

Verksamheten för mathjälp

Introduktionsmaterial för frivilliga



Introduktionens innehåll

- Olika former av mathjälp och arrangemang av verksamhet
- Allmänna principer för frivilligverksamhet
- Finlands Röda Kors etiska anvisningar i mathjälpen
- EVIRAs anvisningar om livsmedelssäkerheten för mathjälpsaktörer
- Växelverkan och säkerhet i mathjälpsverksamheten
- Mer information

OLIKA FORMER AV MATHJÄLP OCH ARRANGEMANG AV VERKSAMHET

Vilka livsmedel delas i allmänhet som mathjälp?

- Livsmedel donerade av affärer, livsmedelsproducenter, bagerier och jordbruksproducenter.
 - svinnsmat och -livsmedel
 - Produkter med fel förpackningsmarkeringar mm.
- Färdig mat donerad av skolor, centralkök eller lunchrestauranger -> Restmat
 - Med rest- eller svinnsmat menar man näringsdugliga livsmedel som blivit osålda av olika aktörer på livsmedelsbranschen.
 - T.ex. "sista användningstidpunkt/-dag" och "bäst före"-livsmedel även efter datum (se noggrannare sektionen som hanterar Eviras anvisningar)
- Livsmedel i EU:s mathjälp
 - I huvudsak spannmålsprodukter (mjöl, grötflingor, makaroner) och konserveringsmat som inte kräver kylkedja
 - Av EU:s livsmedel kan man tillverka även måltider som direkt kan ätas eller tas med



Utdelningssätt

- Livsmedel som donerats (av butikerna)
 - Öppen utdelningstillställning
 - Alla kan komma och söka livsmedel
 - Man delar ut färdig packade matkassar eller så packar kunderna livsmedlen i egna kassar.
 - Utdelningen traditionellt genom att köa (utdelas så länge varorna räcker till) eller genom att dela ut i ankomstordning eller genom att lotta ut könummer, så länge man vet att matkassar räcker till, trenden är att sträva efter att minimera köandet
 - Man kan också grunda ett register för mathjälpstagarna, mer information i följande dia
- Färdiga måltider och mat
 - Man kan följa samma principer som för de donerade livsmedlen
 - Maten kan färdigt förpackas i boxar eller lådor, eller så kan man servera den på plats under en gemensam mattillställning, t.ex. under lunchtid
- Andra eventuella former (har inte ännu provats i FRK)
 - "Mathjälpsaffärer" eller matbanker: Produkterna finns på hyllorna och de är fritt valbara för kunderna
 - Skåp för svinmat: Det är fritt för alla att använda kylskåpet och/eller en mathyllan, dit vem som helst (privatpersoner, företag) kan donera ätbara livsmedel och färdiga måltider, vem som helst kan söka dem



Register för mathjälptagare

- Man kan grunda ett register av mathjälptagarna
 - I första hand är det viktigt att iaktta personernas privatliv och personuppgifternas datasekretess, det finns en separat anvisning för detta!
 - I användning i Rovaniemi och Kemi
- Passar bra till platser där det på en gång finns mera mathjälptagare än utdelbar mathjälp
- Exempelfall:

Det finns ca 500 personer som behöver mathjälp men utdelbar mathjälp räcker varje vecka för 150 personer. Personerna registreras i ett register i vilket man sparar enbart de nödvändiga uppgifterna, så som telefonnummer och storleken på hushållet. Då livsmedlen är räknade och på detta sätt fått informationen om mängden matkassar (t.ex. gjort på morgonen), t.ex. 150 matkassar, väljer man i registret 150 personer (oftast aningen fler då alla inte kan hämta en kasse). De skickas ett gruppmeddelande (en tjänst hos t.ex. Fonecta som distrikten kan använda) om att hämta matkassarna vid en specifik tidpunkt eller under en viss tid, t.ex. klockan 17–19.
- Fördelar
 - Mathjälp kan utdelas jämlikt för alla
 - Minskar på köandet och då de som kommer vet att de får mat
 - Lättar även informationen om verksamheten vid sidan om
 - Förbättrar optimeringen av utdelningen i förhållande till antalet hjälpbehövande

Hur arrangeras mathjälpen i praktiken?

- Man kan inte ge en allmängiltig anvisning som skulle passa alla eftersom arrangemanget av mathjälpen väsentligt åtminstone påverkas av följande:
 - Den utdelbara mathjälpens form och mängd
 - Antalet hjälpbehövande
 - Lokaler och kall-/varmförvaringsmöjligheter som är i användning
 - (Kall-/varm) Transportmöjligheter
 - Antalet frivilliga som deltar i verksamheten och tidigare erfarenhet av mathjälpsverksamhet samt bransch där man hanterat livsmedel
- Verksamheten planeras alltid lokalt genom att iaktta verksamhetsarrangörens möjligheter och lokala behov

Vad behövs för att arrangera mathjälp?

