



جمهوری اسلامی ایران

وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

راهنمای تکمیل پرونده سلامت مدرسه

فهرست

صفحه	عنوان
۳	کلیاتی در مورد پرونده سلامت مدرسه
۴	شرح قسمت های مختلف پرونده سلامت مدرسه
۴	- مندرجات روی جلد
۵	۱/ مشخصات کلی مدرسه/هماهنگی و برنامه ریزی فعالیت ها
۵	۱/۱- فرم ثبت اطلاعات عمومی و پایه مدرسه
۶	۱/۲- فرم ثبت اطلاعات جمعیتی دانش آموزان
	۲/ خدمات آموزشی و مروج سلامت
۷	۲/۱- فرم ثبت فعالیت های آموزش سلامت در مدرسه
۷	۲/۳- فرم ثبت فعالیت های کمیته ارتقای سلامت مدرسه (هماهنگی و برنامه ریزی)
۸	۳/ فرم ثبت پیگیری و مراقبت دانش آموزان بیمار نیازمند مراقبت ویژه
۱۳	۴/ فرم ثبت، پیگیری و مراقبت دانش آموزان نیازمند مراقبت ویژه
	۵/ فرم ثبت و پیگیری موارد سوانح و حوادث
	۶/ فرم بررسی و گزارش موارد فوت
۱۷	۶/ خدمات بهداشت محیط و ایمنی مدرسه

پرونده سلامت مدرسه مجموعه کاملی است جهت ثبت کلیه فعالیت های بهداشتی و درمانی در مدارس، که برای تمام مدارس دوره اول ابتدایی، دوره دوم ابتدایی، دوره اول متوسطه و دوره دوم متوسطه تحت پوشش مراکز خدمات جامع سلامت (پایگاه های بهداشت و خانه های بهداشت)، توسط کارکنان بهداشتی (بهورز/ مراقب سلامت) تکمیل می گردد. این پرونده که با رویکرد مدارس مروج سلامت تدوین شده است شامل شش بخش بوده و کلیه خدمات و فعالیت های اجرا شده در مدرسه، به طور مستمر در آن ثبت و نگهداری می شود. و فعالیت های کارکنان بهداشتی زیربط در امر بهداشت مدرسه از این طریق پایش می شود.

پرونده سلامت مدرسه شامل فرم هایی است که کیفیت برنامه ریزی، مدیریت و اجرای فعالیت های بهداشتی و درمانی در مدرسه را مشخص کرده و در تعقیب و پیگیری آن ها نقش کلیدی دارد. بنابراین آشنایی دقیق با هر کدام از فرم ها و داشتن مهارت لازم در به کارگیری آن ها در انجام و ثبت فعالیت ها، تاثیر بسیار زیادی در ارتقاء شاخص های بهداشتی و درمانی مدرسه و دانش آموزان خواهد داشت. پرونده سلامت مدرسه شامل ۶ بخش است.

یک نسخه (نسخه الکترونیکی یا نسخه ثبتی کاغذی) از این پرونده در پایگاه های بهداشت و خانه های بهداشت که مدرسه تحت پوشش آن می باشد و یک نسخه (نسخه الکترونیکی یا نسخه ثبتی کاغذی که توسط آموزش و پرورش تهیه خواهد شد) در مدرسه نگهداری می شود و تمام فعالیت هایی که در مدرسه انجام می شود و کلیه اطلاعات، پس از هماهنگی با مسئولین مدرسه و مطابق با دستورالعمل توسط مراقب سلامت یا رابط بهداشت مدرسه یا توسط پرسنل مرکز بهداشتی که مدرسه را تحت پوشش دارد در پرونده سلامت مدرسه و در قسمت مربوطه ثبت می گردد. در مدارس شهری کلیه فعالیت های پیش بینی شده در پرونده سلامت مدرسه، توسط کارکنان بهداشتی و با مشارکت روسا و پزشکان مراکز خدمات جامع سلامت و مدیران مدارس و مراقبین سلامت/ رابطین سلامت مدرسه برنامه ریزی، سازماندهی، اجرا و پیگیری می شود. در مدارس روستایی نیز کلیه فعالیت های پیش بینی شده در پرونده سلامت، توسط بهورزان و با مشارکت روسا و پزشکان مراکز بهداشتی درمانی روستایی و مربیان خانه های بهداشت و مدیران مدارس و مراقبین سلامت/ رابطین سلامت مدرسه برنامه ریزی، سازماندهی، اجرا و پیگیری می شود.

