

Sluttrapport Diettkort - på flere språk

Virksomhetsområde:

Prosjekt nummer:

Prosjektnavn:

Prosjektleder:

Søkerorganisasjon:

Rehabilitering

2015/RB6220

Diettkort – på flere språk

Monica Dalseth

Norges Astma- og Allergiforbund (NAAF)

Puede escribir sus propias notas sobre sus alergias aquí.



Tengo una alergia a alimentos

E incluso cantidades pequeñas hacen que me enferme



ASOCIACIÓN DE ASMA Y ALERGIAS DE NORUEGA
- making people healthier

www.naaf.no

LOS OCHO ALERGENOS MÁS COMUNES		¡Hay información adicional en la siguiente página!	
ALLERGENO	Sujeto a los requisitos de etiquetas del Apéndice 4 de la Ley de alimentos	ALLERGENO	
X	 Leche y productos derivados de la leche (incluyendo la lactosa). Todas las sustancias no incluyen lácteos.	X	 Nueces y productos fabricados de nueces (almendras, avellanas, nueces, anacardos, pacanas, piñones de Paraná, pistachos, nueces de macadamia, anacardos de Australia).
X	 Gluten (trigo, centeno, cebada, avena, espelta y productos fabricados con estos). Los productos a los que se agregó el almidón de trigo no tienen gluten, excepto si se especificara lo contrario.	X	 Maníes y productos fabricados de maníes. El aceite de maní puede tener cantidades muy pequeñas de maníes.
X	 Huevos y productos fabricados con huevos (clara de huevo, yema de huevo de todos los tipos de huevos de ave, huevo en polvo, ovoalbúmina y lisozima E-1105).	X	 Mariscos y productos derivados de mariscos (gambas, camarones, cangrejos, langostas, cangrejos, eufasiáceos, cangrejos rey, cangrejo ruso, cangrejo de Kamchatka).
X	 Pescado y productos fabricados de pescado. El hígado de bacalao y el aceite de pescado no contienen proteínas de pescado, excepto si se indicara lo contrario.	X	 Soya y productos fabricados de soya. La lecitina de soya y el aceite de soya no contienen proteínas de soya, excepto si se indicara lo contrario.

Forord

I denne sluttrapporten beskrives målsetting med prosjektet, gjennomføring og resultat. Diettkort – på flere språk er et rehabiliteringsprosjekt som viderefører det opprinnelige diettkortprosjektet fra år 2013 og 2014 hvor det ble utviklet et hjelpemiddel som inneholder opplysninger om innehavers matallergier som kan brukes ved matbestillinger på restaurant. I årets prosjekt ble det opprinnelige diettkortet oversatt til 11 nye språk slik at hjelpemiddelet også kan brukes ved matbestillinger i utlandet, enten om man er på ferie eller oppholder seg i utlandet av andre årsaker. Prosjektet har gått igjennom hele år 2015 med oversettelser av det opprinnelige diettkortet, trykking av de nye kortene på 11 nye språk, oppdatering av den eksisterende websiden www.naaf.no/diettkort og til slutt lansering av de nye diettkortene på 11 nye språk. Diettkort – på flere språk ble lansert i slutten av november 2015. November og desember 2015 ble brukt til markedsføring av diettkort – på flere språk. Markedsføringen vil også foregå inn i 2016.

Takk til Extrastiftelsen Helse og Rehabilitering som har finansiert prosjektet.

Ålesund 08.12.2015
NAAF Region Midt

Monica Dalseth
Prosjektleder



Sammendrag

Diettkort – på flere språk gikk ut på å videreutvikle det opprinnelige diettkortet, et hjelpemiddel som inneholder opplysninger om innehavers matallergier som kan brukes ved matbestillinger ved for eksempel restaurantbesøk. Diettkortet skulle nå oversettes til 11 nye språk.

Når matvareallergikere skal spise ute på et spisested så må de oppgi sine allergier ved bestilling. Disse opplysningene skal gjennom flere ledd. Fra deg selv til den du bestiller maten hos, til en eller flere kokker, til servitøren og tilbake til deg. Viktig informasjon kan lett gå tapt på veien, spesielt om de forskjellige kanalene koder og dekoder beskjeden på ulik måte. Dette kan være en utfordring når man bestiller mat i Norge, og det kan være en enda større utfordring når man skal bestille mat i utlandet. Derfor ser vi behovet for å videreutvikle det opprinnelige diettkortet og oversette dette til 11 nye språk: Engelsk, tysk, spansk, fransk, italiensk, gresk, kinesisk, thai, arabisk, polsk og kroatisk, i tillegg til at det fra før finnes på norsk.

Hovedmålet med prosjektet er å oversette det eksisterende diettkortet til 11 nye språk.