- Det beror helt på verksamhetens omfattning och formen på mathjälp men åtminstone har man nytta av följande
 - Tillräckligt med engagerade frivilliga
 - Lokaler till att arrangera verksamhet, helst lätt åtkomliga och tillräckligt stora
 - Anmälan om livsmedelslokal till kommunens tillsynsmyndighet för livsmedel ifall man regelbundet delar ut lättfördärliga livsmedel
 - Allt som oftast kylskåp och frysboxar vid utdelning av lättfördärliga livsmedel
 - Användningsmöjligheter för bil, kyllådor och eventuellt en bil för kalltransport ifall man behöver transportera livsmedel
 - Eventuellt kärl för varmservering för måltider som serveras varma
 - Termometrar till att följa temperaturer på kylutrustningar och livsmedel
 - Eventuellt kassar och askar vilka man packar livsmedlen i
 - Städredskap
 - Redskap och platser för skötsel av hygien
 - Plan för egenkontroll



Information om mathjälpen

- Den borde riktas så att den når så bra som möjligt mindre bemedlade människor som är i största behov av hjälp
- Finns orsak till att planera från lokala utgångspunkter och använda flera olika kanaler
- Exempel på använda kanaler:
 - Tidningsannonser
 - Avdelningens egna webbsidor
 - Lokalradio
 - Sociala medier (Facebook, Instagram mm.)
 - Informationstavlor i affärer, bibliotek, boendelokaler mm.
 - Social- och hälsovårdens servicepunkter
 - Med förmedling av kommunens/stadens socialförvaltning
 - "Djungeltelegrafén"
 - Andra organisationers och församlingars informationskanaler
 - Via andra nätverk
- Det är även bra att söka andra sätt att nå de människor som mest är hjälpbehövande som är svåra att nå.



Ruoka-apu.fi

- Ruoka-apu.fi betjänar sökande av mathjälp och arrangerar På sidan hittar du aktuell information om mathjälpstillställningar och gemensamma måltider på det valbara området.
- Registrerade aktörer, såsom föreningar, församlingar och kommunala aktörer annonserar om event på webbsidan.
- Specifikare information om varje tillställning samt kontaktpersoner finns i tillställningsmeddelandet.
- Projektet Osallistava yhteisö med dess samarbetspartners har framställt Ruoka-apu.fi-tjänsten. Tjänsten är avgiftsfri för alla användare.

Verksamhet vid sidan om och involvering

- Förutom mathjälp försöker man i verksamheten enligt möjligheter och hjälpbehövandes behov erbjuda annat program och verksamhet, t.ex. diskussionssällskap, möjligheter till frivilligverksamhet, vägledning till distriktet för experthjälp vid behov
- Enligt undersökningar och FRK:s egna utredningar önskar eller behöver de mathjälpbehövande förutom mathjälp ofta också annat stöd
 - Alla vill naturligtvis inte ha eller behöver inte annat stöd – mathjälpbehövandes vilja måste absolut respekteras!
- Medellöshet inverkar på människornas möjligheter till att delta t.ex. i hobbyverksamhet samt socialt umgänge
- Exempel på verksamhet vid sidan av mathjälpen och involvering
 - Hälsopunkt i samband med matutdelningen
 - Diskussionscaféer och gemensamma måltider
 - Gemensam mattillredning
 - Framställningar och föreläsningar med hälsa och välfärd som tema
 - Presentationer av avdelningens verksamhet och information om verksamheten
 - Verksamhet arrangerad i samarbete med kommunerna/städerna och andra organisationer (t.ex. skuld- och rättsrådgivning, olika kurser, hobbyverksamhet mm.)

Bedömning av nödvändiga resurser i mathjälpen – EU:s mathjälp

- EU:s mathjälp
 - Vid bedömningen av mängden kan man iaktta att minimi leveransmängd på 1 000 kg räcker till ca 100 matkassar.
 - I allmänhet kan man genomföra utdelningen på 1 000 kg i 1-3 omgångar beroende på ortens storlek, antalet hjälpbehövande och antalet utdelande organisationer/föreningar på samma ort.
 - EU-livsmedel kan delas ut även under ett längre tidsintervall, t.ex. i samband med utdelning av svinnmat eller -livsmedel
 - Vad behövs:
 - frivilliga
 - mottaga livsmedel
 - ta hand om bokföringen
 - förpacka livsmedel i påsar/ sortera livsmedel
 - Till utdelningstillfället för att dela ut livsmedelskassarna samt för att arrangera verksamhet vid sidan om
 - information om utdelningstillfället på orten
 - ett lämpligt utrymme för lagring av produkter (torrt, skyddat från ljus, inget tillträde för skadedjur), helst sådant utdelningen kan ordnas ifrån