شرح قسمت های مختلف پرونده سلامت مدرسه

مندرجات روی جلد:

مندرجات جلد پرونده سلامت مدرسه در ابتدا در مدرسه توسط مراقب سلامت یا یکی از کارکنان ذیصلاح مدرسه (با انتخاب مدیر مدرسه) و در مراکز خدمات جامع سلامت (پایگاه های بهداشت و خانه های بهداشت)، توسط کارکنان بهداشتی (اعم از بهورز، کاردان یا کارشناس و مراقب سلامت) با مداد تکمیل می گردد. و در ابتدای هر سال تحصیلی مورد بازنگری قرار گرفته و هر گونه تغییر ایجاد شده در قسمت مربوطه ثبت می شود.

در پایین عنوان پرونده سلامت مدرسه: به ترتیب نام دانشگاه/ دانشکده علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی که مدرسه تحت پوشش آن قرار دارد، نام شبکه بهداشت و درمان/ مرکز بهداشت شهرستان، نام مرکز خدمات جامع سلامت ثبت گردد، در مناطق شهری نام پایگاه سلامت و در مناطق روستایی نام خانه بهداشت و سپس نام روستایی که مدرسه در آن قرار دارد قید گردد، آدرس دقیق و شماره تلفن مرکز خدمات جامع سلامت، پایگاه سلامت یا خانه بهداشت که مدرسه تحت پوشش آن است ثبت گردد، در قسمت بعدی نام اداره کل آموزش و پرورش استان و نام منطقه یا ناحیه آموزش و پرورش شهرستان که مدرسه در آن قرار دارد ثبت شود و پس از آن به ترتیب نام مجتمع آموزشی و پرورشی و سپس نوع مدرسه به تفکیک روزانه، شبانه و یا شبانه روزی ثبت گردد.

در انتها، نشانی دقیق و شماره تلفن مدرسه در قسمت مربوطه ثبت گردد.

تاریخ تشکیل پرونده بر حسب روز، ماه و سال در آخرین ردیف نوشته می شود.

نکته: تاریخ تشکیل پرونده در واقع اولین تاریخی است که مدرسه تحت پوشش سیستم بهداشتی قرار گرفته و برای آن پرونده تشکیل یافته است و این تاریخ حتی در زمان تشکیل مجدد پرونده، تغییر نیافته و همواره به صورت ثابت باقی می ماند.

تذکر:

۱- مدرسه ای که با یک نام دارای دو نوبت (صبح و عصر) باشد دو مدرسه تلقی شده و باید برای هر نوبت یا شیفت پرونده جداگانه ای تشکیل و تمام فعالیت های مربوط به هر نوبت را در آن ثبت و نگه داری نمود.

۲- در صورتی که مدرسه دارای یک شیفت با چند دوره تحصیلی و دو جنس باشد مجتمع آموزشی محسوب شده و برای آن یک پرونده تکمیل شود.

۱/ مشخصات کلی مدرسه/هماهنگی و برنامه ریزی فعالیت ها

مشخصات کلی مدرسه

فرم شماره ۱/۱- فرم ثبت اطلاعات عمومی و پایه مدرسه

مشخصات اداری و ساختمانی:

