

Avsnitt 73: Måltidsmiljön – en viktig del av skoldagen

ERIKA: Hej och välkomna till Specialpedagogiska skolmyndighetens podd *Lika värde*. Vi spelar in det här samtalet på distans och det kanske påverkar ljudkvaliteten. Och i det här avsnittet så kommer vi att ta upp ämnet måltidsmiljö i förskolan och skolan i allmänhet och för elever med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar i synnerhet. Och neuropsykiatriska funktionsnedsättningar brukar ju förkortas med NPF. Och jag heter Erika Bergman och jobbar som pressekreterare på Specialpedagogiska skolmyndigheten. Och med mig i studion har jag Stina Salomonsson, måltidschef i Trelleborgs kommun, och Lena Samuelsson som är rådgivare på Specialpedagogiska skolmyndigheten, som ofta ger råd till skolor och ofta då också med fokus just på elever med NPF. Och du, Lena, har ju också varit involverad i ett arbete kring hur man kan skapa en bättre måltidsmiljö för barn och elever. Så jag vill börja med att säga varmt välkomna hit till er.

STINA: Tack.

LENA: Tack så mycket.

ERIKA: Och den här frågan är ju kanske inte den vanligaste som man fokuserar på när man pratar om skolfrågor, men ibland kommer den upp faktiskt. Och i vilken betydelse skulle ni säga att måltidsmiljön i förskolan

och skolan har? Jag tänker jag börjar med att ställa frågan till dig, Stina.

STINA: Ja, jag tror att den har väldigt stor betydelse utifrån många aspekter. Klassrummen är strukturerade och vi har åtgärdsprogram och anpassningar, kompetensen är högre. Men det har inte riktigt nått ut till måltidsmiljöerna, som kan vara en stund för återhämtning och energipåfyllnad, samtal och lärare för alla elever. Sen kan man lägga till att just i förskolan så brukar vi titta på att måltiderna tar upp så stor del av dagen. Det är allt från första barnet som hämtar frukostvagnen kanske vid sju till lite mellanmål, lunch, mellanmål igen och till och med en frukt kanske vid femtiden innan man går hem. Så det finns väldigt mycket måltidsrelaterad tid i förskolan.

ERIKA: Vad skulle du vilja säga, Lena? Är det någonting som du vill lägga till?

LENA: Nej, men jag håller med dig, Stina. Och jag tänker också att även om förståelsen börjar bli bättre så ... och det händer mycket, också det här programmet tänker jag är viktigt utifrån den aspekten, så är det viktigt det här, förståelsen kring de här eleverna som ofta har en annorlunda perception. Det här att man uppfattar sinnesintrycken annorlunda då. och det påverkar så klart väldigt mycket måltidssituationen. Det här att man luktar och känner och att det blir mycket starkare eller mycket svagare då. Och det är väl klart, det påverkar ju jättemycket i måltidssituationen och måltidsmiljön.

ERIKA: Och du jobbar ju som måltidschef i Trelleborgs kommun, Stina, och ni har haft fokus just på hur ni ska förbättra måltidsmiljön i alla era 78 skolenheter. Och målet har varit just att det ska bli så bra som möjligt för alla barn och elever som finns i er verksamhet. Vad var det ni ville förändra och förbättra?

STINA: Jag började ju för tre år sen, och har min bakgrund som lärare och rektor och skolchef och så. Jag har ju sett många måltidsmiljöer i flera kommuner. Men jag kom in i arbetet med att vi skulle titta på ett lokalförsörjningsprogram och såg då att kunskapen kring detta fanns när vi byggde nytt eller när vi projekterade och planerade. Men jag visste också att så var det inte ute på alla dessa enheter. Allt från den lilla, lilla tvåavdelningsförskolan till de här stora ... gymnasiet då, som vi har spänt över hela, med kanske upp mot en 1 500-2 000 elever. Och jag tyckte mig med en gång se att vi kunde förbättra väldigt mycket med små medel. Och att det startade så med detsamma var för att min andra dag på jobbet så satte jag mig och käkade lunch på en högstadieskola tillsammans med en elev och en assistent, och insåg direkt att det här är ju inte återhämtning för honom. Utan detta är snarare ... Jag fick den här meningen, ”ska våra NPF-elever ... ska de ladda om eller ladda ur när de kommer till skollunchen?” Så att jag ville nog förändra och förbättra för så många fler än de som kommer till de nya skolorna. Och framför allt så ville jag öka kunskapen lokalt och få in måltiden som

en del i skolans vardag, och den personal som jag då leder så att de kan jobba med ständiga förbättringar utifrån exakt de elever som finns där.

