



**VEDTEKTER
FOR
KOSTREFORM FOR BEDRE HELSE**

Vedtatt første gang ved stiftelsen 19.6.2007, sist revidert på landsmøtet 16.april 2016.

INNHOOLD

1. Navn, visjon, formål, målgrupper og virksomhet	3
1.1 Navn	3
1.2 Visjon	3
1.3 Formål	3
1.4 Målgrupper	3
1.5 Virksomhet og aktivitetsplan.....	3
2. Medlemskap	3
2.1 Medlemskap	3
2.2 Konfidensialitet	3
2.3 Æresmedlemskap.....	3
3. Medlemskontingent, støtte og sponsing.....	4
3.1 Medlemskontingent	4
3.2 Støtte.....	4
3.3 Sponsing	4
4. Landsmøte, landsstyre og fagråd.....	4
4.1 Landsmøtet	4
4.1.1 Innkalling	4
4.1.2 Valg.....	5
4.1.3 Votering.....	5
4.1.4 Valgkomité.....	5
4.1.5 Ekstraordinært landsmøtet.....	6
4.2 Landsstyret	6
4.3 Fagrådet	6
4.4 Kostnytt	6
5. Fylkeslag og fylkesstyre.....	6
5.1 Fylkeslag.....	6
5.1.1 Fylkesårsmøte	6
5.1.2 Innkalling	6
5.1.3 Valg.....	7
5.1.4 Votering.....	7
5.1.5 Valgkomité.....	7
5.1.6 Ekstraordinært fylkesårsmøte.....	7
5.2 Fylkesstyre.....	7
6. lokale grupper og Lokallag	8
6.1 Lokale grupper	8
6.2 Lokallag.....	8
7. Økonomi.....	8
7.1 Fordeling av kontingent.....	8
7.2 Fordeling av inntekter.....	8
7.3 Vederlag	8
7.4 Dekning av utgifter.....	8
7.5 Økonomisk støtte.....	8
8. Utmelding, eksklusjon og oppløsning.....	8
8.1 Utmelding	8
8.2 Eksklusjon	8
8.3 Oppløsning	9

1. NAVN, VISJON, FORMÅL, MÅLGRUPPER OG VIRKSOMHET

1.1 Navn

Foreningens navn er: *Kostreform for bedre helse*

1.2 Visjon

Foreningens visjon er: *Vi skal gjøre Norge friskere!*

1.3 Formål

Foreningen er en uavhengig, helsepolitisk organisasjon med formål å fremme kostråd og informasjon om kostens store helsebetydning med basis i oppdaterte forskningsresultater og erfaringer. Foreningen skal aktivt arbeide for å fremme et kosthold med stor andel ferske, naturlige råvarer med færrest mulig tilsetningsstoffer og begrenset innhold av karbohydrater. Foreningen vektlegger menneskers individuelle behov ut fra alder, helsetilstand og andre fysiologiske forskjeller.

1.4 Målgrupper

Målgruppen er befolkningen i Norge generelt, og spesielt de som allerede har utviklet karbohydratrelaterte helseplager, herunder overvekt og diabetes.

Foreningen vil arbeide for å påvirke forskningsmiljø og helsepolitiske organ slik at de samfunnsmessige forhold legges til rette for et kosthold i tråd med foreningens mål om å oppnå den største helsegevinsten både for enkeltmennesket og samfunnet, det at sykdom ikke utvikles.

Foreningens arbeid er blant annet rettet mot:

- Barnehager
- Barne- og ungdomsskoler
- Videregående skoler
- Universitet og høyskoler
- Bedrifter og offentlige etater
- Hotell, restaurant, catering og helsekostbransjen
- Helseinstitusjoner
- Pasientorganisasjoner
- Helse- og ernæringspersonell

1.5 Virksomhet og aktivitetsplan

Foreningens virksomhet omfatter blant annet kurs, møter, artikler, fakta ark, hjemmeside og annet informasjonsmaterieell. Den skal sette aktuelle problemstillinger på dagsorden ved å igangsette debatter og delta i debatter initiert av andre.

