



# Riksföreningen för Metabol Hälsa

Om metabol hälsa och hur du gör för att behålla den

## **INBJUDAN ÅRSMÖTE 6 juni 2022 kl.15 PÅ DALARÖ**

**På grund av pandemin hölls årsmötet 2020 gällande verksamhetsåret 2019 först i december genom en enkät till 3350 medlemmar, som besvarades av 484 medlemmar.**

**2021 hölls därför inget årsmöte och nu bjuder vi in till ett sammanslaget årsmöte för verksamhetsåren 2020 och 2021.**

**Det hålls traditionsenligt 6 juni kl. 15  
på Dalarö Tullhus, Odinsvägen 6A.**

***Kom gärna till Dalarö lite tidigare på dagen och fira nationaldagen med sång i kyrkan kl. 12:30 och flagghissningsceremoni utanför Tullhuset kl. 13:45. Det finns gott om matställen, se [www.dalaro.se](http://www.dalaro.se)***

### **FÖRSLAG TILL DAGORDNING**

1. Fastställande av röstlängd (röstberättigade är betalande medlemmar 2021/22.
2. Val av ordförande och sekreterare för mötet.
3. Val av protokolljusterare och rösträknare.
4. Fråga om mötet har utlysts på rätt sätt.
5. Fastställande av dagordning.
6. a) Styrelsens verksamhetsberättelse för de senaste verksamhetsåren.  
b) Styrelsens förvaltningsberättelse (balans- och resultaträkning) för det senaste räkenskapsåret.
7. Revisorernas berättelse över styrelsens förvaltning de senaste verksamhets/räkenskapsåren.
8. Fråga om ansvarsfrihet för styrelsen för den tid revisionen avser.
9. Fastställande av medlemsavgift för 2023.
10. Fastställande av verksamhetsplan för kommande verksamhets-/räkenskapsår – se punkt 11.
11. Behandling av styrelsens förslag att låta föreningen Nordic Nutrition Council (NNC) att under verksamhetsåret gå upp i RMH
12. Val av
  - a) föreningens ordförande för en tid av 1 år,
  - b) halva antalet övriga ledamöter i styrelsen för 1 år,
  - c) 3 suppleanter i styrelsen med för dem fastställd turordning för 1 år,
  - d) 2 revisorer jämte 2 suppl. för en tid av ett år.
  - e) Val av 3 ledamöter i valberedningen för 1 år, av vilka en sammankallande.
13. Eventuellt övriga frågor. Inga motioner har inkommit.

## VERKSAMHETSBERÄTTELSE FÖR PERIODEN 1/1 2020 – 31/12 2021

**Riksföreningen för Metabol Hälsa (RMH)** startades 2017 för att bedriva ideell verksamhet i form av rådgivande stöd till metabolt sjuka och om hur metabol sjuklighet kan minskas och förhindras. Föreningen var tidig med att förklara att den verkliga pandemin är den Metabola Pandemin. Cirka hälften av alla dödsfall i samhället sker i förtid på grund av olika sjukdomar vars orsaker kan hänföras till störningar i den naturliga ämnesomsättningen. Denna sjuklighet skulle kunna minskas drastiskt med relativt enkla åtgärder inom kost och livsstil. Detta är grunden till vår förhoppning att en folkrörelse för metabol hälsa kan bidra till bättre livskvalitet och längre och friskare liv för människor i vårt land.

### Förändrade omständigheter

Utbrottet av Covid-19 influensaepidemin och de politiska reaktionerna på denna ändrade kraftigt förutsättningarna för föreningens verksamhet. Vi kunde inte längre bedriva den medlemsverksamhet vi med framgång hade bedrivit i 3 år med många möten runtom i landet, vilket gjort att har fått drygt 4000 betalande medlemmar och ett flertal gåvogivare. Via blogg på hemsidan och via annonsering har vi nått ut till många 100.000-tals fler personer, som delar vår uppfattning att samhället inte sköter det preventiva hälsoarbetet och att vi själva måste ta ett större ansvar för vår hälsa.