Et oversettelsesbyrå fikk i oppdrag å oversette diettkortet til de 11 nye språkene. Det samme designfirmaet som ble brukt på diettkortprosjektet fikk oppdraget med å designe de nye diettkortene, likt det opprinnelige diettkortene, samt lage pdf dokumenter med de nye diettkortene på som brukere kan laste ned fra websiden www.naaf.no/diettkort. Her er diettkortene med tilhørende informasjon lett tilgjengelig til nedlasting for de som måtte ønske å bruke det. Ferdig trykte diettkort kan også kjøpes via NAAF. Designfirmaet fikk også i oppdrag å lage en annonse som kan brukes i markedsføringen av de nye diettkortene – på flere språk. En brosjyre med informasjon om diettkortet ble laget i det opprinnelige diettkortprosjektet, denne brosjyren brukes også sammen med de nye diettkortene – på flere språk. Denne distribueres sammen med diettkortet når NAAFs ansatte og tillitsvalgte underviser om matvareallergi.

Innhold

Forord	2
Sammendrag	3
Kap 1. Bakgrunn for prosjektet/Målsetting	4
Kap 2. Prosjektgjennomføring/Metode	6
Kap 3. Lansering	8
Kap 4. Oppsummering/Konklusjon/Videre planer	8
Vedlegg	9

Kap 1. Bakgrunn for prosjektet/Målsetting

Bakgrunn

Dette prosjektet gikk ut på å videreutvikle et hjelpemiddel som inneholder opplysninger om innehavers matallergier som kan brukes ved matbestillinger i utlandet.

Matallergi og annen overfølsomhet overfor mat er tema som opptar mange. Matallergi angår ca. 5–8 % av barn under tre år. I befolkningen for øvrig er det omkring 5 % voksne som har matallergi eller reagerer på bestanddeler i maten - matoverfølsomhet.

Ved matallergi vil kroppens immunforsvar aktiveres mot proteinene fra maten. De oppleves som "farlige" inntrengere. Reaksjonene kommer vanligvis raskt etter matinntaket og kan i noen tilfeller være alvorlige. Ved matoverfølsomhet er ikke immunsystemet involvert, men symptomene kan likne allergireaksjoner.

Når matvareallergikere skal spise ute på kafé/restaurant/hotell så må de oppgi sine allergier ved bestilling. Disse opplysningene skal gjennom flere ledd. Fra deg selv til den du bestiller maten hos, til en eller flere kokker, til servitøren og tilbake til deg. Viktig informasjon kan lett gå tapt på veien, spesielt om de forskjellige kanalene koder og dekode beskjedene på ulike måter. Dette kan være en stor utfordring når man bestiller mat på restaurant i Norge, og i utlandet blir det en desto større utfordring. Derfor ser vi behovet for å videreutvikle og oversette det eksisterende diettkortet som vi laget i 2013/2014, et diettkort i visittkortformat som matallergikeren leverer fra seg ved bestilling av mat. Kortet festes på bestillingen og leveres til kjøkkenet. På denne måten vil ikke viktig informasjon om allergier gå tapt på veien. Og om kjøkkenet har flere kokker så vil alle kokkene få denne informasjonen ettersom diettkortet er festet til matbestillingen.

Mål

Overordnet mål

Å bidra til å skape et samfunn tilrettelagt for personer med matvareallergi.
Gjøre hverdagen enklere for personer med matvareallergi, også når de er på ferie i utlandet, eller oppholder seg i utlandet av andre årsaker.

Hovedmål

Videreutvikle det eksisterende diettkortet, et hjelpemiddel som skal inneholde opplysninger om innehavers matallergier, og oversette dette til 11 nye språk.

Målgruppe

Personer med matallergi/intoleranse i alle aldersgrupper.

Opprinnelig plan for gjennomføring

Prosjektet går ut på å videreutvikle og oversette det eksisterende diettkortet. Alle diettkortene skal følge NAAFs visuelle profil for å gi et enhetlig uttrykk som speiler NAAFs kjerneverdier og egenskaper.

Det eksisterende diettkortet videreutvikles og oversettes til 11 andre språk: Engelsk, tysk, spansk, fransk, italiensk, gresk, kinesisk, thai, arabisk, polsk og kroatisk - med forbehold om at vi kan legge til eller trekke fra et språk ved behov. I tillegg vil den eksisterende diettkortbrosjyren og websiden www.naaf.no/diettkort tilpasses.

En ressursgruppe bestående av fagpersoner fra NAAF, tolketjeneste/oversettelse og innleid designer bistår prosjektgruppen med det faglige, samt kvalitetssikring av jobben som utføres.

Diettkort på flere språk vil så bli tilgjengelig for alle som ønsker å benytte seg av det, enten ved at de selv laster ned et dokument fra websiden www.naaf.no/diettkort printer og klipper ut diettkort som de kan bruke, eller ved at de kjøper ferdig trykte diettkort via NAAF.

Diettkort på flere språk og tilhørende brosjyre vil bli trykt opp slik at NAAFs ansatte og tillitsvalgte kan dele ut/markedsføre diettkortene ved aktuelle anledninger.

