

سياسة التغذية الصحية وسلامة الغذاء

2026-2025

مقدمة:

يُعدّ النظام الغذائيّ الأمن والصحيّ أساسيًا للصحة البدنية والنفسية، وبالتالي فهو عاملٌ هامٌ في الحفاظ على الصحة العامة. ولتعزيز صحة المجتمع المدرسي، يقع على عاتق المدرسة واجب توفير بيئة غذائية آمنة وصحية، والتشجيع الفعال على اختيار الأطعمة الصحية. إضافةً إلى ذلك، تقع على عاتق المدارس مسؤولية ضمان أن يدعم نظامها الغذائي جهودها الرامية إلى تحسين الاستدامة البيئية لعملياتها. وتحدد هذه السياسة المتطلبات الأساسية للمدارس في توفير بيانات غذائية صحية ومستدامة.

تلتزم المدرسة الفلبينية في أبوظبي بتشجيع وتنمية مواقف إيجابية تجاه الطعام والنظام الغذائي الصحي. ونحن ندرك أهمية منح الأطفال فرصة اتخاذ خيارات مدروسة بشأن ما يأكلونه، ومتى، وأين، ولماذا.

غاية:

- ضمان امتثال المقاصف المدرسية لإرشادات أبوظبي الخاصة بالمقاصف الغذائية في المؤسسات التعليمية فيما يتعلق بتوفير خدمات غذائية صحية وأمنة.
- تحسين الوعي الغذائي وممارسات تناول الطعام لدى المجتمع المدرسي من خلال زيادة فهمهم للعادات الغذائية الصحية والمستدامة وتعزيز البيئات المدرسية التي تساعد على تبني هذه العادات.

بيان السياسة:

يُعدّ الغذاء أساسيًا لجودة حياة الطفل، ليس فقط لتوفير التغذية اللازمة، بل أيضًا للتواصل وتبادل القيم والمواقف والخبرات الإيجابية. ينبغي على الموظفين وأولياء الأمور أن يكونوا قدوة حسنة، وأن يدعموا الأطفال في فهم كيف تسهم التغذية المتوازنة في صحة الإنسان وسعادته ورفاهيته العامة. ولأن تناول الطعام يُمثّل وقتًا للتواصل الاجتماعي للأطفال والكبار، ويُساعد الأطفال على التعلّم عن الأكل الصحي، فإننا نشجع أولياء الأمور والمربين على مواصلة التأكيد على أهمية الأكل الصحي في المنزل والمدرسة على حدّ سواء.

الأهداف والغايات:

- لتحسين صحة الطلاب والموظفين
- ضمان قيام الآباء والأمهات والقائمين على رعاية الأطفال بإعداد وجبة خفيفة وغداء صحيين.
- يمكن حفظ الطعام في حاويات حرارية للحفاظ على سخونته، أو في أكياس باردة مع أكياس ثلج للحفاظ على برودته. كلا الخيارين يضمنان بقاء الطعام طازجًا ليتمكن طفلك من تناوله خلال ساعات الدوام المدرسي.
- تتاح الفرصة لجميع التلاميذ لتعلم كيفية تحضير الطعام بشكل آمن والتعرف على مصادر الغذاء. ويتعلم التلاميذ متطلبات نمو النباتات، والسلسلة الغذائية، ومكونات النظام الغذائي الصحي من خلال منهج العلوم.
- سنقيم المدرسة العديد من ورش العمل حول الأكل الصحي على مدار العام الدراسي، والتي يمكن للآباء حضورها مع أطفالهم.

التعريفات:

البصمة الكربونية	كمية غازات الاحتباس الحراري المنبعثة نتيجة لنشاط معين.
ملصق الطعام	أي علامة أو علامة تجارية أو صورة أو أي مادة وصفية أخرى موضوعة على أو مرفقة بعبوة طعام أو منتج، والتي توفر معلومات تتعلق بالطعام، بما في ذلك مكوناته وجودته وقيمه الغذائية (منظمة الأغذية والزراعة ومنظمة الصحة العالمية، 2018).
خدمات الطعام	الترتيبات التي وضعتها المدارس لتوفير الطعام للطلاب والموظفين خلال اليوم الدراسي، وأثناء الأنشطة اللا منهجية، وأثناء أي فعاليات تنظمها المدرسة.
الأكل الصحي	تناول مجموعة متنوعة من الأطعمة لضمان الحصول على العناصر الغذائية (الكربوهيدرات، والدهون الصحية، والبروتينات، والفيتامينات، والمعادن) والسوائل بنسب وكميات مناسبة لدعم

