

## Informații pentru tine în calitate de custode în cazul în care copilul tău are nevoie de alimentație specială sau masă adaptată

Administrația școlii elementare din Göteborg, urmează ” Recomandările naționale pentru alimentație specială și masă adaptată la grădiniță și școală” ale Biroului pentru alimentație și nutriție, cât și ” Directive naționale pentru mese servite la școală” ale Direcției Alimentare din Suedia.

### Informații privind formularul de cerere

În cazul în care copilul tău are nevoie de alimentație specială sau masă adaptată, este important ca tu, în calitate de custode, să completezi corect formularul de cerere. În cazul custodiei comune, ambii custozii trebuie să semneze formularul de cerere. În calitate de custode, tu trebuie să predai formularul de cerere, împreună cu eventualul certificat medical, dirigintelui clasei în fiecare an școlar, cel târziu la două săptămâni după începerea semestrului de toamnă. Dacă alimentația copilului tău se schimbă, va trebui să predai un nou formular de cerere.

În cazul în care copilul tău dorește alimentație vegetariană sau alimentație fără carne de porc, se oferă alternativa vegetariană obișnuită a meniului și **nu** trebuie să completezi formularul de cerere. În cazul în care copilul tău dorește alimentație vegetariană sau alimentație fără carne de porc și în același timp are nevoie de alimentație specială sau masă adaptată, acest lucru va trebui să fie completat în formularul de cerere, în așa fel încât școala să poată găti conform dorințelor copilului tău.

### În ce situații poți tu, în calitate de custode să faci cerere pentru alimentație specială pentru copilul tău?

- În caz de alergie: când apărarea imunitară a corpului reacționează la un anumit aliment. Alergiile pot da reacții ușoare, dar și foarte grave. Exemplu de alergii sunt la soja, ouă, proteinele din laptele de vacă sau pește. Un număr limitat de persoane au alergie transmisă prin aer sau alergii de contact.
- În cazul alergiei încrucișate: când o persoană este alergică de exemplu la polen de mesteacăn sau polen de iarbă, corpul poate reacționa la substanțe asemănătoare care există de exemplu în fructe cu sâmburi, mere, alune și altele. De obicei, reacțiile nu sunt grave și se pot exterioriza ca mâncărime în gură și faringe. De obicei, persoana tolerează alimentul după ce acesta e încălzit. Dar există și persoane care pot reacționa prin reacții grave, chiar dacă nu e prea obișnuit.
- În cazul intoleranței la lactoză: când corpul are o capacitate redusă de a descompune lactoza. Nu apar reacții grave, pot însă apare senzații de incomfort, dureri de stomac, diaree și balonări. Pentru intoleranța la lactoză, nu e nevoie de certificate medical.
- În cazul bolii celiace/intoleranță la gluten: o boală în care o parte a intestinului este lezată dacă persoana ingerează gluten. Necesită o alimentație total lipsită de gluten.
- În cazul altor reacții de hipersensibilitate: anumite persoane pot reacționa cu simptome ușoare, cum ar fi roșeața în jurul gurii când mănâncă de exemplu diferite fructe, legume sau fructe de pădure.

- Mai există și alt emotive, mult mai neobișnuite pentru alimentație specială. Acestea le poți completa la "Annat" în formularul de cerere, iar școala te va contacta pe urmă dacă va fi nevoie.

## **Când poți tu, în calitate de custode să depui cerere privind masă adaptată pentru copilul tău?**

- Când alege să mănânce alimentație vegană: O alimentație bazată integral pe plante.
- Când e necesară adaptarea consistenței: alimentație obișnuită cu consistență adaptată din cauza problemelor de masticare sau deglutiție/înghițire.
- În cazul unei alimentații cu adaos energizant: alimentație obișnuită cu adaos suplimentar de produse energizante, deseori sub forma de grăsimi suplimentare.
- În cazul unei alimentații cu energie redusă: de exemplu în caz de supraponderabilitate, obezitate sau a bolilor care influențează metabolismul. Înainte de a solicita o alimentație cu energie redusă pentru copilul tău, acesta trebuie să fi primit anterior consiliere individuală în acest aspect din partea administrației asistenței medicale și a sănătății.
- În cazul felurilor de mâncare adaptate din cauza diabetului: anumite feluri de mâncare pot fi dificile pentru diabetici, cum ar fi clătitele, orezul cu lapte, piureul de cartofi și supa. Dar e importantă adaptarea individuală.
- În cazul adaptării felurilor de mâncare și/sau a mediului în care se servește masa, când este vorba despre consum selectiv, când copilul tău mănâncă doar un număr limitat de alimente.
- În cazul adaptării felurilor de mâncare și/sau a mediului în care se servește masa, când este vorba de tulburări funcționale neuropsihiatrice (NPF).

## **Ce fel de mese adaptate oferim?**

Oferim alimentație vegană elevilor care o doresc.