Bedömning av nödvändiga resurser för mathjälp – utdelning av svinnsmat

- Utdelning av svinnsmat – livsmedel
 - I allmänhet regelbundet, t.ex. 1-2 gånger i månaden eller veckan
 - Det behövs flera engagerade frivilliga – utdelningstätheten inverkar väsentligt på antalet frivilliga
 - Vid mindre utdelningar med färre än 50 sökande kan man klara sig med 3-5 frivilliga per utdelning, i större utdelningar med över 100 sökande kan man behöva redan 10 personer per utdelning.
 - Det lämpliga antalet frivilliga klargörs då verksamheten påbörjas och man ser hur verksamheten utformas och uppgifterna fördelas.
 - Uppgifter gällande mathjälpen:
 - livsmedelstransport (kan försöka utnyttja samarbetspartner som har transportmedel, t.ex. Kontti-kedjan, lokala transportföretag, andra aktörer inom mathjälpen)
 - mottagning av livsmedel, kontroll och lagring
 - bokföring
 - kontroll av livsmedlens mottagningstemperaturer
 - kontroll av kylutrustningarnas temperaturer
 - sortering av livsmedel och eventuell förpackning i påsar inför utdelningen
 - Vid utdelning av matkassar/livsmedel, behövs ex. guide-assistent, dörrvakt, städning, frivilliga till extra sysslor osv.



Lokalt nätverk för mathjälp

- Många orter har flera olika stora mathjälpsaktörer och verksamheten kan överlappa → det rekommenderas att resurser kombineras och att man grundar ett lokalt nätverk för aktörer inom mathjälpen
- Det är bra att ha två eller flera mathjälpaktörer, organisationer och föreningar som inte medverkar i mathjälpen samt kommunens/stadens representanter
- Nätverket kan samlas t.ex. 2-3 gånger/år
- Vad kan nätverket göra?
 - Koordinering av utdelningstidpunkter och placering av utdelningsplatser
 - Komma överens för att undvika överlappningar (t.ex. livsmedelsöverlåtare, tidpunkter för utdelning)
 - Dela resurser (frivilliga, utrymmen, utrustning, kunskande, erfarenheter mm.)
 - Samla ihop informationen om utdelningar av mathjälp (tidpunkt, plats)
 - Tillsammans informera hjälpbehövande om mathjälpsverksamheten
 - Projekt och tillställningar som görs tillsammans samt arrangemang av verksamhet vid sidan om
 - Grundandet av en "svinnterminal" i samarbete med organisationer och kommunen/staden
- Nätverkets gemensamma röst hörs bättre och förhandlingsläget blir bättre
- Ett gemensamt eller tillsammans koordinerat meddelande och material samt bättre koordinerad och eventuellt reproduktiv verksamhet är till nytta för mathjälpbehövande!

ALLMÄNNA PRINCIPER FÖR FRIVILLIGVERKSAMHET



Principer för mathjälpsverksamheten

- I mathjälpsverksamheten, så som i annan frivilligverksamhet i Finlands Röda Kors följs alltid sju principer - **humanitet, opartiskhet, neutralitet, självständighet, frivillighet, universalitet ja enhet**
- Även principer för frivilligverksamhet som presenterats i följande dior bör följas i all verksamhet gällande mathjälp.
- Verksamheten kan ändå inte strida mot Röda Korsets principer fastän de vore i linje med de allmänna principerna för frivilligverksamhet!

Allmänna principer för frivilligverksamhet (1/4)

- **1. Frivillighet** - Alla deltar i verksamheten frivilligt av egen vilja. Personens egen vilja samt viljan att göra och delta i verksamheten är väsentligt i frivilligverksamheten.
- **2. Jämställdhet** - Alla parter bemöter jämställt och varje deltagare respekteras. Varje persons kunskaper och färdigheter behövs.
- **3. Ömsesidighet** - Målet med verksamheten är att ge alla deltagare ett gott humör.
- **4. Lönefritt** - Man får ingen ekonomisk ersättning och erfarenheterna från verksamheten är "lön".
- **5. Ingen yrkesmässighet** - En vanlig människas kunskaper och färdigheter räcker. En frivillig ersätter inte yrkesfolk.

Allmänna principer för frivilligverksamhet (2/4)

- **6. Pålitlighet och bindande till verksamheten** - Den frivilliga är tillförlitlig. Den frivilliga måste själv bedöma sina resurser så att hen inte lovar göra mer än hen hinner och orkar. Var och en har rätt att själv definiera för hur lång tid hen vill binda sig.
- **7. Tillförlitlighet och tystnadsplikten** - Den frivilliga har tystnadsplikt. Tystnadsplikten fortsätter även då verksamheten tagit slut. I problemsituationer är den frivilliga berättigad och skyldig till att diskutera situationen med en professionell yrkesmänniska och hen behöver inte själv bära ansvar för att utreda saken.
- **8. Tolerans** - I frivilligverksamheten tolererar man alla deltagande oberoende deras nationalitet, hudfärg, religion eller andra faktorer. Den frivilliga respekterar och godkänner att människor kan ha annorlunda bakgrunder och olika åsikter.