Vi tar sikte på å trykke opp ca. 15 000 diettkort (fordelt på de forskjellige språkene) og ca. 3 500 brosjyrer. Disse diettkortene og brosjyrene vil vi spre rundt til NAAFs regioner slik de kan brukes/deles ut ved diverse opplæring og markedsføringstiltak samt ved andre anledninger hvor NAAFs ansatte og tillitsvalgte treffer medlemmer og andre interesserte. Noen av diettkortene og brosjyrene vil også bli solgt til de brukerne som ikke har anledning til selv å laste ned/printe ut diettkortet som er tilgjengelig på pdf-format via www.naaf.no/diettkort

Finansieringsplan

Budsjett:

Timer ressursgruppe (30 timer à kr 1 100)	kr 33 000
Timer prosjektleder (60 timer à kr 625)	kr 37 500
Bruk av designer	kr 15 000
Bruk av oversetter	kr 15 000
Trykking diettkort	kr 15 000
Trykking brosjyre	kr 6 000
Porto og emballasje	kr 3 000
Telefon/kopiering	kr 2 000
Regnskap	kr 10 000
Revisjon	kr 0
Div	kr 3 500
<u>SUM</u>	<u>kr 140 000</u>

Fremdriftsplan

- Nedsette prosjektgruppe/styringsgruppe – januar til februar 2015
- Kontakte aktuelle ressurspersoner – januar til februar 2015
- Utforme de nye diettkortene – februar til august 2015
- Gjøre endringer på websiden og på brosjyren – august til september 2015
- Trykke opp de nye diettkortene og den nye brosjyren – oktober 2015
- Sendte de nye diettkortene og brosjyrene til NAAFs regionskontor – oktober 2015
- Markedsføre de nye diettkortene – oktober til november 2015
- Skrive sluttrapport – november til desember 2015

Kap 2. Prosjektgjennomføring/Metode

Selve gjennomføringen

Prosjektet bestod av en prosjektgruppe i tillegg til en ressursgruppe (NAAFs sekretariat, oversetter og designer).

Ressursgruppen bistod prosjektleder og prosjektgruppen rundt det faglige med innhold på diettkortet og design av diettkortet, samt i spørsmål knyttet til lansering og markedsføring av de nye diettkortene.

Oversetting av diettkort – på flere språk

Oversetterbyrået Norsk Språkservice fikk i oppdrag å oversette det opprinnelige diettkortet til de 11 nye språkene: Engelsk, tysk, spansk, fransk, italiensk, gresk, kinesisk, thai, arabisk, polsk og kroatisk.

Design av diettkort – på flere språk

Morten Rugtveit (www.mgt.no) fikk oppdraget med å designe de opprinnelige diettkortene. Det var derfor naturlig å gi han oppdraget også med de nye diettkortene – på flere språk.

Vi ønsker at også de nye diettkortene skal være lett tilgjengelig for våre medlemmer. Derfor fikk vi laget et pdf dokument pr språk som brukeren selv kan laste ned fra vår webside www.naaf.no/diettkort. Brukeren kan selv velge diettkort på ønsket språk, printe ut dokumentet, klippe ut og brette diettkortet.

Brosjyren

I løpet av prosjektperioden ble det tatt en avgjørelse om at vi ikke skulle lage noen ny brosjyre. Den eksisterende brosjyren fra det opprinnelige diettkortprosjektet skal fortsatt brukes.

Midlene som i utgangspunktet skulle brukes til en ny brosjyre ble omdisponert til markedsføring, da vi ikke hadde budsjettert med midler til dette i utgangspunktet.

Markedsføring av diettkort – på flere språk

Designer Morten Rugtveit fikk også i oppdrag å lage en annonse som kan brukes ved markedsføring av diettkortet i forskjellige media. Blant annet i AstmaAllergi nr 5/2015 og nr 1 /2016 og i MedlemsNytt 2016.

Vi endte med to versjoner av annonsen for å passe formatene både i AstmaAllergi bladet og i MedlemsNytt:



NAAFs diettkort for alle med matallergi

er et hjelpemiddel som inneholder opplysninger om innehavers matallergier og som kan brukes ved matbestillinger i Norge og i utlandet.

DE ÅTTE VANLIGSTE ALLERGENER
Merknader: (Sjekk Matlisten vedlagt)

ALLERGEN	Matvarer som inneholder allergenet
Melk og produkter fremstilt av melk (herunder iskrem)	Alle E-stoffer er melkefrie.
Gluten (Vete, rug, bygg, havre, søtt og prosessert vete, av disse). Hvetevarer tilført produkter er glutenfrie (se E-1109)	Gluten (Vete, rug, bygg, havre, søtt og prosessert vete, av disse). Hvetevarer tilført produkter er glutenfrie (se E-1109)
Egg og produkter fremstilt av egg	Alle E-stoffer er melkefrie.
Fisk og produkter fremstilt av fisk	Alle E-stoffer er melkefrie.