- * در این قسمت نام مدرسه و کد/شناسه آموزش و پرورش مدرسه ثبت گردد.
- * در صورتی که مدرسه، مدرسه مروج سلامت است در مربع مربوطه علامت (✓) زده شود.
- * دخترانه، پسرانه و مختلط بودن مدرسه را با زدن علامت (✓) در مربع مربوطه مشخص نمایید. تعداد شیفت (نوبت تحصیل) مدرسه در یک شبانه روز و مساحت مدرسه به متر مربع نوشته شود.
- * دوره تحصیلی مدرسه به تفکیک دوره اول ابتدایی، دوره دوم ابتدایی، دوره اول متوسطه و دوره دوم متوسطه در مربع مربوطه علامت (✓) زده شود.
- * تعداد دقیق کل دانش آموزان شاغل به تحصیل در مدرسه، تعداد دانش آموزان شیفت غالب مدرسه و تعداد دانش آموزان عشایری که در مدرسه تحصیل می کنند نوشته شود.
- * تعداد طبقات مدرسه با احتساب طبقه همکف و زیرزمین (در صورتی که زیر زمین جزو فضای آموزشی باشد) ثبت شود و در صورتی که مدرسه دارای زیر زمین بوده و زیر زمین جزو فضای آموزشی می باشد در مربع مربوطه علامت (✓) زده شود.
- * تعداد کل کلاس های درس موجود در فضای فیزیکی مدرسه و حداکثر تعداد دانش آموزان موجود در کلاس ثبت گردد.
- * نوع مدرسه، بر اساس طبقه بندی: روزانه، شبانه، شبانه روزی، استثنایی، عشایری، هنرستان فنی و حرفه ای و مجتمع آموزشی در مربع مربوطه علامت (✓) زده شود.
- * نوع ساختمان مدرسه بر اساس نوساز (عمر ساختمان پایین تر از ۱۵ سال) یا قدیمی (عمر ساختمان بالا تر از ۱۵ سال) بودن، مقاوم سازی در مقابل زلزله، چادر/ کپر/ خشت و گل/ کانتینر، در مربع مربوطه علامت (✓) زده می شود. و در صورتی که نوع ساختمان هیچیک از موارد عنوان شده نیست، در قسمت سایر علامت زده شود و نوع آن نوشته شود.
- * نوع مالکیت مدرسه بر اساس دولتی، استیجاری (دولتی)، غیر انتفاعی و خیر ساز ثبت شود و در صورتی که هیچیک از موارد عنوان شده نیست، در قسمت سایر موارد علامت زده شود و نوع آن نوشته شود.
- * نوع سیستم حرارتی مدرسه در مربع مربوطه علامت (✓) زده شود. در صورتی که نوع سیستم حرارتی هیچیک از موارد عنوان شده نیست در قسمت سایر موارد علامت زده شود و در صورتی که مدرسه فاقد سیستم حرارتی است در مربع ندارد علامت (✓) زده شود.
- * نوع سیستم برودتی مدرسه در مربع مربوطه علامت (✓) زده شود. در صورتی که نوع سیستم حرارتی هیچ یک از موارد عنوان شده نیست در قسمت سایر موارد علامت زده شود و در صورتی که مدرسه فاقد سیستم حرارتی است در مربع ندارد علامت (✓) زده شود.
- * در صورتی که سیستم گرمایی و برق مدرسه توسط متخصصان آتش نشانی و برق کنترل می شود (بر اساس مستندات ارائه شده) در مربع مربوطه علامت (✓) زده شود و در صورتی که کنترل نمی شود در مربع کنترل نمی شود علامت (✓) زده شود.

خدمات بهداشتی مدرسه:

- * در صورت وجود پایگاه تغذیه سالم مطابق شرایط مدون در دستورعمل پایگاه تغذیه سالم در مربع دارد علامت (✓) زده و اگر دارای مجوز است (بر اساس مستندات ارائه شده) در مربع با مجوز و در صورت نداشتن مجوز در مربع بدون مجوز علامت زده شود. در صورت عدم وجود یا عدم مطابقت با شرایط مدون در دستورعمل پایگاه تغذیه سالم، در مربع ندارد علامت (✓) زده شود.
- * بر این اساس که مدرسه اتاق بهداشت با تجهیزات کامل دارد، اتاق بهداشت با تجهیزات ناقص دارد، اتاق بهداشت، مشترک با سایر واحد های مدرسه است در مربع مربوطه علامت (✓) و در صورت عدم وجود اتاق بهداشت در مربع ندارد علامت (✓) زده شود.