Allmänna principer för frivilligverksamhet (3/4)

- **9. Obundenhet** - I frivilligverksamheten agerar man jämställt enligt allas intresse. Den frivilliga ställer sig inte på någons sida utan strävar efter att handla i samarbete med de olika parterna.
- **10. Handling på den hjälptagandes villkor** - Var och en är sitt livs expert och svarar själv för sina handlingar. Den frivilliga agerar som sällskap, lyssnare och stöd.
- **11. Samarbete** – Den frivilliga fungerar som stöd och kamrat för dem som behöver stöd, yrkesarbetare, anhöriga och vänner. Den frivilliga hänvisar vid behov till yrkeshjälp och lättar yrkesarbetarnas arbetsbörda genom att erbjuda pålitlig hjälp och stöd i vanliga vardagliga situationer.
- **12. Gemenskap** – Den frivilliga blir via verksamheten en del av gruppen och samfundet.

Allmänna principer för frivilligverksamhet (4/4)

- **13. Rättighet till stöd och handledning** – Den frivilliga bör ha möjlighet till stöd och handledning.
- **14. Verksamhetens meningsfullhet** – Det är meningen att frivilligverksamheten är meningsfull för alla som deltar i den. Frivilligverksamheten borde aldrig bli ett förtretligt måste.
- **15. Möjligheten att växa som människa** - Frivilligverksamheten erbjuder möjligheten till själsutveckling och till att utveckla sig själv.

(Källa: STKL:s utbildningsmaterial)

ETISKA ANVISNINGAR FÖR FINLANDS RÖDA KORS



Hur går vi till väga?

- Förutom de tidigare nämnda principerna följer man i Finlands Röda Kors mathjälpsverksamhet alltid Röda Korsets etiska anvisningar som genomgås i följande dior.
- Etiska anvisningarna och Röda Korsets principer är nödvändigtvis inte alltid i mathjälpen entydigt tolkningsbara, i oklara fall, vänd dig till en frivillig med ansvaret för mathjälpen eller till en anställd på distriktet!
- Etiska anvisningarna finns i sin helhet på RedNet: <https://rednet.rodakorset.fi/node/26574>



FRK:s etiska anvisningar

1. Jag erkänner Röda Korsets principer

- Humaniteten är den viktigaste principen som styr Röda Korsets verksamhet. Frivillighet och universalitet öppnar en kanal för alla att på sitt eget sätt bidra till att främja humanitet. De andra principerna gör det möjligt att erbjuda hjälp och stöd i så varierande situationer och under så många olika förhållanden som möjligt. Dessa principer har visat sig vara hållbara i den internationella organisationens 150-åriga historia och de bör bevaras omsorgsfullt. Principerna uppfylls i vårt sätt att handla.

2. Jag respekterar, motiverar och inspirerar

- Jag respekterar olika människor, värden och tankar. Jag förhåller mig jämlikt och likvärdigt till alla människor oberoende av deras kön, ålder, etniska eller nationella ursprung, nationalitet, språk, religion eller övertygelse, åsikter, funktionshinder, hälsotillstånd, sexuella läggning eller annan orsak gällande personens egenskaper.



FRK:s etiska anvisningar

3. Jag agerar öppet och ansvarsfullt

- Vårt hjälparbete förutsätter starkt förtroende för organisationen. Jag sköter organisationens resurser på bästa möjliga sätt för att uppnå våra mål.

4. Jag använder Röda Korsets märke rätt

- Röda korset och med den jämförbara röda halvmånen och röda kristallen är internationella skyddsmärken som används i krigs- och konfliktsituationer för att trygga medicinalvård och biståndsverksamhet. Röda Korsets rörelse har rätt till att använda märket även som kännetecken för den egna verksamheten. Användningen av märket stiftas i Genèvekonventionerna och Finlands lag. Felanvändning av skyddsmärken äventyrar i värsta fall chansen att ge hjälp åt krigsoffer.

5. Jag ingriper i oegentligheter

- Öppenhet och ärlighet är förutsättningar för den ekonomiska, sociala och etiska hållbarheten i Röda Korsets verksamhet. Därför är det viktigt att man snabbt och pålitligt ingriper i eventuella missbruk. Det är varje Finlands Röda Kors representants rättighet och skyldighet att anmäla missbruk och det får inte ha negativa följder för anmälaren.

Iakttagande av principer i mathjälpen

- Orsakerna till mathjälpbehovet är mångfaldiga: arbetslöshet, liten pension, sjukdomar, skuldsättning, annars otillräcklig försörjning osv.
- Behovet av hjälp är enbart utgångspunkten för att hjälpa: inte religion, nationalitet, politiskt synsätt, kön, sexuell riktning osv.
- Mathjälpen är riktad till mindre bemedlade - man kontrollerar ändå inte sökandes bakgrunder, inkomster, personuppgifter osv.
 - Det räcker med att sökande av mathjälp själv uttrycker behovet, det vill säga i praktiken att hen kommer och söker mathjälp
- Mathjälpen är under lika principer avsedd för alla, med enbart följande undantag:
 - Den givna mängden mat/livsmedel kan relateras till hushållets storlek
 - Vid mån om möjlighet kan man sträva efter att iaktta specialdieter (t.ex. födoämnesallergi, intoleranser)
- Innehållsmässigt är mathjälpen för alla så jämlik som möjlig
- Man tar inte ut en avgift för den utdelade maten och man förutsätter inte att mathjälpssökande deltar i någon annan verksamhet!