I have a food allergy
And even small amounts may make me sick

STØTTET AV I MATRÅSTIFTELSEN

ASTMA- OG ALLERGI FORBUNDET
- gjør Norge tryktere

Diettkortet finnes på følgende språk:
norsk - engelsk - tysk - spansk - fransk - italiensk
gresk - kinesisk - thai - arabisk - polsk - kroatisk

Diettkortene finnes på
www.naaf.no/diettkort



NAAFs diettkort for alle med matallergi

er et hjelpemiddel som inneholder opplysninger om innehavers matallergier og som kan brukes ved matbestillinger i Norge og i utlandet.

DE ÅTTE VANLIGSTE ALLERGENER
Merknader: (Sjekk Matlisten vedlagt)

ALLERGEN	Matvarer som inneholder allergenet
Melk og produkter fremstilt av melk (herunder iskrem)	Alle E-stoffer er melkefrie.
Gluten (Vete, rug, bygg, havre, søtt og prosessert vete, av disse). Hvetevarer tilført produkter er glutenfrie (se E-1109)	Gluten (Vete, rug, bygg, havre, søtt og prosessert vete, av disse). Hvetevarer tilført produkter er glutenfrie (se E-1109)
Egg og produkter fremstilt av egg	Alle E-stoffer er melkefrie.
Fisk og produkter fremstilt av fisk	Alle E-stoffer er melkefrie.

I have a food allergy
And even small amounts may make me sick

STØTTET AV I MATRÅSTIFTELSEN

ASTMA- OG ALLERGI FORBUNDET
- gjør Norge tryktere

Diettkortet finnes på følgende språk:
norsk - engelsk - tysk - spansk - fransk - italiensk
gresk - kinesisk - thai - arabisk - polsk - kroatisk

Diettkortene finnes på
www.naaf.no/diettkort

Kap 3. Lansering

Lansering av diettkort – på flere språk

Diettkort – på flere språk ble lansert på websiden www.naaf.no/diettkort samme dag som AstmaAllergi nr 5/2015 ble gitt ut hvor det var en helsides annonse om diettkort – på flere språk. Noe som ga god respons og gode tilbakemeldinger.

På websiden www.naaf.no/diettkort står en beskrivelse av hvordan diettkortene skal brukes. Her kan alle som vil laste ned diettkortene på valgte språk som et pdf-dokument.

Diettkort – på flere språk har blitt markedsført som en nyhetssak på NAAFs webside www.naaf.no, i medlemsbladet AstmaAllergi og på flere av NAAFs facebookgrupper. Det blir også markedsført som en sak i Region Midt sitt eget medlemsblad som kommer ut sommeren 2016 samt i AstmaAllergi nr 1/2016 som blir utgitt i februar 2016..

Diettkort – på flere språk ble sammen med brosjyren sendt til alle NAAFs regionskontor, NAAF sentralt og Det Norske Helsesenter, Valle Marina på Gran Canaria (som eies og drives av NAAF). Disse diettkortene og brosjyrene brukes til markedsføring på steder hvor NAAFs ansatte og medlemmer/tillitsvalgte treffer våre medlemmer eller andre som kan ha nytte av diettkortet (for eksempel på stand, kurs og konferanser, medlemsmøter, når NAAFs ansatte og tillitsvalgte er ute å underviser mm).

Kap 4. Oppsummering/Konklusjon/ Videre planer

Diettkortets webside www.naaf.no/diettkort vil bestå. Vi håper mange med matallergi vil benytte seg av diettkortene, både på norsk og på de 11 nye språkene.

Dette kan bety at matallergikere føler seg tryggere ved matbestillinger i utlandet, og at matallergikere får en bedre ferieopplevelse. De nye diettkortene kan også brukes av fremmedspråklige i Norge.

Når tillitsvalgte eller ansatte i NAAF underviser om matallergi vil diettkortene bli presentert sammen med tilhørende brosjyre.

Takk til Extrastiftelsen Helse og Rehabilitering for denne flotte muligheten til å videreutvikle diettkortet og oversette det til de 11 nye språkene engelsk, tysk, spansk, fransk, italiensk, gresk, kinesisk, thai, arabisk, polsk og kroatisk.