ERIKA: Precis. Jag tänker, det här som Stina nu berättar, Lena, är det någonting som du känner igen utifrån ditt uppdrag som rådgivare?

LENA: Till viss del känner jag igen det, men jag tror också kanske i våra rådärenden att man inte alltid uppmärksammar det här och att man inte alltid ser skollunchen faktiskt som en viktig del av skoldagen. Den står lite för sig själv ibland.

STINA: Det håller jag helt med om. Skillnaden här är att jag är ... Jag är ju inte kostchef. Jag är en skolutvecklare i grunden. Jag är anställd av bildningsförvaltningen. Så att jag har med mig den biten in, vilket gör att jag kanske ser det på ett annat sätt. Och vår politik var också väldigt med på banan, därför att de ... Vi har ju jobbat med det här med schemalagda luncher i grundskolan. Och då visar man också att måltiden är viktig. Vi fick en mat- och måltidspolicy där faktiskt måltidsmiljön både ute och inne stod framskriven. Så jag hade en bra start på det sättet. Den fick lov att synas och den blev en del i bildning. Inte någon annan extern utförare. Utan jag sitter i ledningsgruppen för bildningsförvaltningen.

ERIKA: Just det, så du kunde ta med dig det här perspektivet utifrån att du har både den här bakgrunden men också det mandatet då, kanske man kan tänka?

- STINA: Ja, både in i ledningsgruppen som leder alla rektorerna, och även utåt i måltid där jag är chef över tio kökschefer.
- ERIKA: Och ni har ju haft det här projektet, och det är det också som vi pratar om i dagens samtal, som ju har drivit också med visst stöd från oss på SPSM. Och då är det gruppen elever med NPF som är målgrupp. Hur viktig är måltidsmiljön för just den här gruppen, skulle ni säga? Och jag tänker, du har varit lite inne på det redan, Stina, och Lena, du har också nämnt det. Men jag tänker bara om vi igen fångar in och beskriver det. Varför är det så viktigt att tänka på hur man gör? Jag tänker jag låter dig börja, Lena, så får Stina fylla på sen.
- LENA: Ja, jag tänker också det, att får man inte i sig något under lunchen så orkar man inte resten av dagen, så den är ju jätteviktigt. Och att man tänker också att en elev som har många olika anpassningar under lektionen, att man får med sig dem in i matsalen. Att inte den står för sig. Till exempel det här med förberedelser och var man ska sitta och så. Och också vad det gäller maten då, det tänker jag lite det här med ... Man pratar om önskekost, men det kanske inte alltid handlar om att önska ... eller det gör ju inte det. Jag skulle vilja att man pratar om anpassad kost, för det är ju en del av anpassningarna man behöver ha med sig in där.
- STINA: Och så är det ju. Det är väl kanske det jag egentligen såg också, just det där att all den där kunskapen och

anpassningarna som fanns i klassrummet, kanske vid mottagandet på morgonen, det kom liksom aldrig in i måltiden. Utan den var väldigt sig lik, både innehållsmässigt och alla andra anpassningar som vi kan göra där. Men det är inte för att man kanske ... egentligen kunskapen har funnits där, men den har inte funnits hos min personal. Och jag är ganska så säker på att den här måltidsmiljön är ännu viktigare för den här gruppen, därför att det är ju inte ... Ibland när man tänker ... man pratar oftast bara lunchen. Nej, det är frukost, det är lunch och det är mellanmål, för jättemånga våra de här eleverna med NPF. Det är kön in. Det är naturligtvis maten på tallriken och näringen och upplägget. Men det är flödet, måste man krocka med folk hela tiden? Finns den där avskilda från? Ljuset och ljudet. Möjligheten att slippa disskön och ställa ifrån sig tallriken och gå ut en annan väg. Det där är inga svåra grejer, men det hade ... Jag upplever inte ens att det hade varit ett föremål för diskussion.