Exempel på tillämpning av etiska anvisningar

- "De etiska principerna förutsätter att aktören inte framför åsikter eller deltar i verksamhet som strider mot organisationens principer. Aktören ställer sig mot hatiska uttalanden och hatprat samt våld."
 - *I praktiken betyder det att bl.a. åsikter där man kallar någon vid öknamn pga. hudfärg, nationalitet eller annan motsvarande anledning. Detta gäller även sociala medier (bl.a. gillande av rasistisk kommentar). Man framför inte kommentarer om nödvändigheten av matsökandes hjälpbehov eller allmänt om sökanden. Matkassarnas opartiskhet = innehållet bör vara likvärdigt oberoende sökandes bakgrund m.m. Innehållet får inte påverkas av t.ex. din personliga åsikt av den sökande.*
- "Erkänner människornas individualitet och värdesätter allas åsikter och insats för att nå de gemensamma målen. Vi bemöter varandra rättvist. Förståelse bland människor, samarbete och förtroende ökas med verksamheten. Man bygger tolerant och uppmuntrande växelverkan på basis av ömsesidigt stöd."
 - *Koordinatorerna fördelar uppgifterna jämligt enligt bästa förmåga genom att iaktta varje frivilligs resurser. Koordinatorerna iakttar de åsikter som kommer från gruppen och är öppna för förändringsönskemål.*
 - *Växelverkan mellan gruppens medlemmar och olika grupper: säger rejält/sakligt om man har något att säga och tar även sakligt emot respons. Man uppmuntrar till öppenhet så att saker och ting inte kompliceras. Varje frivillig har rätt att bli hörd och skyldighet att lyssna på andra. Missförhållanden ingrips genast i och eventuellt kommande problem löses så snabbt som möjligt.*

EVIRAS ANVISNINGAR OM LIVSMEDELSSÄKERHETEN FÖR MATHJÄLPSAKTÖRER



”Mathjälp utan prut på säkerheten”

- Livsmedelssäkerhetsverket (Evira) har utfärdat en anvisning som bör följas i mathjälpsverksamheten.
- Man kan för mathjälpsaktörerna tillåta förhållningssätt som undviker från den kommersiella verksamheten, men man prutar inte av livsmedelssäkerheten.
 - Företagen som donerar livsmedlen samt de utdelande organisationerna och samfunden ansvarar för livsmedelssäkerheten.
- Bekanta dig med Eviras [Anvisning för livsmedel som överlåts till mathjälp](#)
 - Anvisningen innehåller viktig information om bl.a. mottagning, hantering och förvaring samt egenkontroll av livsmedel
- Då du har bekantat dig med Eviras anvisningar kan du testa din inläring med hjälp av det bifogade testet (på finska):
 - <https://punainenristi.typeform.com/to/i8nvG3>

Vilka livsmedel **FÅR** utdelas som mathjälp?

- Livsmedel vars BÄST FÖRE-datum har överskridit men är sensoriskt ätbara
- Livsmedel som överskridit SISTA ANVÄNDNINGSDAGEN/ANVÄNDNINGSTIDPUNKTEN (lättfördärliga livsmedel), ifall de är djupfrysas innan överskridandet av datumet
 - Smälta produkter måste tillredas så snabbt som möjligt och de får inte djupfrysas på nytt efter att de tinats upp.
 - Man måste muntligt och/eller skriftligt informera kunderna inom mathjälpen om att produkterna är smälta och att de inte mera får djupfrysas!
 - Lättfördärliga livsmedel kan i huvudsak förvaras djupfrysas i ca två månader
- Defekta/trasiga livsmedelsförpackningar
 - Till exempel cornflakespaket där pappförpackningen är trasig men skyddspåsen hel
- Produkter vars varudata är felaktiga, eller produkter i fel förpackning
 - Till exempel en saftburk för äppelsaft som innehåller apelsinsaft
 - Informationen om felaktiga förpackningsmärkningar måste överlätas också till den slutliga konsumenten och produkten får inte orsaka fara!
- Oförpackade produkter
 - Till exempel produkter från bake-off, frukter, grönsaker
 - Produkternas överlåtare bör berätta för produktmottagaren vad produkten är för något
- Adekvat förvarade färdiga matportioner och måltider
 - Varm som varm, kall som kall eller varm efter snabb nedkylning under samma dag (till sex grader i fyra timmar)
- Vid sidan av livsmedel, även andra produkter, t.ex. tvättmedel pappersprodukter

Vilka livsmedel **FÅR INTE** utdelas som mathjälp?