Vedlegg

- Vedlegg 1: Eksempel på pdf-dokument av diettkort som kan lastes ned fra web (Engelsk)
- Vedlegg 2: Den opprinnelige diettkortbrosjyren (den inneholder omtrent de samme opplysningene som ligger på websiden)
- Vedlegg 3: Nyhetssak fra www.naaf.no
- Vedlegg 4: Innlegg i AstmaAllergi nr 5 – 2015

Vedlegg 1: Eksempel på pdf-dokument av diettkort som kan lastes ned fra web (Engelsk)

BRETTER

BRETTER

You can write your own notes
about your allergies here



www.naaf.no



I have a food allergy

And even small amounts
may make me sick



THE NORWEGIAN
ASTHMA AND ALLERGY
ASSOCIATION
— making people healthier

ALLERGEN	Subject to the labeling requirements under Appendix 4 of the Food Act
Milk and products made of milk (including lactose). All substances are dairy-free.	☐
Gluten (wheat, rye, barley, oats, spelt and products made from these). Products with added wheat starch are gluten-free unless otherwise stated.	☐
Eggs and products made of eggs (egg white, egg yolk from all types of bird eggs, egg powder, ovalbumin, lysozyme E-1105).	☐
Fish and products made from fish. Cod liver and fish oil do not contain fish proteins unless otherwise stated.	☐
Soy and products made from soybeans. Soy lecithin and soybean oil do not contain soy proteins unless otherwise stated.	☐
Nuts and products made of nuts (almond, hazel, walnut, cashew nuts, pecan, Paraná pine nuts, pistachio nuts, macadamia nuts, Australian cashew nuts).	☐
Peanuts and products made from peanuts. Peanut oil may contain traces of peanuts.	☐
Shellfish and products made from shellfish (prawns, scampi, crabs, lobster, crayfish, krill, king crabs, Russian crab, Kamchatka crab).	☐
Soy and products made from soybeans. Soy lecithin and soybean oil do not contain soy proteins unless otherwise stated.	☐

Additional information on the next page!

THE EIGHT MOST COMMON ALLERGENS

BRETTER

BRETTER

You can write your own notes
about your allergies here



www.naaf.no



I have a food allergy

And even small amounts
may make me sick



THE NORWEGIAN
ASTHMA AND ALLERGY
ASSOCIATION
— making people healthier

ALLERGEN	Subject to the labeling requirements under Appendix 4 of the Food Act
Milk and products made of milk (including lactose). All substances are dairy-free.	☐
Gluten (wheat, rye, barley, oats, spelt and products made from these). Products with added wheat starch are gluten-free unless otherwise stated.	☐
Eggs and products made of eggs (egg white, egg yolk from all types of bird eggs, egg powder, ovalbumin, lysozyme E-1105).	☐
Fish and products made from fish. Cod liver and fish oil do not contain fish proteins unless otherwise stated.	☐
Soy and products made from soybeans. Soy lecithin and soybean oil do not contain soy proteins unless otherwise stated.	☐
Nuts and products made of nuts (almond, hazel, walnut, cashew nuts, pecan, Paraná pine nuts, pistachio nuts, macadamia nuts, Australian cashew nuts).	☐
Peanuts and products made from peanuts. Peanut oil may contain traces of peanuts.	☐
Shellfish and products made from shellfish (prawns, scampi, crabs, lobster, crayfish, krill, king crabs, Russian crab, Kamchatka crab).	☐
Soy and products made from soybeans. Soy lecithin and soybean oil do not contain soy proteins unless otherwise stated.	☐

Additional information on the next page!

THE EIGHT MOST COMMON ALLERGENS

DETTE ARKET INNEHOLDER TO DIETTKORT (ENGLAND)

Diettkortet kan du bruke når du skal bestille mat i utlandet. Diettkortet skal inneholde opplysninger om din matvareallergi. Du krysser av for det/de symbolene som gjelder for din matvareallergi. På diettkortet er det også plass til utfyllende opplysninger på siste side om du ønsker   tilføre dette (husk   skrive på engelsk).

Når du bestiller mat på et spisested leverer du ditt diettkort sammen med din matbestilling. På denne måten unngår du at viktig informasjon om dine matvareallergier går tapt underveis fra servitør til k kkenpersonell.

Diettkortet er utformet som et engangskort, slik at k kkenpersonell skal slippe   levere dette tilbake til deg.

Du klipper ut disse doble kortene og bretter slik at diettkortet f r skrift på 4 sider.

Etter bretteing skal diettkortet v re på størrelse med et visittkort.

Vedlegg 2: Den opprinnelige diettkortbrosjyren (den inneholder omtrent de samme opplysningene som ligger på websiden)

