Bildetekst: Fra venstre Kristina Williamson, økonomi- og administrasjonsrådgiver, Synthia Zaman, generalsekretær og Solrun Nyborg, informasjonsrådgiver/redaktør.

NCF er medlem av

- Hovedorganisasjonen Virke
- Frivillighet Norge
- Stiftelsen Dam
- Association of European Coeliac Societies (AOECS)

Miljø

Det drives ikke virksomhet som forurensar det ytre miljø.

Regnskap 2025

Regnskapet er ført av regnskapsfirmaet Accountor AS, og revidert av FLYT Revisjon AS. Regnskapet er elektronisk signert og revisorattestert

NCFs beretning for året 2025 er gitt av NCFs sentralstyre:

Linn Eli H. Jensen
Leder

Bjørnar Vestøl
Nestleder

Simen Midtbruket
Styremedlem

Eva Cathrin Svingeseth
Styremedlem

Øivind Wabø
Styremedlem

Ida Jørgensen
Styremedlem

Tommy Idsal
Styremedlem