

ALLERGIRONDEN

– Ett stöd för en mer tillgänglig
förskole- och skolmiljö!



Föreläsning för CAMM/ Elevhälsan oktober 2025
Lena Roos, Intressepolitisk samordnare
Astma- och Allergiregion Stockholm-Gotland

Astma- och Allergiregion Stockholm-Gotland

- Vilka är vi?
- Vårt mål?
- Hur arbetar vi?
- Våra medlemmar behöver...



Astma och
Allergiförbundet

Allergirond i skolan

- Kostnadsfri digital checklista
www.allergironden.se
- Upptäcka, åtgärda allergirisker
- Bör göras årligen i SAM eller egenkontroll
- Registrering, svar ger handlingsplan



Varför allergirond?

- Allergi och astma vanligt, ökar mest bland barn
- Ger friskare elever och personal – bra för alla!
- Bättre arbetsklimat och bättre arbetsresultat
- Visa för andra att skolan arbetar med allergi

Individuella anpassningar kan också behövas.



Vilka bör delta?

- Rektor/chef
- Arbetsmiljö-/elevskyddsombud
- Skolsköterska
- Fastighetsansvarig
- Ansvarig städ- och skolmåltidspersonal
- Vaktmästeriet
- Ev annan kompetens utanför skolan



Allergirond för elever – Unga Allergiker

www.tillgängligskola.nu

Att komma igång...

Registrera Användare

Eftersom allergironden är ett verktyg för att förbättra arbetsmiljön rekommenderar vi att den görs i samråd med arbetsmiljöombud och personal.

Namn *

Förnamn

Efternamn

Titel/Roll

E-post *

Ange e-post

Bekräfta e-post

Lösenord *

Ange lösenord

Bekräfta lösenord

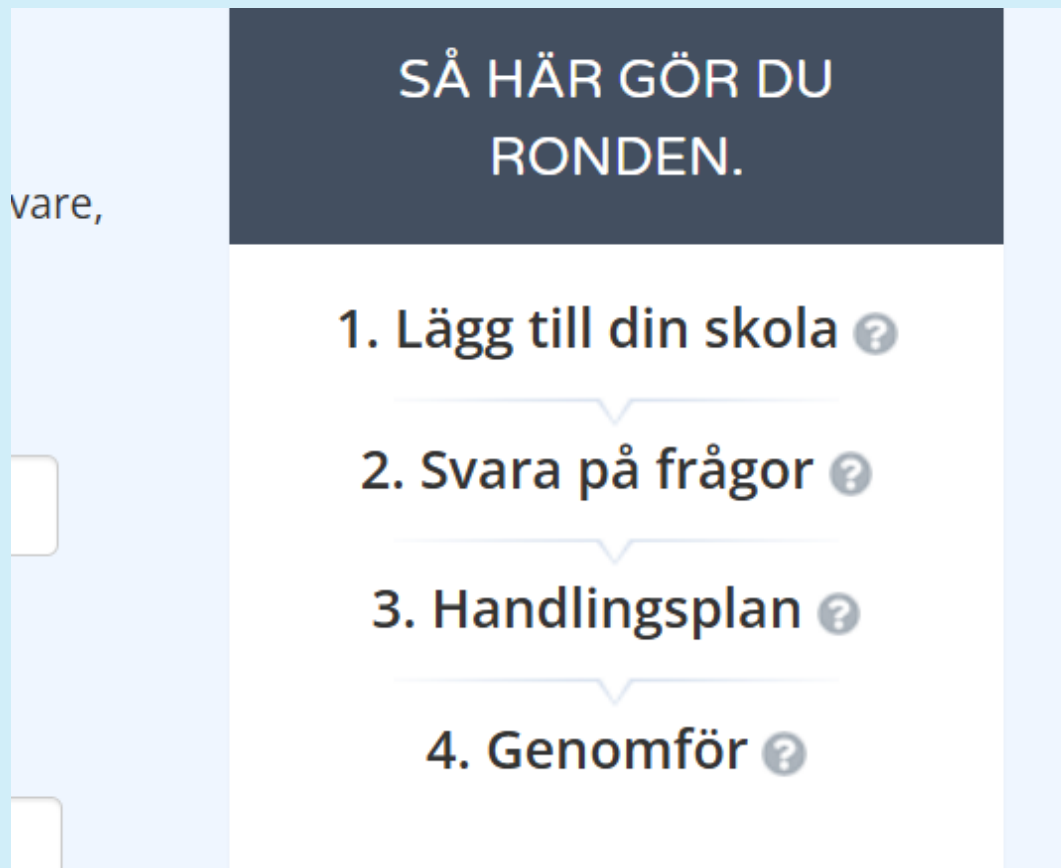


Astma och
Allergiförbundet

Starta ronden...