Alt du trenger å vite om NAAFs

DIETTKORT



**ASTMA- OG
ALLERGIFORBUNDET**
- gjør Norge friskere



ExtraStiftelsen
helse og rehabilitering



**Jeg har
matvareallergi**
og selv små mengder
kan gjøre meg syk

Her kan du skrive egen tekst om dine allergier

www.naaf.no



**ASTMA- OG
ALLERGIFORBUNDET**
- gjør Norge friskere

DE ÅTTE VANLIGSTE ALLERGENER		Utfyllende informasjon på siste side!	
ALLERGEN	Merkeliktige i følge Matlovens vedlegg IV	ALLERGEN	
	Melk og produkter fremstilt av melk (herunder laktose). Alle E-stoffer er melkefrie.		Nøtter og produkter fremstilt av nøtter. (Mandel, hasselnøtt, valnøtt, cashewnøtt, pekannøtt, paranøtt, pistasjenøtt, macadamianøtt, australianøtt, nøtt).
	Gluten (hvete, rug, bygg, havre, spelt og produkter fremstilt av disse). Hvetestivelse tilsatt produkter er glutenfri med mindre annet er oppgitt.		Peanøtter og produkter fremstilt av peanøtter. Peanøttolje kan inneholde spor av peanøtter.
	Egg og produkter fremstilt av egg. (Eggehvite, eggeplomme fra alle typer fugleegg, eggpulver, ovalbumin, Lysozym) (E- 1105).		Skaldyr og produkter fremstilt av skaldyr. (Reke, scampi, krabbe, hummer, kreps, krill, kongekrabbe, russerkrabbe, kamtsjatkakrabbe).
	Fisk og produkter fremstilt av fisk. Tran og fiskeolje inneholder ikke proteiner fra fisk med mindre annet er oppgitt.		Soya og produkter fremstilt av soya. Soyalecitin og soyaolje inneholder ikke soyaproteiner med mindre annet er oppgitt.

Hva er et diettkort?

Med støtte fra Extrastiftelsen Helse og Rehabilitering har NAAF Region Midt utarbeidet et diettkort. Diettkortet skal være et hjelpemiddel som inneholder opplysninger om innehavers matvareallergier. Dette kan brukes ved matbestillinger. Slik skal diettkortet se ut etter at det er printet/klippet ut og brettet:



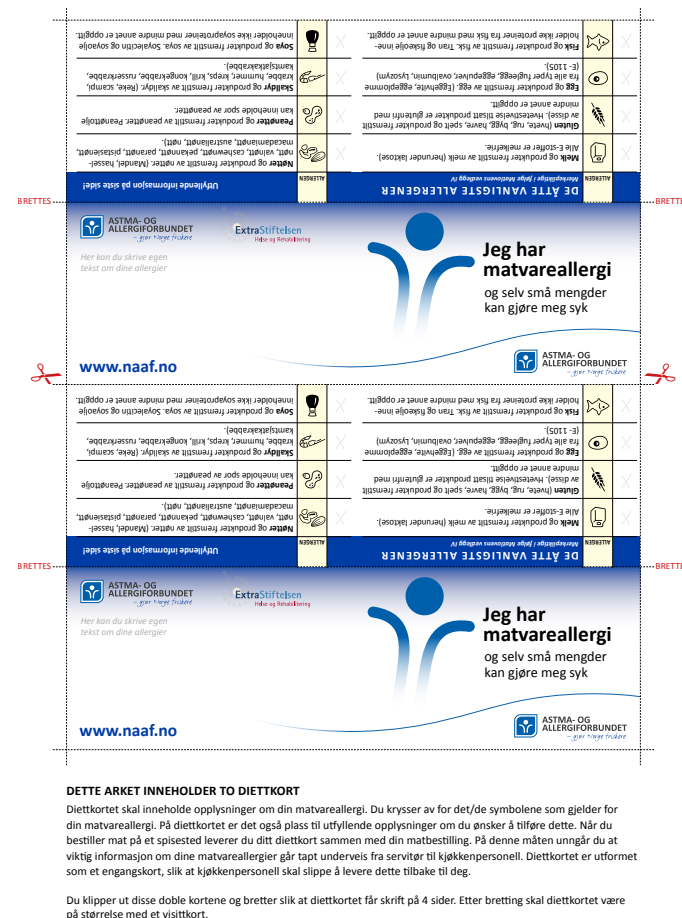
Hvordan bruker jeg det?

Når matvareallergikere skal spise ute på kafé/restaurant/hotell må de oppgi sine allergier ved bestilling. Disse opplysningene skal gjennom flere ledd. Fra deg selv til den du bestiller maten hos, til en eller flere kokker, til servitøren, og tilbake til deg. Viktig informasjon kan lett gå tapt på veien, spesielt om de forskjellige kanalene koder og dekode beskjedne på ulike måter. Derfor ønsker vi å tilby et diettkort som matvareallergikeren leverer fra seg ved bestilling av mat. Kortet festes på bestillingen og leveres til kjøkkenet. På denne måten vil ikke viktig informasjon om vedkommendes allergier gå tapt på veien. Om kjøkkenet har flere kokker, så vil alle kokkene få denne informasjonen ettersom diettkortet er festet til matbestillingen.

Vi vil imidlertid gjøre brukeren av diettkortet oppmerksom på at den enkelte selv må ta stilling til om tilbudet/matmen/servicen osv. er trygg nok. Ikke alle spisesteder har forutsetning for å tilberede trygg mat til de med svært alvorlig allergi eller mange og sammensatte allergier.

Hvordan får jeg fatt i et diettkort?

Diettkortet kan lastes ned som PDF-dokument fra NAAFs nettsider, www.naaf.no/ diettkort. Dokumentet kan printes ut, og diettkortene klippes ut. Se veiledningen som står nederst på dokumentet.