الاحتياجات الطاقية والفسولوجية للفرد والحفاظ على الصحة العامة. يشمل الأكل الصحي ممارسات مستدامة تراعي صحة الكوكب (سينا وكالدر، 2020).	
مقياس مدى صحة صنف غذائي بناءً على كمية العناصر الغذائية الموجودة فيه.	القيمة الغذائية
مقياس مدى صحة صنف غذائي بناءً على كمية العناصر الغذائية الموجودة فيه.	مقصف المدرسة
ممارسات الوجبات ذات التأثيرات البيئية المنخفضة، بما في ذلك انخفاض البصمة الكربونية، والتي يمكن الوصول إليها وبأسعار معقولة وصحية، مع تحسين الموارد الطبيعية والبشرية (منظمة الأغذية والزراعة، 2010).	ممارسات الوجبات المستدامة
العمليات والإجراءات المطلوبة لإدارة النفايات من بدايتها وحتى التخلص النهائي منها (عبيد وزكريا ، 2021).	إدارة النفايات

سياسة :

1. سياسة المدرسة بشأن التغذية الصحية وسلامة الغذاء

1.1 متطلبات السياسة: يتعين على المدارس وضع وتنفيذ سياسة للتغذية الصحية، بما يتماشى مع سياسة التغذية الصحية وسلامة الغذاء الصادرة عن دائرة التعليم والمعرفة في أبوظبي. وتشمل هذه السياسة ما يلي:

1. حدد التزام المدرسة بتوفير خيارات غذائية صحية وتشجيع ممارسات الوجبات الصحية والمستدامة، والخطوات التي سيتم اتخاذها في هذا الصدد، بما في ذلك:
 - a. تدابير لتعزيز بيئة مواتية لتناول الطعام الصحي بما يتماشى مع القسم 2. تعزيز الأكل الصحي والمستدام.
 - b. الالتزام بالمعايير الغذائية المنصوص عليها في دليل أبوظبي للمطاعم في المؤسسات التعليمية، إذا كانت المدرسة تقدم خدمة الطعام.
 - c. تدابير للإشراف الفعال على الطلاب أثناء تناول الوجبات الخفيفة/الوجبات الرئيسية من أجل:

- تأكد من أن الطلاب يتناولون أطعمة مقبولة (على سبيل المثال، عدم إحضار مسببات الحساسية التي قد تضر بالطلاب الآخرين، وما إلى ذلك).
- تأكد من حصول جميع الطلاب على وجبة طعام كل يوم (إلا في حالة الصيام).
- توخي الحذر بشأن السلوكيات المتعلقة بالغذاء (اضطرابات الأكل، والتتم المرتبط بالغذاء، وما إلى ذلك).
- d. تدابير لتحسين استدامة ممارسات استهلاك الغذاء، بما يتماشى مع استراتيجية الاستدامة الخاصة بالمدرسة (انظر القسم 5. الاستدامة).

2. حدد التزام المدرسة بالتقيد بمعايير النظافة وسلامة الأغذية المنصوص عليها في دليل أبوظبي للمطاعم في المؤسسات التعليمية فيما يتعلق بإعداد الطعام وتعبئته ونقله وتداوله.

3. يجب على المدرسة وضع تدابير خاصة بالفعاليات المشتركة لضمان حظر بعض المواد الغذائية (مثل الكحول والمشروبات الغازية ولحم الخنزير والمواد المسببة للحساسية). ويخوّل للمدارس الالتزام بتدابير أكثر صرامة في هذه الفعاليات، لضمان تطبيق إرشادات غذائية صحية أكثر دقة و/أو ممارسات مستدامة.

4. حدد التدابير التي اتخذتها المدرسة لتعزيز إدماج الأقليات وسلامة الطلاب الذين يعانون من الحساسية وعدم تحمل الطعام (انظر القسم 4 الاعتبارات الخاصة).

5. يتم نشرها على موقع المدرسة الإلكتروني وإتاحتها للموظفين والطلاب والبائعين وأولياء الأمور.

2. تشجيع الأكل الصحي

2.1 تعزيز الغذاء الصحي: يجب على المدارس خلق ثقافة غذائية صحية تشجع على بيئة تناول طعام صحية غنية بالعناصر الغذائية لجميع أفراد المجتمع المدرسي.

1. يُحظر تناول أو توزيع المواد الغذائية غير الآمنة، مثل تلك التي تحتوي على مسببات الحساسية (مثل المكسرات)، في مباني المدرسة.

