

Instruktion för trygg mat i skolor

Vad är trygg mat

Trygg mat är en specialkost som ges av hälsoskäl i småbarnspedagogiken och skolor. Trygg mat kan ges för att stödja tillväxt och utveckling för barn som har allvarliga ätsvårigheter och inte kan äta den erbjudna maten. Trygg mat garanterar tillräckligt närings- och energiintag under dagen, vilket också möjliggör lärande och funktionsförmåga i skolan och daghem. Trygg mat erbjuds som sista alternativ när andra former av stöd redan har prövats.

Erbjudande av trygg mat kan minska ångest under måltider och göra det lättare att lära känna nya födoämnen. Förutom trygg mat erbjuds barnet alltid den mat som finns på listan på daghem och skola, utan att pressa till att smaka. Målet är att barnets kost utvidgas gradvis. Erbjudandet av trygg mat baseras på barnets individuella behov och ingår i den omfattande elevvården. Trygg mat kan hjälpa barnet att upprätthålla rutiner och stödja självreglering. Samtidigt är det viktigt att säkerställa att kostbegränsningar inte onödigt minskar eller gör ätandet ensidigt, utan stöder barnets utveckling till en mångsidig kost.

Vem får trygg mat

Trygg mat är avsedd som näringsstöd för att säkerställa tillräckligt närings- och energiintag så att barnet har funktionsförmåga och kan lära sig i småbarnspedagogiken eller skolan.

Ofta ges ett intyg på trygg mat till barn som har stark sensorisk känslighet för matens munkänsla eller smak, neuropsykiatriska drag, medicin som minskar aptiten eller en ARFID-ätstörningsdiagnos, samt möjligen andra ätstörningar. En diagnos är inte en förutsättning för att få trygg mat. **Milt selektivt ätande är inte ett skäl till en specialkost**, utan behovet baseras alltid på otillräckligt närings- och energiintag under daghems- och skoldagen.

Vårdnadshavare kan inte begära trygg mat från daghemmet eller skolan utan en bedömning från en näringsterapeut från Västra Nylands välfärdsområde eller den specialiserade sjukvården. Remiss till välfärdsområdets näringsterapi bes t.ex. från rådgivningen/skolhälsovårdaren.

De ovan nämnda skälen berättigar inte automatiskt till att få trygg mat, utan näringsterapeuten gör alltid en individuell bedömning.

Varaktighet och uppföljning

Intyg för trygg mat är alltid tidsbegränsat och skrivs för högst sex månader åt gången. Undantagsvis intyg som skrivits inom den specialiserade sjukvården, som är giltiga i ett år. Uppföljning sker i näringsterapi. Utvidgning av kosten och smakövningar görs också hemma.

Matintaget övervakas. Om barnet inte äter trygga maten som är reserverad för honom/henne, under en period på två veckor, kan intyget upphävas vid behov.

Vid behov kan intyget för trygg kost upphävas, om barnets kost inte utvidgas med hjälp av intyget inom ett år.

Förverkligande

En lista på trygg mat innehåller födoämnen och ingredienser som finns tillgängliga via de vanliga inköpskanalerna som används inom måltidstjänsterna. Vanligtvis är det inte möjligt att köpa produkter av ett visst märke, utan ingredienser och produkter används enligt det som finns tillgängligt enligt livsmedelsavtalet.

Målsättningen är att erbjuda barnet varje dag en så komplett måltid som möjligt, vilket innehåller följande delar av måltiden:

- kolhydrattillbehör (pasta, ris, potatis, batat och dylikt)
- proteinkälla (kyckling, fisk, kött, ägg och växtproteiner t.ex. bönor, tofu och sojakross)
- grönsaker i tydliga separata bitar (komponenter) eller frukt
- bröd och pålägg
- dricka

Tidsbokning till näringsterapi: remiss **eller** följebrev

Från barnrådgivningen/skolhälsovården:

- remissen måste innehålla en så korrekt beskrivning av ättsvårigheterna som möjligt, även professionellas synvinkel
- professionella kan boka tiden direkt efter att remissen är gjord
- familjen kan även boka en tid själv efter att remissen är gjord genom att ringa sin egen hälsostation eller via Lunna.

Grundläggande utbildning:

- Specialläraren/klassläraren gör inte en remiss eller ett följebrev, utan hänvisar vårdnadshavaren till att kontakta skolhälsovården

Instruktioner för följebrevet:

- Följebrevet bör innehålla en så noggrann beskrivning som möjligt av utmaningar i ätandet. Det utarbetas med hjälp av vår organisationsmodell för följebrevet.
- Följebrevet skrivs tillsammans med vårdnadshavarna. Den undertecknade versionen av föräldrarna och den som skrivit följebrevet förvaras i enheten som gjort följebrevet. En kopia av följebrevet måste lämnas till vårdnadshavarna på begäran.
- Följebrevet skickas med krypterad e-post som en undertecknad och skannad pdf-fil till välfärdsområdets näringsterapienhet. Instruktioner för att skicka krypterad e-post finns på sidan: <https://www.luvn.fi/sv/kund-hos-oss/kundtjanst/krypterad-e-post-till-valfardsomradet>.

Om barnets föräldrar har gemensam vårdnad krävs båda vårdnadshavarnas samtycke.

Kontaktinformation

Skicka remissen med **krypterad e-post** till e-postadressen:

ravitsemusterapia@luvn.fi

Andra sätt att stöda ett barn med ätsvårigheter:

Hemma:

[10 vinkar till hjälp för ett barn med selektivt ätande - Neuvokas Perhe](#)

[Ätsvårigheter hos ett litet barn - Psykporten.fi](#)

På finska:

[Ruokakasvatus - Neuvokas perhe Ammattilaiset](#)

Daghem och skola:

[Matpedagogik i daghemmet – Nykytila.fi](#)

[Matpedagogik i åk 1-6 – Nykytila.fi](#)

[Matpedagogik i åk 7-9 – Nykytila.fi](#)

På finska:

[Eriytyinen tuki ruokailutilanteissa - Maistuva koulu](#)

[Ruokakasvatus - Neuvokas perhe Ammattilaiset](#)

(Följande källor användes som grund för instruktionen: Nykytila.fi och
Utbildningsstyrelsen)