

مشروع المدرسة الصحيّة لعام ١٤٣٧ هـ الموافق ٢٠١٧ م

إعداد

الجمعية السعودية للسكر والغدد الصماء



الجمعية السعودية للسكر والغدد الصماء
SAUDI DIABETES & ENDOCRINE ASSOCIATION

"مشروع المدرسة

الصحية صديقة البيئة

والتغذية"

المقدمة وفكرة المشروع:

يسر إدارة الجمعية السعودية للسكر والغدد الصماء أن تتقدم بمبادرة "المدرسة الصحية صديقة البيئة والتغذية" كمشروع لوزارة التربية والتعليم في المملكة العربية السعودية تتضمن تبني المدارس للبنات والبنين لهذه المبادرة وتطبيق شروطها ووضع مقياس موضوعي يتم تقييم أداء المدارس في هذا المشروع بناءً عليه وقياس تطبيقها للشروط وتقديم تقارير مساندة لدائرة الصحة المدرسية.

وتدعم هذه المبادرة صحة الطلاب والطالبات وتساعد في تقليل مخاطر إصابتهم بالعديد من الأمراض غير المعدية مثل السمنة والسكري من النوع الثاني وهشاشة العظام وأمراض القلب وبعض أنواع السرطان بالإضافة إلى تحسين وضعهم الغذائي والصحي وإمدادهم بالمعرفة والعلوم اللازمة والتي تتضمنها المبادرة حول الصحة والتغذية والبيئة والسلامة.

كما تساهم المبادرة بإمداد الهيئات التدريسية بالمعلومات اللازمة للمشروع وتحسين أدائهم المهني بالإضافة إلى تحسين أدائهم الصحي والوظيفي والأداء الدراسي للطلاب والطالبات.

وتدعم المبادرة أيضاً التوجه إلى المجتمع وبناءه صحياً واجتماعياً على أن تكون المدرسة نواة تواصل مع المجتمع ومركز تثقيفي له وخاصة لأولياء الأمور والمجتمع المحلي حول المواضيع الصحية والغذائية والبيئية التي تخص أبناءهم وبناتهم وتطبيق بعض الشروط الصحية في المنازل وذلك من أجل مجتمع سعودي أكثر صحة وعافية وإنتاجية.

وبعد استكمال الشروط اللازمة للمدرسة صديقة الصحة والبيئة والتغذية تنتقل التجربة لمدارس أخرى في المملكة بحيث يتم تكوين لجنة استشارية من قبل الجمعية السعودية للسكر والغدد الصماء ووزارة الصحة ووزارة الصناعة وهيئة الغذاء والدواء ووزارة الإعلام والرياضة والشباب وغيرها.

وتساعد المبادرة على بناء جيل صحي للمستقبل يتمتع بالعافية والوضع الغذائي المناسب ولديه مخاطر محدودة للإصابة بالأمراض غير المعدية مما يساهم في تقليل المخاطر الطبية والاجتماعية والنفسية والاقتصادية المرتبطة بالصحة والبيئة والتغذية.

استراتيجيات تطبيق المبادرة :

التثقيف:-

- تعزيز صحة وتغذية الطلاب والطالبات في مدارس وزارة التربية والتعليم في المملكة العربية السعودية وتقليل مخاطر إصابتهم بالعديد من الأمراض غير المعدية.
- إدخال برامج توعوية صحية وغذائية وبيئية في منهاج الوزارة التعليمي لكافة المراحل الدراسية وإدماج الهيئات التدريسية ولجان الآباء والأمهات في هذه البرامج لخلق مجتمع محلي صحي واعي تسوده الصحة ويهتم بالبيئة والتغذية.
- نشر الوعي الصحي الغذائي لدى الطلاب والطالبات ووضع مواد تثقيفية إلكترونية على الموقع الإلكتروني للوزارة.
- إعداد برنامج خاص تثقيفي صحي للمشرفين الصحيين والرياضيين في المدارس حول التعامل الآمن السليم للطلاب والطالبات المصابين بالسكري من النوع الأول ونشر ثقافة حقوقهم وإمدادهم بالمواد التثقيفية اللازمة وبطاقات التعريف بالسكري للمصابين وتوفير أجهزة قياس سكر الدم في المدارس.
- تخصيص حافلات تثقيفية للصحة والتغذية تجوب المدارس للتثقيف الصحي وحسب جدول مُعدّ وقياس مستويات سكر الدم ومؤشر كتلة الجسم للطلاب والطالبات وخاصة الذين يُعانون من السمنة ويساعد هذا على مكافحة السمنة والسكري من النوع الثاني في مدارس الوزارة حيث يتم متابعة الطلاب والطالبات المصابين بالسكري والسمنة خلال فترة دراستهم وحيث يمكن قياس مؤشر كتلة الجسم لديهم مرتين بالسنة على الأقل للمتابعة والإرشاد.
- عقد لقاءات تثقيفية دورية فصلية للآباء والأمهات حول الصحة والتغذية والسلامة لأبنائهم وبناتهم.
- ويسرّ الجمعية السعودية للسكر والغدد الصمّاء أن تقدم العديد من المواد التثقيفية ووسائل الإيضاح الورقية والإلكترونية لنجاح هذا المشروع.