- Livsmedel som har förvarats fel eller vars säkerhet man av annan orsak kan betvivla
- Livsmedel med spår av fördärlighet (t.ex. mögel)
 - **Obs!** BÄST FÖRE-märkta produkter kan ha kvalitativa förändringar såsom torka och färgförändringar, men orsakar ingen fara för hälsan – kan utdelas enligt eftertanke
- Alkohol och tobaksprodukter
- modersmjölksersättningar
- Produkter vars SISTA ANVÄNDNINGSDAG/TIDPUNKT har passerat
 - **Med undantag för** produkter som är frysta innan datumet passerade eller vars SISTA ANVÄNDNINGSDAG/TIDPUNKT är dagen innan, kan organisationen själv tillreda måltider av sådana till servering som mathjälp

Att särskilt observera visavi livsmedel som delas ut som mathjälp

- "Välgörenhetsorganisationen bör i sin verksamhet observera att alla livsmedel inte lämpar sig för djupfrysning. Till exempel **pga. faran för listeria är frysning av vakuum- och skyddsgasförpackad kallrökt eller gravad fisk efter den sista användningsdagen enbart tillåten ifall välgörenhetsorganisationen tillreder het mat av den upptinade fisken.** Sådana djupfrysta fiskeprodukter kan således inte överlåtas som sådana till mathjälp" (Eviras anvisning s.8)

Mattillredning och hantering av oförpackade lättfördärliga livsmedel

- Vid mattillredning till utdelbar mathjälp bör man iaktta att
 - De som deltar i mattillredningen måste ha hygienkompetensintyg (hygienpass)
 - Hantering av vissa lättfördärliga livsmedel förutsätter hygienpass
 - Vissa sysslor, såsom matuppvärmning och servering kräver dock inte hygienpass
- I Eviras anvisning [Hantering av lättfördärliga oförpackade livsmedel](#) listas det upp vilka situationer som kräver hygienpass och vilka inte

Livsmedelstillsyn och plan för egenkontroll

- VÄLGÖRENHETSORGANISATIONER som regelbundet utdelar mat underordnas livsmedelstillsynen och bör enligt lag ha en plan för egenkontroll
 - "En välgörenhetsorganisation som regelbundet delar ut lättförädlade livsmedel som mathjälp (i form av överlåtelse eller servering) ska lämna en anmälan om sin verksamhet och lokalerna man använder till livsmedelstillsynsmyndigheten i den egna kommunen fyra veckor innan verksamheten inleds." (Eviras anvisning s. 5)
 - **OBS!** Distributörer som enbart delar ut "torra produkter", såsom grönsaker eller andra livsmedel som håller sig i rumstemperatur, behöver inte anmäla till myndigheten för livsmedelstillsyn!
 - Till exempel de som utdelar enbart EU mathjälp behöver inte göra anmälan!
- De är viktigt för livsmedlens hållbarhet och säkerhet att förvaringstemperaturerna är korrekta
 - Temperaturerna följs upp inom egenkontrollen ("registreringar inom egenkontrollen") så att temperaturerna mäts och dokumenteras med regelbundet och då det finns skäl till att misstänka avvikelse.



Plan för egenkontroll

- I planen för egenkontroll bör man iaktta riskerna kring verksamheten
 - Hur fungerar kylkedjan
 - Hur förverkligas överlåtelsen av livsmedel
 - Hur förverkligas transporten
 - Varifrån får man livsmedel
 - Hur genomförs lagercirkulationen
 - Hur avskaffas fördärvade produkter
 - Hur kontrolleras hållbarheten av frysförvarade produkter
 - Hur tar man hand om prydligheten och hygien
 - Hur säkerställs informationsflödet mellan livsmedelsöverlåtaren / mathjälpsaktören / mathjälpskunden
- Registreringar i egenkontrollen styrverksamheten
 - Mätning och dokumentering av mottagningstemperatur av livsmedel som kräver kall- och varmförvaring
 - Temperaturmätning och dokumentering av kylutrustningarna
- Planen för egenkontroll ska uppdateras regelbundet då verksamheten förändras eller tar form!

Exempel på beskrivna saker i planen för egenkontroll

1. Utdelningspunktens kontaktuppgifter samt ansvarig part och -person
2. Beskrivning av verksamheten
3. Anskaffning av produkter, mottagningskontroll och transport
4. Lagring av livsmedel i utdelningspunkten
5. Genomförande av produktutdelning
6. Riskbedömning och identifiering
7. Frivilligas hygien och utbildning
8. Renhållningsplan
9. Avfallshanteringsplan
10. Misstankar om matförgiftning och hantering av klagomål
11. Bruks- och avfallsvatten
12. Förvaring och uppdatering av dokument inom egenkontroll
13. Datum och underskrift



Personlig hygien

- De som arbetar i området för livsmedelshantering måste ta hand om sin personliga renlighet.
 - En person med en sjukdom som smittar via livsmedel eller som är bärare på sådan här sjukdom eller som till exempel har infekterade sår, hudinfektioner eller diarré får inte hantera livsmedel. Ifall du som frivillig är förkyld, utebli den gången från mathjälpen.
 - Om du har ett sår, skydda det t.ex. med ett plåster. Om såret finns på handen, använd även skyddshandskar.
 - Noggrann och regelbunden handtvätt är den viktigaste förutsättningen för hygienisk hantering av livsmedel.
- **Största delen av matförgiftningarna beror på dålig handhygien.**