1. Logga in
2. Svara på frågorna
3. Fyll i handlingsplanen
4. Genomför

Gör ronden årligen och följ upp - ger ökad kunskap och blir enklare nästa gång!



Astma och
Allergiförbundet

Steg 2. Svara på frågor

Kategorier i allergironden

- Rutiner och information
- Inredning och material
- Ventilation och fukt
- Städning
- **Kemiska produkter, dofter och rökning**
- Pälsdjur
- Mat (exempelrutin specialkost)

The screenshot shows the 'Allergironden' website. At the top, there are logos for 'ALLERGIRONDEN' and 'Astma och Allergi Förbundet', along with social media icons for Instagram, YouTube, Twitter, and Facebook. A navigation bar includes links for 'Hem', 'Information', 'Frågor', and 'Skolor', with 'Logga in' and 'Registrering' buttons on the right. The main content area is titled 'RUTINER OCH INFORMATION > FRÅGA 7' and displays a question: 'Fråga: Finns det skriftliga rutiner över hur synpunkter på arbetsmiljön tas tillvara?'. Below the question, it says 'Logga in för att kunna svara på frågan'. To the right, a sidebar titled 'SÅ HÄR GÖR DU RONDEN.' lists four steps: 1. Lägg till din skola, 2. Svara på frågor, 3. Handlingsplan, and 4. Genomför. Below the question, there are links for 'Hjälpstext' and 'Diskussion'. The 'HJÄLPTEXT' section provides an example of routines for schools and mentions the 'Arbetsmiljöverket'. The footer contains contact information, a list of pages, and social media links.

Kontaktuppgifter
E-post: info@astmaoallergiforbundet.se
Telefon: 08-506 28 200
Besöksadress: Rosenlundsgatan 52, Stockholm
Postadress: Box 170 69, 104 62 Stockholm

Våra sidor
Astmaoallergiforbundet.se
Tidningen Allergia
Södergården-Åre

Sociala medier
Facebook
Twitter
Instagram
Youtube

A. Rutiner och information

- Är det senaste året fritt från synpunkter om hälsobesvär som har samband med inomhusmiljön?
- Om det kommit in synpunkter på inomhusmiljön; har någon enkätundersökning gjorts?
- Finns det en skriftlig handlingsplan för akuta allergireaktioner och får all personal i så fall information om den? Råd: <https://www.elevhalsoportalen.se>
- Finns skriftliga rutiner för hantering av mediciner som inkluderar studiebesök och utflykter?
- Ges medicinsk yrkesvägledning, SYV till elever med t ex astma och eksem (Hoppa över om ej relevant) se: <https://www.jobbafrisk.se>
- Ges information om åtgärder för att minska allergirisker vid uthyrning av lokaler Råd: doft- eller nötfritt
- Finns det skriftliga rutiner över hur synpunkter på risker i arbetsmiljön tas vara?

B. Inredning och material

- Kan alla textilier tvättas i minst 60 C?
- Är alla lokaler utan heltäckningsmattor?
- Förvaras material i sluten förvaring så de inte samlar damm?
- Beaktas städbarheten i inköpsrutinerna?
- Väljs lågemitterande material, till exempel tyger, i första hand?
- Väljs material och möbler som är lättstädade och som inte kan ge allergibesvär?

C. Ventilation och fukt

- Finns vädringsfönster i varje lekrum/klassrum? Råd: vädra inte under pollensäsong för att hålla halterna pollen låga inomhus.
- Är luften i lokalerna så bra att det inte kommit synpunkter på luftkvalitén det senaste året?
- Är ventilationen alltid i gång på en grundnivå, eller sätts den i gång minst två timmar före verksamhetens start/stängs av först två timmar efter arbetsdagens slut?
- Sker filterbyten årligen, minst en gång per år? Råd: bör ske efter pollensäsong.
- Är OVK-protokollet aktuellt och godkänt?

forts. ->

C. Ventilation och fukt (forts.)

- Finns uppgifter om luftflöden i lokalerna?
- Är luftflödena anpassade till verksamheten och antalet personer i lokalerna?
- Finns skyltar i alla lokaler om hur många personer ventilationen är avsedd för?
- Är alla tilluftsdon fria, så att de ej blockerats av tex möbler?
- Är lokalerna där personer vistas fri från mögellukt/avvikande lukt och/eller synliga tecken på fukt- eller mögelskada?
- Finns en underhållsplan för lokalerna så att fuktskador kan förebyggas?