2.2 خدمات الطعام الصحي: يجب على المدارس التي تقدم خدمات الطعام أن تزود الطلاب والموظفين بأطعمة صحية غنية بالعناصر الغذائية بما يتماشى مع متطلبات دليل أبوظبي للمطاعم في المؤسسات التعليمية.

1. يتعين على المدارس الحصول على التراخيص السارية اللازمة والاحتفاظ بسجلات التفتيش والإشعارات.
- 2.3 التثقيف الغذائي: يجب على المدارس تقديم التثقيف الغذائي للطلاب من خلال المناهج الدراسية الرسمية واستراتيجيات التفاعل الأخرى (مثل المسابقات وورش العمل) لتمكينهم من اتخاذ خيارات واعية ومدرسة. ويجب على المدارس ضمان أن يغطي المنهج الدراسي المواضيع التالية كحد أدنى:
 1. تناول الطعام الصحي والمتوازن.
 2. قراءة ملصقات الأطعمة.
 3. ممارسات غذائية مستدامة.
- 2.4 توعية الموظفين: يجب على المدارس ضمان حضور المعلمين وموظفي المقصف دورات تدريبية يقدمها مركز أبوظبي للصحة العامة (ADPHC) والجهات الأخرى ذات الصلة فيما يتعلق بالتغذية الصحية، لتمكينهم من تعزيز التغذية الصحية عند الإشراف على الطلاب و/أو التفاعل معهم.
- 2.5 مشاركة أولياء الأمور:

1. يتعين على المدارس مشاركة إرشادات مع أولياء الأمور بشأن التغذية الصحية والمتوازنة. وتشمل هذه الإرشادات قيوداً غذائية (مثل مسببات الحساسية كالمكسرات والمشروبات التي تحتوي على الكافيين) وفقاً لما يفرضه مجلس أبوظبي للجودة والمطابقة، بالإضافة إلى الأطعمة "غير الصحية" التي تنصح المدرسة أولياء الأمور بتجنبها (مثل الأطعمة المقلية). ويجب على المدارس الإشارة إلى هذه الإرشادات في اتفاقية المدرسة مع أولياء الأمور، وفقاً لسياسة مشاركة أولياء الأمور الصادرة عن دائرة التعليم والمعرفة في أبوظبي.
2. أبوظبي للزراعة والسلامة الغذائية، أو دائرة الصحة فيما يتعلق بصحة الأطفال وتغذيتهم وحساسيتهم.
3. بالنسبة للفعاليات التي سمحت فيها دائرة التعليم والمعرفة في أبوظبي بمشاركة الطعام، يتعين على المدارس إبلاغ أولياء الأمور بأن أي طعام يتم إحضاره يجب أن يلتزم بإرشادات أبوظبي الخاصة بمطاعم المؤسسات التعليمية.
4. يتعين على المدارس إبلاغ أولياء الأمور بجميع المخاوف المتعلقة بالغذاء (جميع الحالات المدرجة في القسم 1.1 ج) في نفس اليوم الذي تم فيه ملاحظة المشكلة.

3. خدمات الطعام:

- 3.1 فحص الجودة والامتثال: يجب على المدارس الالتزام بإرشادات أبوظبي الخاصة بمطاعم الطعام في المؤسسات التعليمية والقانون الاتحادي رقم (10) لسنة 2015 بشأن سلامة الغذاء في تقديم خدمات الطعام.
- 3.2 خدمات توصيل الطعام: لا يجوز للمدارس السماح للطلاب باستخدام خدمات توصيل الطعام الخارجية (مثل طلبات) خلال ساعات الدوام المدرسي.
- 3.3 ملاحظات الطلاب: يجب على المدارس إشراك الطلاب في تخطيط وتحسين خدمات الطعام المدرسية (على سبيل المثال، من خلال نماذج الملاحظات).

4. اعتبارات خاصة:

- 4.1 مراعاة الأقليات: يجب على المدارس أن تأخذ في الاعتبار الاحتياجات الدينية والثقافية والأخلاقية للأقليات، وأن تشرك هذه المجموعات في عملية صنع القرار المتعلقة بخدمات الطعام واستخدام ملصقات الطعام.
- 4.2 مراعاة احتياجات الطلاب الذين يعانون من الحساسية الغذائية وعدم تحمل بعض الأطعمة:
 1. يتعين على المدارس اتخاذ التدابير التالية لدعم الطلاب الذين يعانون من الحساسية، بما يتماشى مع متطلبات دليل أبوظبي الخاص بمطاعم الطعام في المؤسسات التعليمية:
 - a. الاحتفاظ بسجلات عن حساسية الطلاب تجاه الطعام وعدم تحملهم له، والاحتفاظ بنسخة من هذه السجلات في مقصف المدرسة.
 - b. ضمان أن تتضمن ملصقات الطعام تحذيرات بشأن مسببات الحساسية في الطعام المقدم من خلال خدمات الطعام المدرسية.
 2. بالإضافة إلى ذلك، يجب على المدارس ما يلي:
 - a. ضع في اعتبارك حساسية الطلاب وعدم تحملهم لبعض الأطعمة عند التخطيط للأنشطة المدرسية والوجبات لضمان أن يكون العرض الغذائي الأساسي مناسباً لأكثر عدد ممكن من الطلاب كما هو أو مع تعديلات طفيفة.
 - b. يُطلب من أولياء الأمور إبلاغ المدرسة فوراً في حال إصابة طفلهم بالحساسية، وتزويد المدرسة بالأدوية اللازمة.

c. قم بمشاركة سجلات حساسية الطعام الخاصة بالطلاب مع أعضاء هيئة التدريس المعنيين وأولياء الأمور والطلاب المعنيين لتقليل خطر التعرض العرضي للمواد الغذائية المسببة للحساسية.

d. إجراء تقييمات للمخاطر المتعلقة بحساسية الطلاب وتنفيذ تدابير التخفيف المناسبة للمخاطر.

e. يجب وضع إجراءات لإدارة ردود الفعل التحسسية لدى الطلاب بشكل فعال، بما في ذلك إجراءات واضحة للتعامل مع ردود الفعل التحسسية الشديدة.

f. قم بتسمية وتخزين الأدوية اللازمة لإدارة حساسية الطلاب بشكل مناسب.

5. الاستدامة

5.1 ممارسات الوجبات المستدامة: يتعين على المدارس وضع استراتيجية وتنفيذها لتحسين استدامة خدماتها الغذائية وتعزيز ممارسات الوجبات المستدامة، بما يتماشى مع سياسة الاستدامة الصادرة عن دائرة التعليم والمعرفة في أبوظبي. وقد يشمل ذلك مبادرات تتعلق بما يلي:

1. الممارسات المستدامة في تقديم خدمات الطعام:
 - a. توفير وجبات ومنتجات غذائية مستدامة (مثل الوجبات النباتية، والمنتجات المنتجة محلياً، والمنتجات ذات البصمة الكربونية المنخفضة).
 - b. الحد من النفايات وإدارتها (مثل منع التخزين الزائد، والتحكم في الكميات، وإعادة تدوير النفايات)، بما في ذلك الحد من التغليف وإدارته
2. تشجيع الممارسات المستدامة بين الموظفين والطلاب وأولياء الأمور (مثل الحد من هدر الطعام، وإعادة التدوير، وتجنب استخدام الحاويات ذات الاستخدام الواحد).

إدارة توقعات الأكل الصحي:

إرشادات التغذية الصحية من TPS

ملخص:

تُسهّم بيئة مدرستنا في دعم نمو الطلاب وصحتهم ورفاهيتهم. ويرتبط النظام الغذائي الصحي بتحسين التحصيل الدراسي.

ماء:

يجب أن يمتلك كل طفل زجاجة ماء قابلة لإعادة التعبئة مطبوع عليها اسمه.

وجبات الغداء والوجبات الخفيفة:

يجب على الأطفال إحضار وجبة غداء صحية ووجبات خفيفة من المنزل لتناولها خلال فترات الاستراحة المقررة. يوضح نظام الترميز اللوني (انظر أدناه) الأطعمة المسموح والممنوع إحضارها إلى المدرسة. يتوافق هذا مع لوائح وزارة التربية والتعليم وتوصيات دائرة الصحة في أبوظبي. ولأغراض الصحة والسلامة، لا تتوفر أجهزة الميكروويف في الفصول الدراسية. يجب على الطلاب إحضار أطعمة لا تحتاج إلى تسخين.

تُصنّف الأطعمة على النحو التالي:

لا يُسمح بتعبئة الأطعمة **الحمراء كوجبات خفيفة أو غداء**، وذلك لاحتوائها على نسبة عالية من **السكريات والدهون**، ونسبة **منخفضة من الفيتامينات والمعادن والعناصر الغذائية الصحية الأخرى**.

الغنيير يُسمح بتعبئة الأطعمة ولكن يجب أن تشكل جزءاً صغيراً فقط من وجبة غداء الطفل ووجبته الخفيفة (حوالي الثلث).