Virksomheten følger en aktivitetsplan godkjent av landsmøtet.

2. MEDLEMSKAP

2.1 Medlemskap

Foreningen er basert på enkeltmedlemmer organisert i fylkeslag. Medlemskap kvalifiserer til rabatter på arrangementer og publikasjoner som foreningen oppnår på medlemmenes vegne.

2.2 Konfidensialitet

Medlemslister er konfidensielle. Informasjon fra disse skal kun håndteres internt i foreningen. jf. markedsføringslovens § 15.

2.3 Æresmedlemskap

Kriterier

Æresmedlemskap skal primært tildeles medlemmer som har vist en særskilt stor innsats for foreningens beste. Æresmedlemskap avgjøres av landsmøtet.

Fremming av forslag

Enkeltmedlemmer, fylkesstyret og landsstyret kan fremme forslag om æresmedlemskap og oversende forslaget til landsstyret innen 31. desember. De som fremmer kandidater må framlegge en begrunnelse.

Kandidat til æresmedlemskap behandles av landsstyret. Resultat av en behandling offentliggjøres ikke. Negativt resultat av en behandling føres ikke i protokollen. Resultatet meldes dog tilbake til forslagsstiller.

Æresmedlem foreslås så landsmøtet etter enstemmig innstilling fra landsstyret.

Landsmøtet utnevner kandidaten til æresmedlem med alminnelig flertall.

Utdeling

Utdeling skjer normalt på landsmøtet.

Oppmerksomheten

Blomster og diplom.

Ettertid

- Æresmedlemmer skal ikke betale kontingent

- Spesiell invitasjon til landsmøtet, eventuelle medlemsfester og andre større arrangementer

3. MEDLEMSKONTINGENT, STØTTE OG SPONSING

3.1 Medlemskontingent

Medlemmene betaler kontingent vedtatt av landsmøtet som kan fastsette egne satser for studenter, honnør- og husstandsmedlemmer. Medlemskontingenten forfaller til betaling 28. januar.

3.2 Støtte

Støtte kan mottas fra klinikker, bedrifter, lag, stiftelser og foreninger som med fritt årlig beløp bidrar til å styrke foreningens måloppnåelse. Slik støtte gir rett til å bruke "Støtter Kostreform for bedre helse (år)" i årsberetninger, brosjyrer og informasjonsmateriell, både i trykket og elektronisk form det kalenderåret støtten gjelder for. Støttemedlemmer har ikke stemmerett.

3.3 Sponsing

Foreningen kan inngå avtale med bedrifter om sponsing mot at foreningen leverer tjenester som motytelse. Landsstyret utarbeider hensiktsmessige motytelser i forhold til sponsormidler. Sponsorere har ikke stemmerett.

4. LANDSMØTE, LANDSSTYRE OG FAGRÅD

Foreningens faste organer er:

- Landsmøtet
- Landsstyret
- Fagrådet
- Kostnytt
- Fylkes- og lokallag
- Valgkomité
- Revisor

4.1 Landsmøtet

Landsmøtet er foreningens øverste myndighet og består av delegater fra fylkeslag og medlemmer av landsstyret. Hvert fylkeslag kan stille med 2 delegater samt 1 delegat pr. 100 medlemmer. Alle medlemmer som har betalt årskontingent og revisor har møte- og talerett uten stemmerett. Landsmøtet avholdes hvert år innen utgangen av mai måned.

4.1.1 Innkalling

Landsstyret bestemmer tid og sted for landsmøtet og sender ut skriftlig forhåndsvarsel (e-post eller brev) minst 8 uker før møtet. Eventuelle forslag som ønskes behandlet på landsmøtet, må skriftlig være landsstyret i hende senest 6 uker før møtet. Landsstyret innkaller skriftlig til landsmøte med minst 3 ukers varsel. Innkallingen sendes fylkesstyrene med kopi til foreningens øvrige medlemmer og skal inneholde dagsorden. Øvrige sakspapirer ¹⁾ deles ut på landsmøte men kan bes tilsendt per e-post.