D. Städning

- Finns skriftliga städrutiner anslagna och är de kända för alla?
- Framgår det av rutinerna vem som ansvarar för att golv och andra ytor som ska städas hålls rena?
- Om synpunkter på städningen inkommit det senaste året, har dessa skrivits ned och följts upp?
- Städas golv i korridor och lekrum/klassrum dagligen med en bra, dammansamlade metod?
- Används tät dammsugare med hepafilter, enligt Astma- och Allergiförbundets kriterier?
- Torkas horisontella ytor, såsom bänkar, hyllor, fönsterbrädor med mera minst en gång per vecka?
- Utförs storstädning återkommande under året?

E. Övrigt, bl a dofter

- Är verksamheten fri från synpunkter på starka dofter?
- Får alla i verksamheten vid behov regelbunden information om att inte använda parfym/ rakvatten eller andra starka dofter under arbetstid/skoltid? a3-doftfritt-affisch (astmaoallergiforbundet.se)
- Används oparfymerade kemtekniska produkter, såsom tvål och rengöringsmedel?
- Finns anslag/information om rökförbud på skolans område (enligt tobakslagen)? Råd; gäller både cigaretter och e-cigaretter
- Undviker ni ta in växter med doft eller som avger pollen?

F. Pälsdjur

- Får alla i verksamheten vid behov regelbunden information om hur allergiframkallande ämnen från pälsdjur kan minskas? *Exempel avrådan från djur på skolan, exempelvis byta strumpor, inte klappa djur innan man går hemifrån om man har djur hemma (brev till dig som har djur hemma)* Råd: <https://www.elevhalsoportalen.se>
- Finns kapprum som är åtskilt från lekrum/lektionssal?
- Finns vid behov anslag vid alla entréer om att pälsdjur är förbjudna? (hoppa över frågan om den inte är relevant för er). Råd: <https://www.elevhalsoportalen.se>
- Har adekvat riskbedömning gjorts om allergi ifall skolan har tjänstehund (t ex läshund, skolhundar) och utvärderas läget i så fall regelbundet
råd: se riktlinjer; [Vagledning-om-arbetande-hundar-och-allergi-i-skolan.pdf](#)
astmaoallergiforbundet.se)

G. Mat

- Har personalen kunskap om matallergi och rutiner för att förebygga allergireaktioner? Känner alla till rutinerna? *Råd; länk till förslag på rutin om matallergi med exempel på flödesschema för anpassad kost (från CAMM)*
- Finns rutiner för vad som bör göras vid allergireaktioner på grund mat och känner alla till rutinerna?
- Finns beslut om nötfri skola/förskola och kommuniceras detta till alla berörda? *Råd: bör omfatta även fritids, fika, cafeteria, hemkunskap inklusive utflykter.*
- Har vi dialog inför varje läsår med barnet/eleven och hens anhöriga om aktuella matallergier?
- Finns intyg från sjukvården om barnens matallergier så att alla som hanterar mat, dryck m m får denna info och håller sig uppdaterade?

Se Elevhälsopoportalen för säkra rutiner vid utflykter och rutiner för hantering av matallergier

*Se affisch som PDF för utskrift; [a3-notfritt-affisch \(astmaoallergiforbundet.se\)](https://astmaoallergiforbundet.se/a3-notfritt-affisch)
om nötfritt; [dekal-notfritt \(astmaoallergiforbundet.se\)](https://astmaoallergiforbundet.se/dekal-notfritt)*

3. Skapa en handlingsplan

1. Logga in ✓
2. Svara på frågorna ✓
3. Skapa handlingsplan
4. Genomför

Följ instruktionerna till p3

Nej -> Åtgärdsplan

- Hur åtgärda brister?
- Vem är ansvarig?
- När vara klart?



Exempel Handlingsplan

Finns det en skriftlig handlingsplan för akuta allergireaktioner och får all personal i så fall information om den?