الخضراء غنية بالعناصر الغذائية ويجب أن تشكل جزءاً رئيسياً من وجبة غداء الطفل ووجبته الخفيفة (حوالي ثلثي الوجبة).

الأطعمة الخضراء	شركة أمبر للأغذية	الأطعمة الحمراء
-----------------	-------------------	-----------------

المشروبات الغازية، والحليب المنكه، والمشروبات السكرية الأخرى، ورقائق البطاطس، والشوكولاتة، والحلويات، والمعجنات والكعك، والبسكويت المغطى بالشوكولاتة، والأطعمة المقلية، وغيرها من الأطعمة غير الصحية. إرشادات بشأن الأطعمة الحمراء: ممنوعة. سيتم تذكير الطالب من قبل المعلم بعدم إحضار هذا النوع من الطعام إلى المدرسة.	أنواع الخبز والمعكرونة والأرز البيضاء، واللحوم المصنعة للغاية وغيرها من الأطعمة، والبسكويت العادي، والزبدة والجبن. إرشادات الأطعمة ذات اللون الكهرماني: مسموح بها ولكن يجب أن تشكل جزءاً صغيراً من وجبة غذاء الطفل ووجبته الخفيفة (حوالي الثلث).	منتجات الألبان، والخبز والمعكرونة والأرز المصنوعة من الحبوب الكاملة، والفواكه والخضراوات، واللحوم الخالية من الدهون والطازجة، والأسماك والبيض. إرشادات الأطعمة الخضراء: يُنصح بها بشدة ويجب أن تشكل جزءاً رئيسياً من وجبة غذاء الطفل أو وجبته الخفيفة (حوالي ثلثي).
--	---	--

لدينا سياسة صارمة تمنع تناول المكسرات للطلاب والموظفين.

الحساسية الغذائية:

- تقوم ممرضة المدرسة بتحديث سجل حساسية الطعام بانتظام، وإبلاغ المعلمين بأي تغييرات. يُرجى من أولياء الأمور إبلاغ الممرضة بأي تغييرات تطرأ على الاحتياجات الطبية والغذائية لأبنائهم لضمان سلامتهم.
- يجب عدم إعطاء الأطفال مطلقاً أطعمة تحتوي على مكونات لديهم حساسية تجاهها. ويتعين على المعلمين توخي الحذر الشديد خلال المناسبات المدرسية الخاصة مثل اليوم الوطني واليوم العالمي.
- يتم توفير وجبات الطعام المدرسية من مصادر خارجية عبر مقصف المدرسة (شركة موديل للتموين المحدودة). وتتميز هذه الوجبات بأنها صحية وتخضع لإشراف مدير الخدمات ومكتب الصحة والسلامة المهنية.

مرجع:

- <https://www.doh.gov.ae/en/news/eat-right-get-active-expands-to-include-50-private-schools>
- مجلس أبوظبي للجودة والمطابقة (2022). (QCC). دليل أبوظبي لمطاعم الطعام في المؤسسات التعليمية (ADG2/2022) (الطبعة الثالثة).
- سينا ، هـ. وكالدر، ب. 2020. تعريف النظام الغذائي الصحي: أدلة على دور الأنماط الغذائية المعاصرة في الصحة والمرض. المغذيات، 12(2): 334.
- عبيد ، إي. زد. م. وزكريا ، م. ب. (2021). التحليل الحراري في إعادة التدوير وإدارة النفايات. في: عبيد ، إي. زد. م. وزكريا ، م. ب. (محرران) ، التحليل الحراري: من الأساسيات التمهيدية إلى التطبيقات المتقدمة (ص 247-300).
- القانون الاتحادي رقم (10) لسنة 2015 بشأن سلامة الأغذية
- المرسوم بقانون الاتحادي رقم (31) لسنة 2021 بإصدار قانون الجرائم والعقوبات
- منظمة الأغذية والزراعة للأمم المتحدة (الفاو)، 2010. الأنظمة الغذائية المستدامة والتنوع البيولوجي.
- منظمة الأغذية والزراعة للأمم المتحدة (الفاو) ومنظمة الصحة العالمية (WHO)، 2018. المعايير الغذائية الدولية.

الاسم	الوظيفة	التوقيع	التاريخ
أعده	ممرضة المدرسة	جولي توماس	١٥ - ٠٨ - ٢٠٢٢
ووافق عليه بواسطة	مدير المدرسة	جيسوس جونيور سانتينغ أوستوس	١٥ - ٠٨ - ٢٠٢٢

