

Allergisäker mat i föreningen

När föreningen serverar och hanterar mat kan ni förebygga problem för deltagare med matallergi genom några få men enkla steg.

Fråga om allergi

Fråga deltagarna om eventuell allergi eller överkänslighet mot mat redan i anmälan när ni bjuder in till ett arrangemang.

Dialog med matgästen

Ta kontakt i förväg med deltagare som anmält att de har allergi/överkänslighet för att ta reda på exakt vad hen kan/inte kan äta.

Spår av?

Fråga personen hur den förhåller sig till mat med ”spår av-märkning”?

Ersätt med likvärdig mat

Låt alla få uppleva fest och guldkant när ni väljer alternativ till den med specialkost; ersätt glass med glass och tårta med tårta osv.

Håll isär hanteringen – på olika ytor

Att bereda specialkosten på en ren bricka kan vara en praktisk lösning för att undvika kontaminering med annan mat. Servera maten skild från annan mat och med egna rena redskap.

Skydda och märk maten

Specialkost som anpassats till någon ska märkas tydligt för att undvika förväxling samt skyddas mot spill från annan mat.

Egna rena redskap

Använd helt rena redskap till specialkosten. Låt den som är allergisk diska först i oanvänt diskvatten om deltagare ansvarar för sin egna disk.

Informera om innehåll

Vid öppen servering/försäljning ska ni kunna informera om matens innehåll. Spara recept och förpackningar med ingrediensförteckning så att personen kan läsa själv.



Om någon får en allergisk reaktion

Viktigt om allergi

Allergi mot mjölkprotein, ägg, olika nötter, fisk, skaldjur, soja och vete tillhör de vanligaste matallergierna. Allergi kan i värsta fall ge livshotande symtom.

Laktosintolerans och mjölkproteinallergi är två skilda saker. En mjölkproteinallergisk person kan inte dricka laktosfri mjölk utan måste undvika allt som innehåller mjölk. Veteallergi är inte samma sak som glutenintolerans (celiaki). ”Glutenfria produkter” passar vid celiaki, men inte alltid vid veteallergi.

Läs mer på www.aaf.se



Astma och Allergiförbundet