المدرسة الصحية :-

- إدراج حصص للتربية البدنية للطلاب والطالبات في المنهاج وممارستها في المدارس وتدشين ممرات للمشى في ساحات المدارس لتمكين الطلاب والطالبات من المشى والهولة بشكل يومي.
- إطلاق مبادرة المدرسة الصحية وعمل تنافس بين المدارس على جائزة وزارة التربية والتعليم للفوز بها.
- تكوين قاعدة بيانات للطلاب والطالبات المصابين بالسكري من النوع الأول في مدارس المملكة ومتابعتهم صحياً وتربوياً وبالتنسيق مع الجمعية السعودية للسكر والغدد الصماء ووزارة الصحة.
- مراجعة السلامة العامة في المدارس وتدريب المشرفين والمشرفات الصحيين والتربويين على التغذية والصحة والسلامة والنظافة ومكافحة العدوى.
- وضع مقاييس لتقييم المدارس لتطبيق الشروط الصحية والغذائية والبيئية وقياس أداء المدارس مرة كل ٣ شهور للمتابعة وإعلام إدارات التربية والتعليم في مختلف مناطق المملكة بالنواقص في المدارس لاستكمالها.
- تعيين مشرفين ومشرفات صحيين وتربويين في وزارة التربية والتعليم لمتابعة المشروع ويتم هذا بالتنسيق مع وزارة الصحة ووزارة المالية.

التغذية المدرسية:-

- تحسين الوضع الغذائي للمقاصف المدرسية وتعديلها لأغذية أكثر صحة من أجل نمو جسمي وعقلي للطلاب والطالبات وتتضمن الأغذية الصحية في "المقصف الذكي" الفواكه الطازجة أو الجافة والعصائر غير المحلاة والحليب أو اللبن قليل الدسم والفتائر الصحية المُحضّرة من خبز البرّ وأجبان وألبان قليلة الدسم بالإضافة إلى عدم تقديم رقائق البطاطس (الشيبس) أو النقانق أو العصائر المُحلّاة أو الفتائر الدسمة أو الأجبان السائلة أو البسكويتات الدسمة والمُحلّاة. ويمكن وضع عبوات تدوير البلاستيك والألمونيوم والورق بجانب المقاصف لتشجيع الطلاب والطالبات على حماية البيئة والصحة.
- تدريب موردي المواد الغذائية لمقاصف وزارة التربية والتعليم حول التغذية المناسبة والغذاء الصحي والمتوازن والأمن وإدراج مواصفات الطعام الصحي ضمن العقود من حيث الأعداد والنقل والتوزيع والتغليف والعمالة وبالتعاون مع دائرة الغذاء والدواء ودائرة المواصفات.

- كما تود أن تقترح تكوين لجنة طبية عليا في المملكة تابعة لوزارة التربية والتعليم وبعضوية فرق استشارية طبية من الجمعية السعودية للسكر والغدد الصماء ووزارة الصحة ووزارة البيئة والصناعة والتجارة والإعلام والرياضة ورعاية الشباب وهيئة الغذاء والدواء وغيرها من أجل وضع شروط المدرسة الصحية لمدارس وزارة التربية والتعليم.
- كما يسر الجمعية الإعلان عن أن لجانها العلمية والتثقيفية جاهزة بكل خبراتها الصحية والطبية والغذائية والتثقيفية والبيئية أن تدعم هذا المشروع الوطني الهام من أجل صحة وسلامة أبنائنا وبناتنا الطلاب والطالبات في مدارس المملكة العربية السعودية من أجل جيل صحي وسليم.

عبد العزيز علي التركي
رئيس مجلس إدارة الجمعية السعودية
للسكر والغدد الصماء