- ¹⁾ Dagsorden, årsmelding, årsregnskap med revisjonsrapport, innkomne forslag, forslag til aktivitetsplan, budsjett, medlemskontingent, valgkomiteens innstilling.

Dagsorden:

1. Konstituering ¹⁾
2. Årsmelding
3. Årsregnskap ²⁾ med revisjonsrapport
4. Ansvarsfrihet for landsstyret ³⁾
5. Innkomne saker
6. Aktivitetsplan
7. Medlemskontingent - satser og fordeling
8. Budsjett med eventuelle godtgjørelser
9. Valg

- ¹⁾ Godkjenne innkalling, navnelister og fullmakter, velge møteleder, protokollfører, to medlemmer til å underskrive protokollen (sammen med møteleder og protokollfører) og to til tellekorps

- ²⁾ Årsresultatene sammenlignet med vedtatt budsjett og foregående års regnskap

- ³⁾ Medlemmene av styret har ikke stemmerett i saken

4.1.2 Valg

Landsstyret består av 6 medlemmer og 3 varamedlemmer. Minst 3 av landets 5 regioner ¹⁾ bør være representert blant de faste medlemmene, og det bør tilstrebtes likeverdig representasjon av begge kjønn. Foreningens leder og leder av fagrådet er medlemmer av styret. Det tilstrebtes at ledervervet går på omgang mellom regionene. Ansatte i foreningen kan ikke inneha tillitsverv i landsstyret.

Foreningens leder og fagrådets leder velges særskilt, begge med funksjonstid på 1 år og kan gjenvelges. Styremedlemmer velges for 2 år og kan gjenvelges. Varamedlemmer velges for 1 år og kan gjenvelges.

- ¹⁾ Region Nord: Finnmark, Troms og Nordland
Region Midt: Nord-Trøndelag, Sør-Trøndelag, Møre og Romsdal
Region Vest: Sogn og Fjordane, Hordaland og Rogaland
Region Sør: Vest-Agder, Aust-Agder, Telemark, Vestfold og Buskerud
Region Øst: Oppland, Hedmark, Oslo, Akershus og Østfold

Varamedlemmer trer inn i styret ved styremedlemmenes forfall i samme rekkefølge som valgresultatet.

4.1.3 Votering

Møte- og stemmerett har delegater som har betalt kontingent for inneværende år. Hver delegat kan medbringe skriftlig fullmakt fra én annen delegat fra samme fylkeslag.

Fremlagte saker avgjøres ved simpelt flertall. Ved stemmelikhet avgjøres saker ved loddtrekning. Vedtektsendringer krever 2/3 flertall.

Valg skjer ved simpelt flertall, loddtrekning ved stemmelikhet. Foreningens leder og leder av fagrådet skal oppnå minst 50 % av de stemmeberettigete. Hvis det ikke skjer ved første avstemning, foretas omvalg blant de to med flest stemmer.

Alle valg skal foregå skriftlig dersom det foreligger flere forslag til kandidater. Med mindre en delegat krever skriftlig avstemning, avgjøres øvrige saker ved åpen stemmegivning.

Godkjent og underskrevet landstyremøteprotokoll gjøres tilgjengelig for alle medlemmer av foreningen på hjemmesidene.

4.1.4 Valgkomité

Landsmøtet velger valgkomité som skal bestå av 3 medlemmer med 3 års funksjonstid. Ett medlem, vanligvis det som har sittet lengst, går ut hvert år. Nytt medlem foreslås av landsstyret. Det medlemmet som har sittet lengst, leder komiteen og er ansvarlig for fremdrift og rapportering.

Valgkomiteen skal foreta sin innstilling basert på hvilke funksjoner som skal dekkes i styret, herunder forslag til foreningens leder og fagrådets leder, og oversende sin innstilling til landsstyret i henhold til oppsatt møteplan.

4.1.5 Ekstraordinært landsmøtet

Landsstyret skal med 3 ukers frist innkalle til ekstraordinært landsmøtet når minst halvparten av styremedlemmene ønsker det, eller minst 10 % av foreningens medlemmer skriftlig har uttrykt ønske om det.