VÄXELVERKAN OCH SÄKERHET I MATHJÄLPSVERKSAMHETEN

Växelverkan inom utdelningstillställningarna

- Bland mathjälpssökarna finns det olika människotyper – man bemöter mathjälpssökanden som vem som helst, neutralt och respektfullt
 - Det betyder inte att man inte kan visa sin egen personlighet
 - Man strävar efter att iaktta mathjälpssökandes vilja för växelverkan
- Alla bemöts jämlikt och lyssnande
- Många mathjälpssökande vill söka maten så anspråkslöst som möjligt och ouppmärksam, man respekterar integriteten
 - För en del kan sökandet av mathjälp vara en viktig stund för socialt umgänge om dagen, enligt vilken man själv kan erbjuda diskussionssällskap
- Man ifrågasätter aldrig behovet för mathjälp!

Säkerhetsrisker man eventuellt kan stöta på i mathjälpsverksamheten

- I mathjälpsverksamheten så som i vilken annan verksamhet människor emellan finns eventuella säkerhetsrisker
 - Det finns inte oerhört mycket risker men iakttagandet av säkerhetsaker har setts vara nödvändig på grund av enskilda fall
- Livsmedelssäkerheten är en konkret del som hör ihop med mathjälpen, följ alltså Eviras anvisningar i verksamheten!
- Fastän förverkligandet av alla risker inte är sannolikt är det bra att förbereda sig för dem på förhand så att alla som deltar i verksamheten kan
 - Identifiera säkerhetsrisker på förhand
 - Agera enligt egen förmåga i situationer som äventyrar säkerheten
 - Veta vem och hur man anmäler säkerhetsbrister och -risker
- Genom att förbereda sig för risker säkerställer man att människornas hälsa inte utsätts för fara och att man vet hur man agerar ifall någonting händer
- Frivilligverksamheten bör alltid vara trygg, för såväl de frivilliga som de hjälptagande!



Exempel på förutseende

- Utbildningar och överenskomna gemensamma funktionssätt är en viktig del av förutseende!
- I fastigheten som används säkerställs:
 - Utrustningen för förstahandssläckning
 - Utrymnings säkerheten (t.ex. hindersfria utrymningsvägar, att föremål och inventarier inte försvårar mobiliteten i onödan)
 - Frivilligas placering: i mån om möjlighet placering av naturliga hinder så som placering av bord mellan kunden och den frivilliga
 - Att redskap med vilka man kan skada andra (t.ex. sax) tas bort från fickorna och borden
- Att de frivilliga har stadiga skor, inte sandaler (hindrar olyckor, underlättar rörelse), snygg, neutral och för verksamhetens de praktisk beklädnad
- Man strävar efter att säkerställa att man inte ensam bemöter en person som betar sig hotfullt
- Det är bäst att det finns en frivillig vid dörren (s.k. dörrvakt) som tar emot, guidar och samtidigt övervakar besökarna



Bemötande av en hotfull person

- Var tålmodig och håll dig lugn, låt dig inte provoceras – ett hetsigt beteende kan få en hotfull person att agera
- Lämna utrymme för den hotfulla och bevara hens revir
- Undvik situationer där personen som beter sig hotfullt kunde förlora ansiktet eller hamna i en otrevlig situation
- Lugna personen genom att tala tydligt, kort och hålla med, avbryt inte.
- Håll händerna synliga, vänd inte ryggen till
- Undvik att stirra och göra snabba rörelser
- Underskatta inte den hotfulla personen eller situationen
- Var hellre flexibel än tvär
- Rätta inte till villfarelser hos en drogpåverkad eller virrig person
- Vinn tid genom att prata så att andra kan komma till platsen
- Försök larma på hjälp utan att den hotande personen märker det
- Fly genast om situationen verkar bli farlig.
- **KOM IHÅG**, att komma ur situationen och vid behov fly och larma på hjälp vid hot- och speciellt i våldssituationer är den mest rekommendabla lösningen!



Bemötande av en hotfull person

- Oftast upplever den hotfulla personen att hen på något vis blivit orättvist bemött fastän detta inte nödvändigtvis grundar sig på fakta.
 - Till exempel, den berusade personen A kommer på plats i slutet av utdelningen av mathjälp då könumren redan är utdelade. Hen märker att person B anländer till platsen, som släpps för att hämta en matkasse, och tolkar att person B som kommit efter hen orättvist får en matkasse men hen själv får inte. I verkligheten hade person B redan tidigare hämtat könumret, vilket person A inte vet eller märker och börjar hotfullt kräva en matkasse av personen vid dörren till matutdelningen. Hur agera?
 - Sträva efter att förklara situationen och erbjuda andra möjligheter, t.ex. när följande utdelning är, finns det inom de närmaste dagarna mathjälp någon annan stans i staden/kommunen. Du kan till exempel be personen vänta utanför medan du går för att kolla ifall det för hen ännu finns någon mat kvar.
 - Matutdelningen är redan slut och ni håller på att göra slutstädning och -arrangemang. Man slår med knytnävar på den låsta dörren och ropar diffusa saker. Då personernas tonfall och beteende verkar hotfullt, håll dörren låst och utred saken genom att diskutera genom dörren. Red ut varför personen inte kan släppas in och var man vid behov kan söka hjälp. Ifall det hotfulla beteendet fortsätter och personerna inte avlägsnar sig, ring vid behov 112.