Kommentar kring problemet: Idag finns ingen handlingsplan men det finns allergiska elever

Åtgärd som ska vidtas: Det ska tas fram en handlingsplan

Vem är ansvarig: Rektor

Till vilket datum: 2025-11-30

Bekräftat: blabla

Hitta text eller ve

Handlingsplan

Finns det en skriftlig handlingsplan för akuta allergireaktioner och får all personal i så fall information om den?

Kommentar kring problemet:
Idag finns ingen handlingsplan men det finns allergiska elever.

Åtgärd som ska vidtas:
Tas fram handlingsplan

Vem är ansvarig:
Rektor Lena

Till vilket datum:
2025-04-14

Bekräftat:
Nej

Är alla lokaler utan heltäckningsmattor?

Kommentar kring problemet:
Vi har nya nya heltäckningsmattor

Åtgärd som ska vidtas:
Ta bort dem

Vem är ansvarig:
Rektor Lena

Till vilket datum:
2025-04-14

Bekräftat:
Nej

4. Genomför

- "Tryck på skicka"
- PDF
- Spara/dela

vare,

**SÅ HÄR GÖR DU
RONDEN.**

1. Lägg till din skola ?
2. Svara på frågor ?
3. Handlingsplan ?
- 4. Genomför ?**

”Följ upp”

Lycka till från oss alla!



Guide om rättigheter och lagstöd

För barn med allergi i förskola och skola
– frågor och svar:

- Inomhusmiljö - Luft
- Diskriminering, särskilt stöd mm
- Maten
- Vart kan jag vända mig?

www.astmaoallergiforbundet.se

[Rattigheter-och-lagstod-allergi-i-skolan-7.pdf](#)



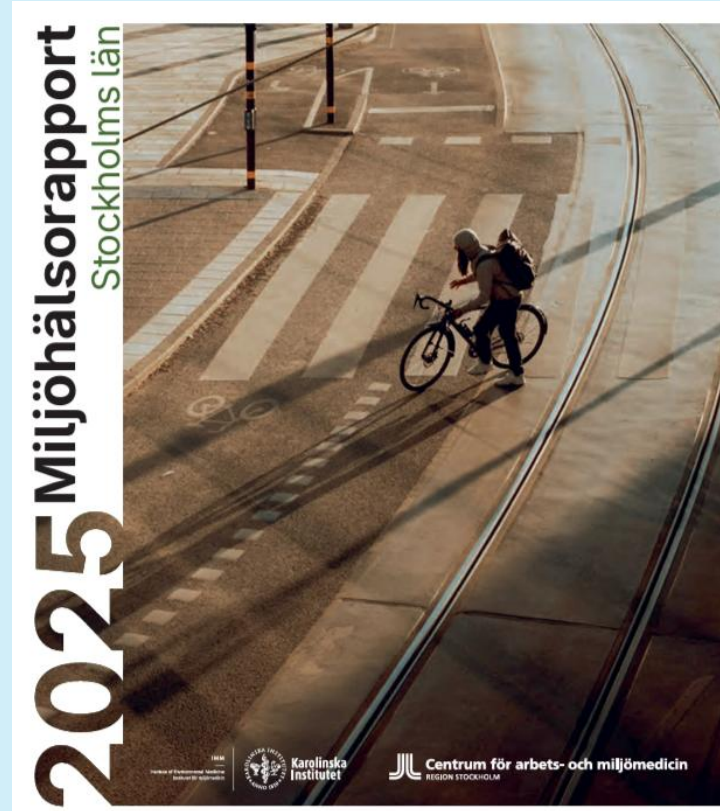
Astma och
Allergiförbundet

En god luftmiljö

- God ventilation
- Minimera exponering för föroreningar, damm, mögel
- Friskare luft ger friskare barn
– Kunskapssammanställning om betydelsen av god luftkvalitet i förskole- och skolmiljö



Miljöhälsorapport Stockholms län 2025



Allergiakademin

Snabba digitala kurser
för dig som vill veta mer
om barn och allergi!

<https://allergiakademin.astmaochallergiforbundet.se/>



Tack för att ni Lyssnat!

Lena Roos

Intressepolitisk samordnare

Astma- och Allergiregion Stockholm-Gotland

[lena.roos@astmastockholm.se](mailto:lana.roos@astmastockholm.se)

<https://stockholm-gotland.astmaoallergiforbundet.se>

*Ett stort tack till Marie-Louise Luther
som bistått med stor kunskap och inspiration*



Astma och Allergiförbundet
Region Stockholm-Gotland



Astma och
Allergiförbundet