4.2 Landsstyret

Landsstyret fordeler selv verv som nestleder, sekretær og kasserer. Varamedlemmer har møterett og skal motta kopi av møteinnkalling med dagsorden. Landsstyremøter skal avholdes minst 4 ganger i året. Det skal føres møteprotokoll som gjøres tilgjengelig for foreningens medlemmer. Ved avvikling av styremøter kan det benyttes elektronisk møteplass. For å være beslutningsdyktig må minst halvparten av styremedlemmene være til stede. Ved stemmelikhet har styrets leder dobbeltstemme.

Landsstyret har ansvar for foreningens daglige drift, utadrettet virksomhet og oppfølging av aktivitetsplanen. Innen 15. november skal styret utarbeide en møteplan for kommende landsmøtet som sendes valgkomité, fylkeslag og formidles til alle medlemmene via hjemmeside eller nyhetsbrev.

Landsstyret kan delegerere driftsoppgaver til et sekretariat med en sekretariatsleder, foreta ansettelser og inngå avtaler innenfor budsjett. Ved ansettelser er landsstyret arbeidsgiver og ved inngåelse av avtaler, avtalepart.

Landsstyret ved 3 medlemmer gis sammen fullmakt til å disponere større beløp av foreningens midler og inngå bindende økonomiske avtaler innenfor budsjett. Kasserer alene gis fullmakt til å disponere mindre beløp fastsatt av landsstyret.

4.3 Fagrådet

Fagrådet er foreningens faglige rådgiver. Det skal ha 6-8 medlemmer som oppnevnes hvert år av landsstyret etter forslag fra rådets leder. Fagrådet skal svare på spørsmål av allmenn interesse og formidle aktuell forskning innen foreningens virkeområde. Tre av medlemmene utgjør en gruppe som skal respondere raskt på relevante debatter og artikler i media.

4.4 Kostnytt

Kostnytt er foreningens medlemsblad. Ansvarlig redaktør er foreningens leder. I tillegg velger landsmøtet magasin-redaktør for Kostnytt. Magasin-redaktør velges for et år og kan gjenvelges uten tids-begrensing. Magasin-redaktør har tale- og møterett ved møter i landsstyret. Magasin-redaktør etablerer redaksjon i samråd med landsstyret. Utgivelsesfrekvens av Kostnytt avgjøres av redaksjonen i samråd med styret. Kostnytt kan utgis kun på elektronisk plattform dersom økonomiske forhold taler for dette.

5. FYLKESLAG OG FYLKESSTYRE

Det kan være ett fylkeslag i hvert fylke. Fylkeslagene kan som en del av sin aktivitet opprette lokale grupper som organiseres under fylkeslaget og/eller opprette egne lokallag.

5.1 Fylkeslag

Fylkeslag bestemmer selv sin virksomhet i samsvar med foreningens vedtekter og aktivitetsplan. Fylkeslag rapporterer til landsstyret som har ansvaret for etablering og oppfølging av fylkeslagene. Fylkeslag kan inngå avtaler innenfor godkjent budsjett, men kan ikke ha arbeidsgiveransvar.

5.1.1 Fylkesårsmøte

Fylkeslagene skal avholde årsmøte hvert år innen utgangen av februar. På fylkesårsmøtet kan medlemmer av de underliggende lokallagstyrene og lokale grupper, samt direkte medlemmer møte.

5.1.2 Innkalling

Fylkesstyret bestemmer tid og sted for årsmøtet i samsvar med møteplan, og sender ut skriftlig forhåndsvarsel per e-post eller brev minst 6 uker før møtet. Eventuelle forslag som ønskes behandlet på årsmøtet, må skriftlig være fylkesstyret i hende senest 4 uker før møtet. Fylkesstyret innkaller skriftlig til årsmøtet med minst 3 ukers varsel. Innkallingen sendes medlemmene i fylkeslaget, lokallagstyrene og de lokale gruppene med kopi til landsstyret og skal inneholde dagsorden. Øvrige sakspapirer¹⁾ deles ut på årsmøte, men kan bes tilsendt per e-post.