ERIKA: Just det.

STINA: Så det var väl det jag såg lite grann, att det vi redan kunde eller det många kunde, det var precis som att det var ingen kunskap i den här miljön alls.

ERIKA: Just det, man har inte tagit omhand det man egentligen vet är viktigt för den här gruppen elever.

STINA: Nej.

ERIKA: Men det var inte inarbetat i hur man löser det här med maten.

STINA: Nej, och det har inte varit heller så att måltidspersonal krockar och så. Det ligger inte speciellt mycket i deras grundutbildning, men de har inte heller ... jag kallar det varit väl vaggade. Alltså nej, de behöver inte kunna allt som läraren kan eller specialpedagogen kan, men de hade inte ens blivit berättade för i många gånger. Och den lilla kompetenshöjningen, den var inte speciellt svårt att få till stånd.

ERIKA: Nej, just det. Och den kanske också gjorde stor skillnad då tänker jag, utifrån det du beskriver?

STINA: Ja, och det är inte så att vi med detta projektet är i hamn, men vi har ju kommit en bit på väg och satt ämnet på kartan. Sen har vi gjort vissa saker som jag ska berätta om.

ERIKA: Och jag tänker, för i det här projektet också som ni jobbar då med det här utvecklingsarbetet så har ni också haft en förväntan på att måluppfyllelsen ska öka för elever med NPF då. Hur hänger det ihop med måltidsmiljön?

STINA: Ja, alltså vi har som sagt börjat. Vi handlar allt om mat och näringen och det då som är en behovsanpassad kost. Får man i sig rätt mat ... Vi kan ju ganska mycket om hjärnans kemi och vad vi behöver för att få loss våra tankar och kreativitet, men vi vet också vad stress och ångest gör för lärandet. Det är inte bara i den situationen, utan har måltiden

varit stökig, stressig, jag har suttit med kapuschongen uppe för det är ett sånt där blinkande ljus, jag kan inte tänka. Eller jag har kanske inte ens fått tillfälle att träna. Det är samma sak där, att jag tror att man kan också öka toleransen hos alla barn, men man måste få lov att träna lite. Det är inte bara att ha en lugn och tyst kupé eller avskärmningar, men det är väl klart att det påverkar stressen. Och den har du med dig in i nästa lektion. Har du ingen mat i magen, inte fått någon ro och ... en matro och ett lugn, du har inte fått delta i det lärandet som de andra gör vid måltiden, så är du sämre rustad till att ha en välfungerande mattelektion. Så det är klart att om du lever hela ditt liv så här där det inte ... där det är dysfunktionellt från förskolan, och du ska gå i skolan till du är 19, så är jag helt säker på ... Jag kan inte leda det i bevis på exakta meritpoäng, men det är väl klart att det påverkar mig som elev och lärandet. Det påverkar människan.

ERIKA: Vad tänker du, Lena? Är det någonting som du vill lägga till?

LENA: Ja, jag tänkte på det du sa, Stina. Det här att mycket av det här, det är inga svåra grejer, men så viktiga för den här gruppen elever och barn och elever. Det kan vara helt avgörande. För det handlar ju inte bara, just som du säger, att få i sig mat. Utan det här andra som tar kraft, just att stå i kön och oron, vad ska hända, vem ska jag sitta bredvid, och så allt det här ... kan man få ordning på det och hjälpa eleverna på det här

sättet så tror jag det kan vara värt ... ja, det kan påverka hela skoldagen.

ERIKA: Stina, det skulle vara jätteintressant som du kunde ge oss en inblick i hur ni har arbetat? För det är som sagt många enheter och medarbetare som ni har vänt er till och jobbat med, om man säger så. Var har ni börjat någonstans och hur har ni gjort för att få med er alla som ni vill nå?