Can jeg bestille det?

Har du ikke anledning til å printe ut dokumentet selv, kan du bestille ferdig trykte diettkort ved å ringe 23 35 35 35 eller sende bestilling til naaf@naaf.no. Husk å oppgi hvor mange diettkort du ønsker, samt forsendelsesadresse. Pris per diettkort er kr 3. Diettkortene selges i pakker på 10 diettkort. Totalt kr 30 + porto/eksp.

Norges Astma- og Allergiforbund

PB 6764 St. Olavs plass, 0130 Oslo,

Tlf: +47 23 35 35 35, faks: +47 23 35 35 30, e-post: naaf@naaf.no

www.naaf.no/diettkort



@astmaallergi



www.facebook.com/astmaallergi



@astmaallergi



**ASTMA- OG
ALLERGIFORBUNDET**
- gjør Norge friskere

PROSJEKTET ER STØTTET AV



ExtraStiftelsen
Helse og Rehabilitering

MED  **EXTRA-MIDLER**

Vedlegg 3: Nyhetssak fra www.naaf.no

Aktuelt

Nyhetsarkiv

Medieovervåkning

Høringsuttalelser



Diettkort oversatt til flere språk

Dato publisert: 26.11.2015 Sist oppdatert: 10.12.2015 nb

NAAFs diettkort for alle med matallergi er nå oversatt til 11 nye språk. Diettkortet er hjelpemiddel ved bestilling av mat ute.

– Viktig informasjon går ofte tapt på veien – fra bestilling er mottatt og til maten står på bordet. Spesielt dersom de ulike kanalene koder og dekker beskjer forskjellig. Derfor ønsket vi å tilby et diettkort som en med matallergi kan levere fra seg ved bestillingen, forteller



Ved hjelp av midler fra Extrastiftelsen Helse- og Rehabilitering har NAAF Region Midt utarbeidet diettkortet der kunden selv kan krysses av for aktuelle allergener ved bestilling av mat på restaurant, kafé eller annet serveringssted.

– Kortet kan festes på bestillingen slik at kjøkkenet og kokkene får korrekt beskjed. Vi tror det vil bidra til at informasjon om viktige detaljer ikke går tapt på veien, og også gi den som har matallergi en større trygghet for at man ikke blir syk av maten som serveres, sier Dalseth.



Oversatt til 11 språk

المواد المثيرة للحساسية الأكثر انتشاراً (مواد المثيرة للحساسية)	مواد المثيرة للحساسية	معلومات إضافية على الصفحة الثانية
الحليب والمنتجات المصنوعة من الحليب (بما فيه عذات اللاكتوز). كل المواد خالية من مشتقات الألبان.	X	المكسرات والمنتجات المصنوعة من المكسرات (الكوز، البندق، الجوز، الكاجو، وجوز البقان، باراتا الصنوبر والجوز، والفستق، وجوز المكاديميا، والتجوز الاسترالية)
الغلوتين (القمح، حبوب الجاودار، الشعير، التوفان، العسل والمنتجات المصنوعة منها) المنتجات التي تشمل نشاء القمح المضاف تكون خالية من الغلوتين إلا إذا ذكر خلاف ذلك	X	الفول السوداني والمنتجات المصنوعة من الفول السوداني. إن زيت الفول السوداني قد يحتوي على آثار الفول السوداني.
البيض والمنتجات المصنوعة من البيض (بيض البيض، صفار البيض من جميع أنواع الطيور، بوندة البيض، التوفان البيض، الإيوزيم أي 1105)	X	المعاز والمنتجات المصنوعة من المعاز (الجيري، الجيري الكبير، سرطان البحر، حواد البحر، الكريل، ومكسر سرطان البحر، السلطعون الروسي، وسرطان البحر كاستاك)
المسك والمنتجات المصنوعة من المسك. إن كنت مسك الفد وزيت المسك لا يحتويان على برووتين المسك إلا إذا ذكر خلاف ذلك.	X	الصويا والمنتجات المصنوعة من حبوب الصويا. إن صويا الليسين وجوب الصويا قد تحتوي بروتين الصويا إلا إذا ذكر خلاف ذلك.

Diettkortet er nylig oversatt til 11 nye språk: Engelsk, tysk, spansk, fransk, italiensk, gresk, kinesisk, thai, arabisk, polsk og kroatisk, i tillegg til at det fra før finnes på norsk. Kortet kan lastes ned fra naafs nettsider.

Les mer om kortene her: www.naaf.no/diettkort >>

– Kortene er først og fremst et hjelpemiddel, og det er den enkelte selv som må ta stilling til om mattilbudet er trygt nok. Ikke alle spisesteder har forutsetning for å tilberede trygg mat til kunder med alvorlige eller sammensatte allergier, understreker Dalseth.

