

Informacije za staratelje

Ako su vašem djetetu potrebni posebna prehrana i prilagođeni obroci

Uprava osnovnih škola u Geteborgu slijedi „Nacionalne smjernice za posebnu prehranu i prilagođene obroke u vrtićima i školi“ Udruženja za prehranu i hranljivost, te „Nacionalne smjernice za obroke u školi“ Državnog zavoda za kontrolu kvaliteta namirnica.

Informacije o obrascu za prijavu

Kada su vašem djetetu potrebni posebna prehrana ili prilagođeni obroci važno je da vi kao staratelj pravilno popunite obrazac za prijavu. U slučaju zajedničkog starateljstva, oba staratelja moraju potpisati obrazac za prijavu. Kao staratelj, morate svake nove školske godine najkasnije dvije sedmice nakon početka jesenjeg polugodišta razrednom starješini predati obrazac za prijavu zajedno sa eventualnim ljekarskim uvjerenjem. U slučaju promjena u prehrani vašeg djeteta, predajte novi obrazac za prijavu.

Ako vaše dijete želi vegetarijansku prehranu ili prehranu bez svinjskog mesa, u redovnom meniju se nudi vegetarijanska opcija i **nije** potrebno da popunjavate obrazac za prijavu. Ako vaše dijete želi vegetarijansku prehranu ili prehranu bez svinjskog mesa, a ujedno mu je potrebna i posebna prehrana ili prilagođeni obroci, morate to navesti u obrascu za prijavu kako bi škola mogla kuhati po željama vašeg djeteta.

Kada kao staratelj možete podnijeti prijavu za posebnu prehranu za svoje dijete?

- U slučaju alergije: kada imuni sistem organizma reagira na određenu hranu. Alergije mogu izazvati blage do teških reakcija. Primjeri alergija su soja, jaja, proteini kravljeg mlijeka ili riba. Neki ljudi imaju alergije koje se prenose zračnim putem ili kontaktom.
- U slučaju unakrsne alergije: kada je osoba alergična na, na primjer, polen breze ili polen trave, tijelo može reagirati na slične tvari u, na primjer, koštičavom voću, jabukama, lješnjacima i dr. Reakcije najčešće nisu ozbiljne i mogu, na primjer, uključivati svrab u ustima i grlu. Osoba često toleriše hranu kada je zagrijana. Ali postoje i oni koji mogu dobiti teške reakcije, čak i ako to nije uobičajeno.
- Kod intolerancije na laktozu: kada tijelo ima smanjenu sposobnost da razgrađuje laktozu. Ne izaziva ozbiljne reakcije, ali izaziva nelagodu, bol u stomaku, dijareju i nadimanje u stomaku. U slučaju intolerancije na laktozu nije potrebno ljekarsko uvjerenje.
- Kod celijakije / netolerancije na gluten: bolest kod koje se dio crijeva oštećuje kada se gluten unese u organizam. Zahtijeva strogu dijetu bez glutena.
- Kod drugih reakcija preosjetljivosti: neke osobe mogu reagirati blagim simptomima kao što je crvenilo oko usta kada jedu, na primjer, različito voće, povrće ili bobičasto voće.
- Postoje i drugi neobičniji razlozi za posebne dijete. Ovo možete popuniti pod "Ostalo" u obrascu za prijavu i škola će vas zatim kontaktirati ako bude potrebno.

Kada kao staratelj možete podnijeti prijavu za prilagođene obroke za svoje dijete?

- Kada se odlučite za vegansku prehranu: potpuno biljna prehrana.

- Za prilagođavanje konzistencije: redovna prehrana sa prilagođenom konzistencijom zbog poteškoća sa žvakanjem i gutanjem.
- Za prehranu obogaćenu energijom: redovna prehrana obogaćena dodatnom energijom, često u obliku dodatne masti.
- Za niskoenergetsku prehranu: na primjer kod prekomjerne težine, gojaznosti ili bolesti koje utiču na metabolizam. Prije nego što se prijavite za niskoenergetsku dijetu za svoje dijete, vaše dijete mora od zdravstva dobiti individualni savjet o tome.
- Za prilagođene obroke zbog dijabetesa: neka jela mogu biti teška za dijabetičare, kao što su palačinke, kaša od riže, pire krompir i supa. Ali individualna adaptacija je važna.
- Prilikom prilagođavanja jela i/ili ambijenta obroka tokom selektivne prehrane u kojoj vaše dijete jede samo nekoliko namirnica.
- Prilikom prilagođavanja jela i/ili ambijenta obroka kod neuropsihijatrijskih smetnji (NPF).

Kakve prilagođene obroke nudimo?

Nudimo vegansku hranu onim učenicima koji to žele.

Za ostale adaptacije

Ako je vašem djetetu potrebna dijeta prilagođena dijabetesu, niskoenergetska dijeta, dijeta obogaćena energijom, dijeta sa prilagođenom konzistencijom ili u slučaju selektivne prehrane i/ili neuropsihijatrijskih smetnji (NPF), škola će vas i vaše dijete pozvati na sastanak sa predstavnicima škole.