STINA: Då vill jag återigen säga att utvecklingsarbete tar lite tid. Det är ju inte så att få med sig alla går så himla lätt, och det har som sagt varit lite trassel på vägen, men så är det. Jag tänkte så här från början, att det gäller att skapa sig en liten trupp av intresserade. Jag hade tänkt att det skulle vara någon mer rektor, specialpedagog, jag som skulle bilda en projektgrupp och sätta syfte och mål. Det var det inledningsvis. Men sen på grund av det här corona, som vi också väl kommer att nämna lite, så blev det bättre. Därför att jag fick leda det här projektet tillsammans med mina kökschefer. Specialpedagogen, tillika rektor och jag, vi tittade och gjorde en checklista. Måltidsmiljö i förskola, grundskola och gymnasieskola. Ganska så enkel. Vi tog enhet för enhet. Vi hade ett prov, ett uppvärmningsheat där specialpedagogerna, en från förskolan och en från gymnasiet, gick ut och gjorde ... djupade verkligen i två [?? 0:12:38], så att vi också kunde få ner ... ”Vänta lite, om vi nu ska leda och driva detta på så här många enheter med kökschefer som ska göra detta, vad är viktigast först?”

Och då identifierade vi till en kartläggning, och vi pratar alltså bara ett enkelt papper, typ Googleformulär. Med ljudmiljön, där de inventerade ljuddämpning i tak, väggar, bord, stolar, avskärmade områden och möjlighet för avskild måltidsmiljö för en mindre grupp. Enkelt, man kryssade, man kommenterade. Menyn, där hittade vi då saker som vi tänkte vi ville kolla och se om man kunde förbättra. Tydlig med bildstöd, visningsportion, skylt i entrén och tydligt uppmärkta rätter på mer än allergenerna, vill jag då säga.

ERIKA: Just det.

STINA: Utan alltså även märka upp sånt som gurka. Möjlighet till alternativa rätter, vad det fanns för flexibilitet där. Möjlighet till en fullvärdig måltid med sallads- och rotfruktsbord. Egen krydda och annan smaksättning tänkte vi också var viktigt, för det finns ju de barnen som har lite svårare, utan det går ... vi kan skapa smakbryggor. Taco och citron är två smakbryggor som funkar.

ERIKA: Okej.

STINA: Möjlighet till väl separerade grönsaker, minst fem satte vi som ett kriterium. Också att möjligt och sallad och sånt inte flyttades runt utan att de hade ett tydligt ställe där det alltid fanns på samma plats. Vi hade också ... Vi delade in måltidssituationen i att de skulle bedöma innan måltiden möjlighet att undvika att stå i kö, äta på annan plats, om de hade grab and

go, som vi kallar det. Det betyder att man kan gå och hämta sin matportion, till exempel en wrap, ute och sitta ute eller sitta i ett klassrum eller någonting på ett enkelt sätt eller en avskild miljö. Och sen om köken då hade möjlighet till annat porslin. Ni vet såna här tallrikar med väl separerade fack och till och med lock på, till exempel. Eller någon som hade svårt för metall som kunde få i plast och såna där grejer. Sen hade vi under måltiden, då tittade de på, i den här första kartläggningen, möjlighet att sitta avskilt utan direkt solljus. Runt bord, alltså det här att man ... ni vet de här stora nästan industrimatsalarna, man sitter långa, långa rader där man knuffas, och det blir inte alls bra. Men också om det fanns möjlighet till placering utan för mycket rörelse, alltså det här med ryggen mot väggen och så. Hänga jackan i närheten. Och om det fanns möjlighet att lämna matrester utan att köa. Så att innan och under kollade vi då, och disken är lite efter. Sen kollade vi två saker till, och det var måltidspersonalens kompetens, och om kocken eller kökschefen ansåg sig ha kunskap om NPF, och sen så för ekonomibiträde och vikarier och andra. Och sen så pratade vi lite grann om ... eller kartläggningen, så skulle man titta på det och om man jobbade med Livsmedelsverkets rekommendationer. Om man erbjöd möjlighet att prova och träna de här färdigheterna, till exempel när man skrevs in i vissa grupper. Om det fanns samtalsstöd, alltså att man hade pedagogiska måltider och schemalagda luncher, för det hade vi inte då. Och sen möjlighet till

avlastning, det där att man kan få hjälp att hämta mat och ställa undan och så där.