¹⁾ Dagsorden, årsmelding, årsregnskap med revisjonsrapport, innkomne forslag, forslag til aktivitetsplan, budsjett, medlemskontingent, valgkomiteens innstilling.

Dagsorden:

1. Konstituering ¹⁾
2. Årsmelding
3. Årsregnskap ²⁾ med revisjonsrapport
4. Ansvarsfrihet for fylkesstyret ³⁾
5. Innkomne saker
6. Aktivitetsplan
7. Budsjett med eventuelle godtgjørelser
8. Valg

¹⁾ Godkjenne innkalling, navnelister og fullmakter, velge møteleder, protokollfører, to medlemmer til å underskrive protokollen (sammen med møteleder og protokollfører) og to til tellekorps.

²⁾ Årsresultatene sammenlignet med vedtatt budsjett og foregående års regnskap.

³⁾ Medlemmene av styret har ikke stemmerett i saken.

5.1.3 Valg

Fylkesstyret består av 5-6 medlemmer og 2-3 varamedlemmer. Det bør tilstrebes likeverdig representasjon av begge kjønn. Fylkesstyrets leder velges særskilt med funksjonstid 1 år, øvrige styremedlemmer for 2 år. Styremedlemmene kan gjenvelges. Varamedlemmer velges for 1 år og kan gjenvelges.

Varamedlemmer trer eventuelt inn i styret ved styremedlemmenes forfall i samme rekkefølge som valgresultatet.

Årsmøtet kan foreslå kandidater til landsstyret. Forslag oversendes landsstyret med kopi til valgkomiteen senest 6 uker før landsmøtet.

5.1.4 Votering

Betalt kontingent for inneværende år gir møte- og stemmerett har. Hvert medlem kan medbringe skriftlig fullmakt fra ett annet medlem fra samme fylkeslag.

Valgene skjer ved simpelt flertall, loddrekning ved stemmelikhet. Fylkeslagets leder skal oppnå minst 50 % av de stemmeberettigete ved første avstemning. Hvis ikke, foretas omvalg med simpelt flertall blant de to med flest stemmer.

Fremlagte saker avgjøres ved simpelt flertall. Ved stemmelikhet avgjøres saker ved loddrekning. Vedtektsendringer krever 2/3 flertall.

Alle valg skal foregå skriftlig dersom det foreligger flere forslag til kandidater. Med mindre et medlem på fylkesårsmøtet krever skriftlig avstemning, avgjøres øvrige saker ved åpen stemmegivning.

Godkjent og underskrevet årsmøteprotokoll gjøres tilgjengelig for alle medlemmer av foreningen på hjemmesidene.

5.1.5 Valgkomité

Fylkesårsmøtet velger valgkomité som skal bestå av 3 medlemmer med 3 års funksjonstid. Ett medlem, vanligvis det som har sittet lengst, går ut hvert år. Nytt medlem foreslås av styret. Det medlemmet som har sittet lengst, leder komiteen og er ansvarlig for fremdrift og rapportering.

Valgkomiteen skal foreta sin innstilling basert på hvilke funksjoner som skal dekkes i styret, herunder forslag til styreleder, og oversende sin innstilling til fylkesstyret i henhold til oppsatt møteplan.

5.1.6 Ekstraordinært fylkesårsmøte

Fylkeslaget skal med 3 ukers frist innkalle til ekstraordinært årsmøte når minst halvparten av styremedlemmene ønsker det, eller minst 10 % av foreningens medlemmer skriftlig har uttrykt ønske om det.

5.2 Fylkesstyre

Fylkesstyret fordeler selv verv som nestleder, sekretær og kasserer. Fylkesstyremøte skal avholdes minst 4 ganger i året. Det skal føres møteprotokoll som sendes landsstyret og gjøres tilgjengelig på årsmøtet. Ved avvikling av styremøter kan det benyttes elektronisk møteplass. For å være beslutningsdyktig må minst halvparten av styremedlemmene være til stede. Ved stemmelikhet har styrets leder dobbeltstemme.