### Styrelsen

Utöver de problem som coronapolitiken orsakade har föreningen nyligen drabbats av ett allvarligt bakslag. Föreningens ordförande och medicinske ledare docent **Ralf Sundberg** har avlidit efter en längre tids sjukdom. Vice ordföranden **Lars Bern** har de senaste åren fungerat som tillförordnad ordförande. Styrelsen i övrigt saknar medicinsk yrkeserfarenhet med undantag av vårt medicinska råd med personer med den erfarenheten. Lars Bern fyller 80 år och har undanbett sig omval. Han kommer dock fortsatt att vara aktiv i föreningen. Även Gunilla Edelstam och Ewa Meurck har undanbett sig omval.

Styrelsen har under 2020 hållit tre protokollförda möten varav ett telefonmöte och 2021 tre protokollförda möten varav det första digitalt.

**Bokföring och medlemsregister** sköts av bokföringsbyrån ALKAB resp. IT-företaget EBC Information AB, båda med säte på Dalarö.

Under åren 2019,20 och 21 har totalt 4113 personer betalat medlemsavgift minst en gång varav 402 prenumeranter (Betalande medlemmar 2019 – 1946 personer, 2020 – 2209 personer och 2021 - 1001 personer). Vi har dessutom 386 gåvogivare, som har skänkt varierande belopp och några mycket stora belopp. Av alla dessa aktiva personer de senaste tre åren hade vi vid årsskiftet 3838 personer med e-post i vårt huvudregister

**Föreningens hemsida** finns i Wordpress hos Internetleverantören One.Com. Bloggen har ca 2000 besök per dag och inlägg görs flera gånger per månad. Sju nyhetsbrev har skickats under perioden till personer med e-post i föreningens register. Föreningen utnyttjar Google My Business och Google Adwords i sin marknadsföring, vilket har givit flera miljoner visningar de senaste åren.

**Medlemsmöten;** 2019 arrangerades 16 medlemsmöten runtom i landet med totalt ca 1500 deltagare. 2020 och 2021 ordnades endast två lokalmöten på Dalarö med totalt 126 deltagare, alla med externa föredragshållare.

I okt. 2021 ordnades ett extra medlemsmöte för att informera om föreningens prekära situation. Ett medlemsbrev skickades ut, som också har varit publicerat på hemsidan sedan dess. Till detta möte bjöd vi den världsberömde engelske läkaren **Assem Malholtra**, förf. till boken "Bättre immunförsvar på 21 dagar".

### **Ny ledning och samgående med Nordic Nutrition Council (NNC)**

Föreningen har således varit i starkt behov av att hitta en ny ledning för att kunna driva föreningen vidare. Mot denna bakgrund beslöt styrelsen 2021 att tills vidare upphöra med nyrekrytering av medlemmar och lade fokus på att hitta nya styrelsekandidater och forma en ny handlingsplan.

Årsmötet 2020, som hade genomförts först i december, gjordes som en digital enkät och fick ett starkt gensvar. Protokollet finns att läsa på hemsidan under nyheter och dokument. **484 medlemmar deltog i enkäten** och utöver de formella årsmötesbesluten fick vi många förslag från medlemmar, som var intresserade att på olika sätt delta i föreningens fortsatta arbete.

Under detta arbete fick styrelsen kontakt med den ideella föreningen **Nordic Nutrition Council (NNC)** (<https://www.nordicnutritioncouncil.com>) med samma inriktning som vår egen förening. NNC verkar för att skapa förutsättningar för en god folkhälsa genom att på vetenskaplig grund öka samhällets kunskap inom området kost och nutrition samt öka insikten om näringsämnenas inverkan på hälsan. Flera av NNCs medlemmar är också medlemmar hos oss. Vi bedömde att NNC hade en kompetent yrkesverksam yngre ledning. NNC har dock inte varit lika lyckosam i sin marknadsföring, som vi har varit. NNC har därför en mindre ekonomi än vår och har av det skälet sökt lösningar på hur NNC skall kunna driva sin verksamhet vidare.