ERIKA: Ja, just det.

STINA: Så det här gjorde vi först då på alla enheter, och så samlade vi ihop och så tittade vi och så började vi göra små, enkla åtgärder på varje ställe. Ökade kompetensen ... Alltså, arbetet är så här. Kartlägg, lär, gör, kartlägg igen.

ERIKA: Just det.

STINA: Så att alla enheter har gjort det två gånger, och då märker man ju en skillnad mellan gångerna. De små grejerna, det var ganska så lätt att få till stånd. Det började möbleras om, det blev tydligare, det blev visningsportioner och så. Och då ... Kökschefen leder arbetet i köken på kanske, ja, fem ställen i ett område. Och där började man också upparbeta kontakten mellan specialpedagog. Någon rektor var väldigt engagerad. Det var några enheter som var lite svåra, och det var de som var lite under avveckling, så dem strök vi helt enkelt. Och de fick också redovisa sina förslag på åtgärder första gången, för då kunde jag se "okej, vi har behov av lite kompetensutveckling". Och då fick vi till exempel vår specialpedagog och rektor som var med i projektet att spela in en tio minuter verkligen så easy version på varje NPF, och vad behöver jag som måltidsmedarbetare veta om det? Så att det var väl i korta drag lite grann så vi började. Liten projektgrupp. Vi lärde, och som sagt, det är

mycket bättre att det var tio kökschefer än att det var två eller tre specialister som åkte ut. För jag känner direkt att då har kompetensen ökat ända ut i matsalarna. Så det är ibland till och med så att en kock eller en ekonomibiträde kan berätta för en lärare eller assistent att ”du, vänta lite, är det inte mycket bättre om ni sätter er och jag kommer med maten?”

ERIKA: Vad intressant, verkligen. Jag tänker, det du beskriver är verkligen just att ... Eller jag tänker så här, det handlar både om att tydliggöra, men det handlar också om att skapa fler alternativ tycker jag det låter som faktiskt.

STINA: Mm.

ERIKA: Och så sen, precis som du säger också, att vara med de som *gör*.

STINA: Ja, och sen är det också, när du går [?? 0:17:51] ut på skolan, det som har varit lite så ... Det är svårt att kanske få samtal med eleverna när vi inte får träffas lika mycket. Så att detta är ... Jag kallar detta ... Detta är vårt uppvärmningsår.

ERIKA: Just det, ni har börjat [skratt]. Det är ju spännande.

STINA: Vi är i slutet på början.

ERIKA: Precis. Vad tänker du, Lena, om det du hör Stina beskriva här?

LENA: Ja, jätteintressant, och jag tänker just det du beskriver kring kunskapen om den här elevgruppen och barnen

är viktig inte bara hos lärarna och personal inom skolan, utan även just det här med måltidspersonalen. För det är ju där missförstånden ofta blir.

ERIKA: Just det.

LENA: Och det här ... Också anpassningar du beskriver, det är ju också bra för alla barn och elever, inte bara för elever inom NPF. Sen finns det ju alltid en liten grupp som behöver det väldigt specifika så klart, men den blir ju betydligt mindre om man har den här breda anpassningen som du beskriver.

STINA: Och där var det väl så också att de som hade lite mer koncentration av detta, det finns vissa skolor, där har vi också erbjudit att vår specialpedagog och rektor kommer ut och har en fördjupad utbildning med måltidspersonalen. Så det har väl en två, tre skolor ... Kanske de haft lite mer koncentration mot autism och så. Där har hon varit ute och stöttat upp dem igen. Och sen tänker vi att nej, men nu får vi ta ett steg till. Det kommer ju nya medarbetare också. Och det som kan koppla ihop detta, det var att vi fick samtidigt också ett sånt här språkutvecklande arbetssätt, ett digitalt lärande, och det är samma sak där. Det gynnar också andra elever än de som inte har svenska som modersmål. Så det spiller över.