Ako je vašem djetetu potrebna dijeta prilagođena dijabetesu, niskoenergetska dijeta, dijeta obogaćena energijom ili dijeta sa prilagođenom konzistencijom, škola polazi od ljekarskog uvjerenja sa individualnim savjetima na sastanku.

Ako je vašem djetetu potrebna adaptacija okruženja obroka i vrsta jela kod selektivne prehrane ili neuropsihijatrijskih smetnji (NPF), škola provjerava kakva je adaptacija i podrška tokom obroka potrebna.

Kada treba predati ljekarsko uvjerenje?

Kao staratelj, uz zahtjev za posebnu ishranu i prilagođene obroke potrebno je dostaviti ljekarsko uvjerenje kada kod vašeg djeteta postoji:

- Rizik od anafilaktičkog šoka.
- Kada učenik ima hitne lijekove, kao što je adrenalinska olovka.
- Multialergija (tri ili više alergija).
- Alergija koja se prenosi zračnim putem.
- Alergija koja se prenosi putem kontakta.
- Alergija koja smanjuje funkcije, odnosno alergija koja nije opasna po život, ali koja dovodi do smanjenog kvaliteta života, sposobnosti ostvarivanja učinka i prisutnosti (npr. astma, bol u stomaku, dijareja, mučnina, koprivnjača, svrab, ekcem, glavobolja, otežano disanje).
- Celijakija / netolerancija na gluten.
- Potreba za ishranom prilagođenom dijabetesu.
- Potreba za prilagođavanjem konzistencije zbog poteškoća sa žvakanjem i gutanjem.
- Potreba za prehranom obogaćenom energijom.
- Potreba za niskoenergetskom prehranom.

Ukoliko postoje nejasnoće, škola može zatražiti da dostavite ljekarsko uvjerenje.

Zato je potrebno dostaviti ljekarsko uvjerenje

Potrebno je da nam dostavite ljekarsko uvjerenje da vidimo da učenik ima istraženu alergiju ili dijagnozu i da se liječi na najbolji način. Iz praktičnih razloga, izvodi iz zdravstvenog kartona koje je napisao ljekar ili dijetetičar mogu se smatrati ljekarskim uvjerenjem.

Kako predajete ljekarsko uvjerenje?

Kao staratelj, dostavljate ljekarsko uvjerenje zajedno sa obrascem za prijavu prije svake nove školske godine. To može biti kopija prethodnog ljekarskog uvjerenja ili novo uvjerenje.

Koliko dugo vrijedi ljekarsko uvjerenje?

Ljekarsko uvjerenje vrijedi prema vremenu navedenom na uvjerenju. Ako ne piše koliko dugo vrijedi, potrebno ga je obnoviti svake dvije godine.

Period testiranja

Ako vaše dijete, zbog alergije ili preosjetljivosti, mora pokušati ukloniti neku namirnicu ili testirati namirnice na koje je prethodno bilo alergično, važno je da se prvo obratite zdravstvenoj ustanovi prije nego što se zatražite period testiranja.

Ako će vaše dijete probati ukloniti neku namirnicu

Kao staratelj, podnosite obrazac za prijavu i navodite koliko dugo će period testiranja trajati. Kada se period testiranja završi, morate podnijeti novi ažurirani obrazac za prijavu zajedno sa eventualnim ljekarskim uvjerenjem. Ako vi kao staratelj ne predate novi obrazac za prijavu nakon perioda testiranja, posebna prehrana vašeg djeteta će se završiti.

Ako će vaše dijete probati namirnicu na koju je prethodno bilo alergično

Poželjno je da vaše dijete prvo proba novu namirnicu kod kuće. Ako to dobro funkcioniše kod kuće, dijete zatim može dobiti period testiranja i u školi. Kao staratelj, podnosite obrazac za prijavu i navodite koliko dugo će period testiranja trajati. Kada se period testiranja završi, morate podnijeti školi novi ažurirani obrazac za prijavu.

Izostanak tokom posebne prehrane i prilagođenih obroka

Kao staratelj, uvijek morate obavijestiti kada je vaše dijete odsutno tako da to stigne i do odjela za prehranu u školi vašeg djeteta. I vrijeme, i hrana i novac se inače troše na pripremu posebne prehrane ili prilagođenih obroka koje vaše dijete ne uzima. Morate prijaviti izostanak svog djeteta u skladu sa školskim rutinama. Važno je da najavite i kada se vaše dijete ponovo vraća u školu.

Posebna prehrana ili prilagođeni obroci vašeg djeteta prestaju ako dijete ne uzme hranu 14 dana bez prijave izostanka odjelu za prehranu u školi. Ako je vašem djetetu i nakon 14 dana odsustva potrebna posebna prehrana ili prilagođeni obroci, vi kao staratelj morate predati novi obrazac za prijavu.

Obratite se školi vašeg djeteta

Obratite se školi vašeg djeteta ako imate pitanja ili komentare o posebnoj prehrani i prilagođenim obrocima.