Efter intensiva kontakter beslöt NNCs årsmöte i april 2022 att avveckla föreningen och gå upp i RMH. Styrelserna för de båda föreningarna har i diskussioner enats om det gynnsamma med en sammanslagning för att bättre kunna ge service till sina medlemmar och agera i sakfrågorna kring naturlig, metabol, hälsa. Det definitiva beslutet kräver dock enligt NNCs stadgar ett extra årsmöte i NNC i oktober. **Lars-Olof Landin** och **Tony Berglund** utsågs av RMHs styrelsemöte 22 mars 2022 att vara RMHs kontaktpersoner med NNC. De båda valdes på NNCs årsmöte i april in i NNCs styrelse att såsom brobyggare förbereda samgåendet med NNC att gå upp i RMH.

### **Förslag till ny styrelse - Ordinarie ledamöter**

**Lars-Olof Landin** – Ordförande, kassör och ny styrelseledamot NNC

**Mona B Sjöberg** – Vice ordförande och ordf. NNC

**Tony Berglund** – Hemsida/dataskyddsomb. RMH och ny styr.ledamot NNC

**Ingela Carlberg** – Ass. samordnare RMH

**Kaisa Franck** – Styrelseledamot ansvarig PR/kommunikation NNC

### **Suppleanter**

**Gunilla Andersson** – Styrelseledamot och ass. medlemsansvarig NNC

**Bo Engborg** – Styrelseledamot och sekreterare NNC

**Robert Lindell** – Styrelseledamot och ansv. media/hemsida NNC

**Riksföreningen för Metabol Hälsa** [www.metabolhalsa.se](http://www.metabolhalsa.se) **Box 55, 137 25 Dalarö**  
**Org nr: 20170320** [info@metabolhalsa.se](mailto:info@metabolhalsa.se) **Tel: 0708 125 467**

**ÅRSREDOVISNING 2020 OCH 2021****RESULTATRÄKNING**

<b>INTÄKTER</b>	<b>2020</b>	<b>2021</b>
Medlemsavgifter	573898	201600
Gåvor	0	91415
<b>Summa intäkter</b>	<b>573898</b>	<b>293015</b>

**KOSTNADER**

Inköp	8717	2600
Föreläsningar		94363
Lokalhyra	1400	1500
Programvaror	14728	28375
Reklam PR	47179	19863
Kreditförsäljning	0	2450
Redovisning	0	36545
IT	10000	27775
Konsultarvoden		6250
Bank	4053	3591
Tidskrifter		387
Föreningsavgifter	100	100
Övrigt	1343	0
Löner	22880	27620
Arb.giv.avg	8031	5046
Övrigt personal	1028	3613
Ränta	1238	625
Summa kostnader	120697	260703
<b>RESULTAT</b>	<b>453201</b>	<b>32312</b>

**BALANSRÄKNING**

<b>OMSÄTTNINGSTILLGÅNGAR</b>	<b>2020</b>	<b>2021</b>
Skatteavräkning	5940	4437
Förbet kostn o uppl intäkter		2500
Saknade underlag	8100	8100
<b>Summa kortfristiga fordringar</b>	<b>14040</b>	<b>15037</b>

<b>Bank</b>	<b>795489</b>	<b>855419</b>
<b>Summa tillgångar</b>	<b>809529</b>	<b>870456</b>

**EGET KAPITAL, AVSÄTTN, SKULDER**

<b>Eget kapital</b>		
Balanserad vinst	338503	791704
Vinst	453201	32312
<b>Summa eget kapital</b>	<b>791704</b>	<b>824016</b>

**Kortfristiga skulder**

Leverantörer		16875
Personalskatt	1092	702
Soc avg, löneskatt	1170	735
Övrigt -förbetalda seminarieavgifter	13015	13015
Upplupna löner	2548	15113
<b>Summa kortfristiga skulder</b>	<b>17825</b>	<b>46440</b>

<b>Summa skulder och eget kapital</b>	<b>809529</b>	<b>870451</b>
---------------------------------------	---------------	---------------

Styrelsen föreslår att årets vinst 32 312 kr balanseras i ny räkning.

Stockholm 10/5 2022

**Lars Bern**  
v.ordförande/kassör

**Lars-Olof Landin**  
sekreterare

**Tony Berglund**

**Gunilla Edelstam**

**Linda Lord**

**Ewa Meurk**