Meddelande i nödsituation

- **Ring 112** eller **använd 112 applikationen på din smarttelefon för att ringa** (lokaliserar läget automatiskt)
 - Berätta alltid vem du är och var du är (adress och stad/kommun, t.ex. Exempel 1, Exempelkommun, lokaler för Röda Korsets exempelavdelning)
 - Berätta lugnt vad som har hänt, till exempel
 - Brand
 - Var och vad brinner, beskriv brandens vidd, finns det personer i fara/är byggnaden tom, har man påbörjat förstahandssläckningen osv. och följ nödcentraloperatörens instruktioner
 - Sjukdomsattack eller olycka
 - Beskriv symptomen eller skadan, bedöm ålder, berätta vilka åtgärder för första hjälpen som vidtagits, följ nödcentraloperatörens instruktioner.
 - Hot- eller våldssituation
 - Beskriv vad som har hänt (t.ex. en hotfull person utmanar till strid och hotar människor, har någon blivit misshandlad); hur många personer och håller de på att avlägsna sig eller har de redan avlägsnat sig, ge kännetecken (kön, ålder, längd, kroppsbyggnad, beklädnad, hårfärg mm.); ifall personerna har avlägsnat sig, åt vilket håll for de, berätta om det orsakats personskador.
 - **KOM IHÅG!** Nödcentraloperatören ger råd och frågar nödvändiga uppgifter ifall man inte själv kommer ihåg att berätta dem!



Ifall något ledsamt hänt...

- Meddela det inträffade till distriktets ansvarsperson eller verksamhetsledare.
- Kom ihåg "uppföljning" av situationen
 - Vid behov samla ihop personerna som varit på plats för att diskutera om situationen och känslorna som orsakats
 - Utnyttja vid behov dem som gått utbildningen för psykiskt stöd
- Vänd er vid behov till proffshjälp
- Ifall det är frågan om ett brott eller en misstanke om brott, gör en brottsanmälan till polisen
- Då man är frivillig i Finlands Röda Kors finns det en olycksfallsförsäkring för grupper i frivilligverksamhet samt ansvarsförsäkring för verksamheten i organisationen
 - Mer information i RedNet – på sidan anvisningar och blanketter



Strukturell säkerhet

- I huvudsak utförs mathjälpsverksamheten inomhus och då är det viktigt att veta om lokalen i fråga om:
 - Ingångar och nödutgångar
 - Dessutom hur dörrarna låses och låses upp
 - Var utrustningen för förstahandssläckning är belägen, skick och grunderna för dess användning
 - På- och avbrytare för belysning
 - Riskfyllda trappor, trösklar, vassa hörn m.m. i lokalerna.
 - De öppna lokaler där man utan nyckel kan röra sig i byggnaden
- Granskning av lokalerna efter utdelningstillställningen, att lokalerna är tomma, belysningen släckt, kylutrustningens dörrar/lock stängda, utrymmen städade, skräpet bortfört och då man avlägsnar sig bör lokalerna låsas



Mer information

- [Ruokavirasto – Matsvinn](#)
- [Evira – hantering av oförpackade lättfristiga livsmedel](#)
- [Livsmedelsverket – EU:s mathjälp för gemenskapens medellösa](#)
- Livsmedelsverket – EU:s mathjälp för gemenskapens medellösa – [Guider och blanketter](#)
- Finlands Röda Kors – Avdelningsverksamhet – [Anvisningar och blanketter i Rednet](#)
 - Innehåller bl.a. Anvisning för hinderlöshet/åtkomlighet, arkiveringsanvisning, Finlands Röda Kors anvisning för vålds- och hotsituationer, Frivilligverksamhetens försäkringar inom Finlands Röda Kors, egenkontrollmodell, verksamhetskontroll, rekommendation för ersättning av de frivilligas utgifter, Finlands Röda Kors styrelsens anvisning om publiciteten av protokoll, förhållningsregler (innehåller Etiska regler).
- Finlands Röda Kors - webbsidorna för mathjälp i Rednet
 - Innehåller bl.a. information om mathjälpsverksamheten som Finlands Röda Kors gör, anvisningar och stödmaterial till stöd för arrangemang av mathjälp gällande utdelning av såvitt svinmat som EU livsmedel, projekt gällande mathjälp, de bostadslösa natt osv.
 - <https://rednet.rodakorset.fi/mathjalp>
- [Finlands Röda Kors – Inläringstest om Eviras anvisningar om mathjälp \(på finska\)](#)