Kontakt oss

Ansatte i NAAF
Om prosjektstøtte

Bestill

Brosjyrer, veiledere, etc.
Varer i nettbutikken

NAAFs institusjoner

Geilomo barnesykehus
Valle Marina - Gran Canaria

NAAFs blader

AstmaAllergi - medlemsblad
Allergi i Praksis - fagblad

Astma- og Allergiforbundet, PB 6764 St. Olavs plass, 0130 Oslo, Tlf: +47 23353535, Faks: +47 23353530, e-post: naaf@naaf.no



Følg oss på Facebook

Vedlegg 4: Innlegg i AstmaAllergi nr 5 – 2015

Ny veiviser om nøtteallergi



Foto: Colourbox

Hvordan kan skoler og barnehager best tilrettelegge for barn med alvorlig nøtteallergi? En ny veiviser skal gi skoler, barnehager og foreldre anbefalinger til hvordan man best kan håndtere alvorlig allergier hos barn. Hensikten skal være å skape størst mulig trygghet for det enkelte allergiske barnet og foreldrene.

Stadig flere skoler har innført totalforbud mot nøtter som en løsning. Samtidig viser nyere forskning og nye og mer presise diagnosemetoder at mange barn som tester positivt på peanøttprotein, ikke alltid har en reell peanøtteallergi. Man kjenner heller ikke til studier som viser forekomst av allergisk sjokk hos barn med nøtteallergi som følge av eksponering for nøttestøv i luften.

Et forbud mot nøtter kan vise seg svært vanskelig å håndheve og dermed skape falsk trygghet for elever og deres pårørende. Det kan også bidra til at elevene ikke

lærer hvordan de skal unngå mat de ikke tåler.

Den nye veiviseren skal foreslå hvilke tiltak og rutiner skolen bør ha for å håndtere barn med alvorlig nøtteallergi samt hva slags utredning som bør ligge til grunn dersom et forbud skal vurderes. Å fastslå graden av alvorlighet vil også være viktig for å redusere angst og frykt hos barn og foreldre.

– Gjennom å gi skoler og barnehager størst mulig kunnskap om nøtteallergi hos barn, ønsker vi å gi ansatte et bedre grunnlag for å innføre de riktige tiltakene, og ikke minst bidra til økt mestring for barn med alvorlig allergier, understreker seniorrådgiver Marianne Bjerke i Helsedirektoratet.

Veiviseren skal utarbeides av en faggruppe i Helsedirektoratet der også Astma- og Allergiforbundet er representert. Den skal ferdigstilles i januar 2016.

Dietskort på flere språk

Med støtte fra Extrastiftelsen Helse og Rehabilitering har NAAF Region Midt utarbeidet et dietskort. Dette dietskortet er nå oversatt til 11 nye språk: Engelsk, tysk, spansk, fransk, italiensk, gresk, kinesisk, thai, arabisk, polsk og kroatisk, i tillegg til at det fra før finnes på norsk. Dietskortet skal være et hjelpemiddel som inneholder opplysninger om innehavers matallergier som kan brukes ved matbestillingen både i Norge og i utlandet.

Hvordan bruker jeg det?

Når mennesker med matallergi skal spise ute på kafé/restaurant/hotell, så må de oppgi sine allergier ved bestilling. Disse opplysningene skal gjennom flere ledd. Fra deg selv til den du bestiller maten hos, til en eller flere kokker, til servitøren og tilbake til deg. Viktig informasjon kan lett gå tapt på veien, spesielt om de

forskjellige kanalene koder og dekode beskjeden på ulik måte. Derfor ønsker Astma- og Allergiforbundet å tilby et dietskort som mennesker med matallergi leverer fra seg ved bestilling av mat. Kortet festes på bestillingen og leveres til kjøkkenet. På denne måten vil ikke viktig informasjon om vedkommendes allergier gå tapt på veien. Om kjøkkenet har flere kokker, vil alle kokkene få denne informasjonen ettersom dietskortet er festet til matbestillingen.

Hvordan får jeg tak i et dietskort?

Dietskortet kan lastes ned som pdf-dokument fra vår webside www.naaf.no/diett-kort. Dokumentet kan man printe ut og dietskortene klippes ut. Se veiledningen som står nederst på dokumentet.



Sikkerhetspris til Veidekke

Veidekke mottok nylig prisen for beste arbeid med sikkerhet, helse og arbeidsmiljø (SHA) med prosjektet Marienfyrd på Ensjø i Oslo. Bak prisen står offentlige byggherrer som Forsvars-

bygg, Statsbygg, Statens vegvesen og Jernbaneverket.

Juryen mener Veidekke med prosjektet Marienfyrd går foran som et godt eksempel på et involverende

og innovativt SHA-arbeid i alle faser av byggeprosjektet, både gjennom planlegging, prosjektering og gjennomføring.

– Veidekke har også utmerket seg med nytenkning

ved å involvere utenforstående aktører, som Norges Astma- og Allergiforbund, heter det i juryens begrunnelse.