### **În cazul altor adaptări**

În cazul în care copilul tău are nevoie de o alimentație adaptată la diabet, alimentație cu energie redusă, alimentație cu adaos energizant, alimentație cu consistență adaptată sau în cazul consumului selectiv de alimente și/sau tulburări funcționale neuropsihiatrice (NPF), tu și copilul tău veți fi chemați la o ședință cu reprezentanți ai școlii.

În cazul în care copilul tău are nevoie de o alimentație adaptată la diabet, alimentație cu energie redusă, alimentație cu adaos energizant, alimentație cu consistență adaptată, școala se bazează pe certificatul medical, cu sfaturi individuale în decursul ședinței.

În cazul în care copilul tău are nevoie de o adaptare a mediului în care se servește masa și ce feluri de mâncare sunt servite în cazul consumului selectiv de alimente sau al tulburărilor funcționale neuropsihiatrice (NPF), școala ia în evidență nevoile copilului tău pentru a acorda adaptarea și sprijinul necesar acestuia în timpul servirii mesei.

### **În ce situații trebuie să predai certificat medical?**

Tu, în calitate de custode, trebuie să predai un certificat medical împreună cu cererea vizând alimentație specială și masa adaptată, în cazul în care copilul tău prezintă:

- Risc la șoc anafilactic.
- Când elevul are medicament în caz de urgență , de exemplu stilou cu adrenalina.
- Alergii multiple (trei sau mai multe alergii).
- Alergie transmisă pe cale aeriană.
- Alergie de contact

- Alergii care determină dizabilități funcționale, care este alergie care nu pune viața în pericol, dar care duc la o calitate redusă a vieții, a capacității de prestație și prezență (de exemplu astm bronșic, dureri de stomac, urticarie, mâncărimi, ecsemă, dureri de cap, dificultăți respiratorii).
- Boala celiacă/intoleranță la gluten.
- Nevoia unei alimentații adaptate la diabet.
- Nevoia adaptării consistenței în cazul deficiențelor de masticatie și glutiție.
- Nevoia unei alimentații cu adaos energizant.
- Nevoia unei alimentații cu energie redusă.

În cazul în care ar fi neclarități, școala îți poate cere să predai un certificat medical.

### **De aceea trebuie să predai un certificat medical**

Tu trebuie să predai un certificat medical pentru ca noi să putem vedea că elevul are o alergie sau boală care a fost investigată și că este tratat optimal. Din motive practice, extrase din jurnalul medical notate de către medic sau dietetician, pot fi considerate ca fiind certificate medicale.

### **Cum predai certificatul medical?**

Tu, în calitate de custode, predai certificatul medical împreună cu formularul de cerere la începutul fiecărui an școlar. Poate fi o copie a unui certificat medical anterior, sau unul nou.

### **Ce termen de valabilitate are un certificat medical?**

Certificatul medical este valabil pe perioada notată în certificat. În cazul în care nu este notat termenul de valabilitate, va trebui să îl înnoiești din doi în doi ani.

### **Perioadă de testare**

În cazul în care copilul tău, din cauza unei alergii sau a unei hipersensibilități urmează să testeze eliminarea unui aliment, sau să testeze un aliment la care a fost alergic, este important ca mai întâi să contactezi asistența medicală înainte de a solicita o perioadă de testare.

### **În cazul în care copilul tău va testa excluderea unui aliment**

Tu, în calitate de custode, predai formularul de cerere, precizând perioada de testare. La sfârșitul perioadei de testare, va trebui să predai un formular de cerere actualizat împreună cu un certificat medical. În cazul în care tu, în calitate de custode nu vei preda un nou formular de cerere la sfârșitul perioadei de testare, alimentația specială a copilului tău va fi sistată.

### **În cazul în care copilul tău va testa un aliment la care a fost alergic**

De preferat este ca, copilul tău să testeze alimentul nou acasă. Dacă funcționează bine acasă, atunci copilul tău va putea avea o perioadă de testare și la școală. Tu, în calitate de custode vei preda un nou formular de cerere în care vei specifica perioada de testare. La sfârșitul perioadei de testare, va trebui să predai școlii un formular de cerere actualizat.

### **Absență a elevului cu alimentație specială și masă adaptată**

Tu, în calitate de custode, trebuie întotdeauna să comunici când copilul tău e absent, în așa fel încât să fie anunțată și bucătăria școlii copilului tău. Altfel se folosesc atât timp, alimente și bani pentru gătitul alimentației speciale sau a unei mese adaptate, pe care copilul tău nu o servește. Tu va trebui să anunți absența copilului tău, conform rutinelor școlii. E important să anunți și când se reîntoarce copilul tău la școală.

Alimentația specială sau masa adaptată a copilului tău va fi sistată în cazul în care acesta nu-și ridică porția de mâncare timp de 14 zile fără să fi anunțat absența acestuia, bucătăriei școlii. În cazul în care copilul tău are în continuare nevoie de alimentație specială sau masă adaptată după o absență de 14 zile, tu, în calitate de custode va trebui să predai un nou formular de cerere.

### **Contactează școala copilului tău**

Contactează școala copilului tău în cazul în care ai întrebări sau puncte de vedere vizând alimentația specială sau masa adaptată.