ERIKA: Just det. Man får med sig fler på tåget så egentligen också då, i det ... Även när man sätter fokus på en viss fråga eller viss grupp, så blir det fler som gynnas.

STINA: Ja.

ERIKA: Nu har ju ni jobbat i det här projektet, det har pågått under 2021. Och det har ju varit ett år som har präglats av pandemi. Och jag tänker att, även om du var inne på det, att det fanns också fördelar, så har det väl också gjort det lite svårare. Men vad tycker du att ni har kunnat se för resultat, och vad är det då om man inte tänker bara på pandemin, som du tycker har varit det mest utmanande?

STINA: Ja, men det utmanande är ju att öka kunskapen hos en yrkesgrupp som inte har någon pedagogisk grundkunskap. Det har naturligtvis varit svårt, därför att då har ändå pandemin påverkat. Vi har inte kunnat ha fysiska möten. Vi har inte kunnat träffa måltidsråd och annat. Utan vi har kunnat öppna upp för samtal och vi har kunnat öka intresset och nyfikenheten. Och det ska man veta, att i min personalgrupp så finns det ju många som är föräldrar som har barn med den här ... men de har heller inte i föräldrarollen haft det. Så att jag har fått många som sagt att ”just det, det är därför, det här har jag inte tänkt på själv”.

ERIKA: Just det.

STINA: Det jag tänker har sett för resultat är ju också att när man lyfter en sån här, höll jag på att säga, servicefunktion så får de också lite ökad status. De kan själva komma på nya idéer på ett annat sätt. Och det har blivit mycket öppnare med rektorerna. För även om inte allting som kostar pengar har hänt, för det har det inte, så har det här med inskaffning av möbler, skärmar ... Jag har fått någon rektor som

säger ”du Stina, kan vi inte söka pengar för att investera i en separat ... en utgång till? För det hade bättrat flödena för de här barnen”. Och där har jag fått ett helt annat band till rektorerna. Så att det inte är måltid som önskar och får ja eller nej eller rektor som önskar och får ja eller nej. Utan nu kan vi tillsammans säga att ”men vänta lite, på den här skolan ... vi behöver både ändra ljuset, vi behöver möblerna, men Stina, du får betala nya barer [?? 0:21:34] med bättre flöde, men jag ser till att få en vägg”.

ERIKA: Just det, så det blir ett samarbete. Man gör det tillsammans.

STINA: Ett samarbete. Och som sagt, det är väl klart att pandemin har präglat då så att inte alltid har haft ... Vi har haft större fokus på utglesning så klart, men vi har fått med detta också.

ERIKA: Nu sa du det just, att det kanske inte går att sätta någon siffra på det ni har sett hända än så länge. Men har du själv erfarenhet av eller har du hört någon berätta om vad det har gjort för skillnad för elever som går på er ... finns i era verksamheter?

STINA: Ja, och där är det lite stö... Det är lite skillnad också mellan förskola och grundskola. För det jag kan se är ju att i förskolan så är det ganska små ytor och lite mer ombonat och så. Där skulle jag nog vilja ha sett lite mer diskussioner kring det här med det avskalade rummet. Alltså, det kan fortfarande vara väldigt hemligt och rörigt och stökigt. Jag har inte riktigt

kommit in i den miljön. Utan de snabbaste effekterna och berättelserna har jag fått från högstadiet. Alltså med minskat stök ... Om man ändrar en sån här regel som var jackan ska vara så är där lite killar då som har kommit in i sina m... De här stora dunjackorna med kapuschongen och satt sig i ett hörn och inte velat ha ljud och ljus, som i dag kommer in och äter därför att de får hänga jackan bredvid sig och det finns en avskärmad hörna och de behöver inte trängas. De har till och med på något ställe fått en egen liten matsal eller så. Det har skapats väldigt mycket andra effekter också till det här med behovsanpassad kost. Alltså det här med att inte bara ha det på individnivå, utan att de här eleverna kan också ha en meny som är den behovsanpassade mer åt NPF. Även om de ska få sitt unika också tillgodosett så har det skapat en kunskap också om där vi på skolor nu ibland har både ... Visst, har den vanliga menyn med salladsbord och valbarhet, men vi har den NPF-anpassad också.