Fylkesstyret har ansvar for fylkeslagets drift, utdrettet virksomhet og oppfølging av aktivitetsplanen. Det har budsjett- og regnskapsansvar. Fylkeslag kan ikke ha arbeidsgiveransvar. Fylkesstyret ved 2 medlemmer sammen gis fullmakt til å disponere større beløp av tildelte midler og inngå bindende økonomiske avtaler innenfor godkjent budsjett. Kasserer alene gis fullmakt til å disponere mindre beløp.

6. LOKALE GRUPPER OG LOKALLAG

6.1 Lokale grupper

Hvert fylkeslag kan opprette lokale grupper som administreres og finansieres av fylkeslaget i sin helhet.

6.2 Lokallag

Det kan være flere lokallag i hvert fylke. Lokallagene benytter samme formelle grunnstruktur som for fylkeslag og tilpasser denne til sitt behov i samråd med fylkeslaget. Lokallaget sorterer administrativt under fylkeslaget. Lokallaget har egen økonomi og disponerer midler etter fordelingsnøkkel etter vedtak på landsmøtet.

7. ØKONOMI

Foreningens drift og aktiviteter finansieres av medlemskontingent, støtte, sponing og offentlige tilskudd.

7.1 Fordeling av kontingent

Fylkesstyrene skal få ajourført oversikt over kontingentinngangen for sitt lag til budsjettarbeid. Landsstyret overfører fylkeslagenes andel av kontingentinntektene 15. februar og 15. september.

7.2 Fordeling av inntekter

Midler fra støtte og sponing disponeres i samsvar med godkjent budsjett. Fylkeslag kan søke landsstyret om ekstra midler. Søknad må være begrunnet og fremme foreningens formål eller være av kompetansebyggende art. Bruken av foreningens midler sentralt bestemmes av landsmøtet etter budsjettforslag fra landsstyret.

Kun fylkeslag som har oppfylt vedtekter og aktivitetsplan, gis tilskudd. Fylkeslag kan gjennomføre inntektsgivende aktiviteter og disponere disse inntektene selv, forutsatt at dette er i tråd med foreningens vedtekter.

7.3 Vederlag

Foreningen er en ideell organisasjon. Medlemmer med faste tillitsverv deltar uten vederlag, med mindre det foreligger særskilt avtale. Arbeid som normalt utføres av et sekretariat, men som blir utført av medlemmer av landsstyret, kan honoreres. Også særskilt arbeidskrevende prosjekter og medlemsøkende aktiviteter kan honoreres etter avtale. Deltakelse i fagrådet, valgkomité og eventuelt andre gruppers arbeid er normalt ikke lønnet.

7.4 Dekning av utgifter

Utgifter dekkes etter statens regulativ, eller etter regning, og må godkjennes av det aktuelle styret og være i samsvar med foreningens budsjett.

7.5 Økonomisk støtte

Landsstyret beslutter om det skal bevilges midler til deltakelse på kurs og konferanser i regi av foreningen.

8. UTMELDING, EKSKLUSJON OG OPPLØSNING

8.1 Utmelding

Utmelding av foreningen sendes skriftlig til landsstyret som gir melding videre til fylkeslag. Medlemmer, som etter påminnelse to år på rad ikke har betalt kontingent, anses som utmeldt og skal slettes fra foreningens medlemsregister. Utmeldte medlemmer skal sendes skriftlig bekreftelse på at de er slettet fra medlemsregisteret.

8.2 Eksklusjon

Landsstyret kan ekskludere medlemmer som motarbeider foreningens formål eller opptrer illojalt eller uetisk. Eksklusjon krever 2/3 flertall. Ekskluderte medlemmer kan anke sin sak inn for landsmøtet, som i hvert tilfelle oppnevner en egen klagenemnd.

8.3 Oppløsning

Foreningen oppløses dersom medlemmene finner at den ikke lenger oppfyller sitt formål eller det har gått 3 år uten at det er avholdt landsmøte. Oppløsning krever 2/3 flertall av alle avgitte stemmer på et ordinært eller ekstraordinært landsmøte. Landsmøtet bestemmer anvendelsen av disponible midler i henhold til foreningens formål, og oppnevner et avviklingsstyre som gjennomfører vedtaket.