ERIKA: Okej, just det.

STINA: Och det tycker jag är spännande. För att annars har det varit på bara individnivå. Nu ser vi på detta lite grann på ett annat sätt, och att våra ... Den här måltidspedagogiken som vi har försökt jobba mycket med, den kan faktiskt omfatta de här eleverna också, men på ett annat sätt. Så det får väl bli nästa projekt, tänker jag [skratt].

ERIKA: Så man tar med sig kunskapen in i början på något sätt, i det grundläggande.

- STINA: Precis.
- ERIKA: Men Lena, du som rådgivare, du är ju ute och möter verksamheter, skolor och personal. Hur vanligt är det att den här frågan om måltidsmiljön och hur det fungerar eller inte fungerar kommer upp?
- LENA: Ja, den är inte så vanlig tycker jag. I alla fall har jag inte fått den så många gånger. Jag tänker att det är utifrån det perspektivet som vi har varit inne på, att man ofta inte ser skollunchen som en del av skoldagen på det sättet. Men när man tar upp frågan så har jag ändå märkt ... Jag har märkt en stor skillnad genom åren mot tidigare ... Ja, för många år sen när jag började, det var ju väldigt länge sen, då jobbade jag med barn och elever inom NPF, så fick de här eleverna ingen förståelse alls. Vilket också kan ge sin prägel på att man till slut faktiskt inte ens orkar gå till skolan för att det blir så jobbigt och helt ångestfyllt, helt enkelt. Till man i dag, tycker jag, har mycket mer en ... medveten om vad den här miljön kan göra för de här barnen och att man kan göra något åt den. Så jag tycker att jag ser en stor skillnad.
- ERIKA: Att det ändå finns ett större intresse och man ser att det har en stor betydelse också.
- LENA: Ja, precis.
- ERIKA: Just det. Vilka råd är det vi brukar ge, när frågan kommer upp? Vad är det vi kan förmedla?

LENA:

Jag tänker det ... Det är många grejer som Stina har varit inne på. Men vi pratar dels om det här med menyn då, förberedelse på vad som ska komma, vad det blir för mat, gärna med bildstöd, och att man har alternativ mat. Många av de här eleverna med en annorlunda perception tycker till exempel inte om blandad mat, eller ... Och också, den är viktig tänker jag, att fråga eleverna. Att få reda på så mycket ... Stina var inne på kartläggning, och den tänker jag är viktig både kring miljön och att man frågar eleverna själva där. Och också anpassad kost där. Och den psykosociala miljön tänker jag. Det har vi också varit inne på. Att man förankrar det hos all personal, anpassningar och så. Man kanske sitter ... Det är viktigt för många barn att ha samma platser. Undvika tvång. För vi har mycket laddat kring maten. Det här är viktigt både i förskolan och skolan, tänker jag. Och att vuxna är delaktiga. Att man har vuxna vid borden. Och den fysiska miljön. Den har du pratat mycket om, Stina, det här med skärmar och ljudmiljön och att en del kanske till och med också behöver sitta i mindre rum och ... Ja, hur kan man minska ljudmängden och skärma av?

ERIKA:

Och Lena, du har också varit involverad i ett samarbete med Livsmedelsverket just för att ta fram information och kunna ge stöd kring måltidsmiljön för elever med NPF. Hur kommer det sig, och vad blev resultatet?

- LENA: Ja, bland annat till oss så kom det en fråga från Livsmedelsverket då om just samverkan med SPSM då. Och de fick många frågor till sig då som handlar om barns rätt till anpassade måltider, och det var just ... handlade om barn och elever med NPF. Och det kom från förskolor och skolor och vårdnadshavare, och de ville då tillsammans med oss göra någon slags kunskapsöversikt då. Vad kan vara viktigt att tänka på? Både kring måltiderna och måltidsmiljön då. Så det gjorde vi, och det har lagts ut och det ... både på deras hemsida och på vår hemsida då. kortfattat, generella råd och information där, där man kan få reda på mera.
- ERIKA: Nu tänker jag så här, vi behöver strax avrunda. Men jag tänker, innan vi gör det så skulle jag faktiskt vilja be er att skicka med råd eller vad man nu ska kalla det för. Till de som har lyssnat som har blivit inspirerade eller tänkt att ”det där är någonting som jag skulle vilja ta tag i och lösa på ett bättre sätt”. Vad skulle ni vilja ge för råd så här i hur man kommer i gång, hur man kan börja? Jag skickar frågan till dig först, Stina.
- STINA: Jag tänker att det viktigaste är att ta med sig den kunskap som redan finns in i matsalen och köken och låta köken också bli en del av den kunskap som finns. För de har annan kunskap. De vet ju också ... Även om man beställer en viss sorts kost så kan de genom sin erfarenhet också säga att ”ja, men äter de detta brukar de också äta detta” och bredda upp. Sen säger jag alltid, som all skolutveckling jag håller på med, gå

en dag i barnets skor. Alltså starta dagen i bussen. Hoppa in och käka frukosten. Gå de här lektionerna, ha de här pauserna. Alltså att försöka verkligen se helheten. För det är verkligen allt från frukosten till lunchen till mellanmålet. Vi har väldigt stort lunchfokus. För det finns ju också måltidsmiljöer som är dåliga mellan klockan elva och ett men som är jätteannorlunda på frukosten och på mellanmålet. Och försök också att tänk bort mycket regler. Det finns ... Ja, det finns en praxis om att lunchen ska serveras elva, men hur många sitter i fängelse för att man har serverat en brunch i stället klockan 10:30 till de här fem eleverna? Det går att göra mycket annorlunda saker. Bara det här med att äta ute, äta i andra miljöer. Det har vi tränat oss under corona nu och hittat massor med lösningar. De kan vara det nya normala. Och jag tänker just det där, att hela tiden inte se utveckling som någonting som vi startar här och är färdiga där, utan gno och gnag på och se till att vi inte bygger in fler fel i nya lokaler eller renoverade lokaler, för där har man chansen. Så tänker nog jag.

ERIKA: Tusen tack. Vad vill du skicka med, Lena?

LENA: Ja, jag tänker här. Lösningssfokus som du är inne på, jätteviktigt, och de här konkreta anpassningarna. Men också att man tänker att eleverna får med sig de anpassningarna de har inne på lektionerna in i måltidsmiljön också. Gärna involvera elevhälsan, är en viktig del i detta tänker jag också. Och fråga eleverna. Fråga eleverna, hur vill du ha det? Vad är

viktigt för dig? Det kan lösa så mycket, att de är delaktiga själva i anpassningarna. Och har man ... Kan man inte göra det ... Jag tänker på förskolan. Vårdnadshavare har massa kunskap om sina barn. Oerhört viktigt, tänker jag. Och att se skollunchen som en del av skoldagen, den tänker jag är viktig.

ERIKA: Just det. Hörni, det har varit jätteintressant och otroligt mycket matnyttigt. Det är väl lite typiskt om man pratar om lunch kanske, men ... eller måltid.

[skratt]

ERIKA: Men jag tycker att det har varit mycket konkretion, och det är ju otroligt välkommet och kul att lyssna på också tycker jag faktiskt. Så det var väldigt roligt att ni var med och pratade om den här viktiga frågan. Så jag vill säga tack till dig Stina Salomonsson, måltidschef i Trelleborgs kommun, och Lena Samuelsson, rådgivare på SPSM.

STINA: Tack så mycket.

LENA: Tack så mycket.

ERIKA: Och sen så ska jag också säga till dig som har lyssnat och som vill veta mer att du kan gå in på vår webbplats, www.spsm.se, för där har vi webbsidor om just det här, måltidsmiljö för barn och elever med NPF. Och där finns också länkar till hur man kan söka stöd hos oss. Och vi har också samlat information om olika kurser och webinarietillfällen som finns under våren 2022 och framåt för fortbildning, om man vill



ha mer kunskap som rör barn och elever i behov av stöd. Och på webben finns också våra poddavsnitt samlade för dig som vill ta del av fler samtal. Så vi säger tack för oss och ha det så bra.