* در صورت ارایه خدمات سلامت روان و مشاوره ای در مدرسه طبق دستورعمل (وجود مشاور تمام وقت یا نیمه وقت، وجود برنامه های آموزشی ویژه گروه های هدف، شناسایی دانش آموزان در معرض خطر و...)، در صورت وجود یکی از موارد در مدرسه در مربع بلی علامت (✓) زده شود و در غیر این صورت در مربع خیر علامت (✓) زده شود.

* در صورت ارایه خدمات پایگاه تغذیه سالم در مدرسه مطابق دستورعمل پایگاه تغذیه سالم، در مربع بلی علامت (✓) زده شود و در غیر این صورت در مربع خیر علامت (✓) زده شود.

* زمان متوسط فعالیت بدنی دانش آموزان در مدرسه در روز (با احتساب زنگ ورزش و زنگ تفریح) در مربع مربوطه (کم تر از نیم ساعت، نیم تا یک ساعت، بیش تر از یک ساعت) علامت (✓) زده شود.

* چنانچه سفیران سلامت دانش آموزی در مدرسه وجود دارد در مربع مربوطه علامت (✓) زده شود و اگر تعداد سفیران سلامت به ازای هر کلاس یکی ست در مربع مربوطه علامت (✓) زده شود

نبروی انسانی مدرسه:

* نام و نام خانوادگی مدیر مدرسه، رشته و مدرک تحصیلی و شماره تلفن همراه وی در قسمت مربوطه نوشته شود، در صورت وجود مراقب سلامت، معلم رابط بهداشت و مربی ورزش در مدرسه در مربع "دارد" علامت (✓) زده شود و نام و نام خانوادگی، رشته و مدرک تحصیلی آن ها نوشته شود. در صورت عدم وجود، در مربع ندارد علامت (✓) زده شود. در صورتی که خدمتگذار در مدرسه وجود داشته باشد، نام و نام خانوادگی وی نوشته شود و اگر دوره بهداشت را گذرانده و گواهی داشته باشد (بر اساس مستند ارایه شده) در مربع دارد و در غیر این صورت در مربع ندارد علامت (✓) زده شود.

شورای ارتقاء سلامت مدرسه:

* نام و نام خانوادگی اعضاء شورای سلامت مدرسه شامل: مدیر مدرسه (رئیس)، مراقب سلامت مدرسه/ رابط بهداشت مدرسه (دبیر)، مراقب سلامت پایگاه سلامت / بهورز ذیربط مدرسه، نماینده دانش آموزان/ شورای دانش آموزی، نماینده معلمان، نماینده انجمن اولیاء مربیان: مسئول بوفه، نماینده شورای محلی، مراقب سلامت پایگاه نوشته شود.

فرم شماره ۱/۲- فرم ثبت اطلاعات جمعیتی دانش آموزان

* اطلاعات جمعیتی دانش آموزان در سال های تحصیلی مختلف در جداول جداگانه و به تفکیک پایه، جنس (دختر یا پسر) و تبعیت (ایرانی و غیر ایرانی) و تعداد کل دانش آموزان نوشته شود. تعداد دانش آموزان به تفکیک پایه ها به ترتیب: پایه های اول، دوم، سوم در دوره اول ابتدایی و پایه های چهارم، پنجم و ششم در دوره دوم ابتدایی، و پایه های هفتم، هشتم و نهم در دوره اول متوسطه و پایه های دهم، یازدهم و دوازدهم در دوره دوم متوسطه در جدول تکمیل شود. و تعداد کل دانش آموزان به تفکیک جنس و پایه و تبعیت در ستون مربوطه ثبت شود.

۲/ خدمات آموزشی و مروج سلامت

یکی از خدمات بسیار مهم و در عین حال حساس مراکز بهداشتی و درمانی و خانه های بهداشت، آموزش مسایل بهداشتی و مهارت های زندگی فردی و اجتماعی به دانش آموزان، والدین آن ها و اولیای مدارس می باشد. این مهم در جهت بالا بردن آگاهی و دانش بهداشتی و به دنبال آن توانمند ساختن آن ها برای مراقبت از خود و جامعه شان صورت گرفته و از این طریق فرهنگ بهداشتی جامعه بالا رفته و مردم از زندگی خویش لذت بیشتری خواهند برد. همچنین از این مسیر، مهارت های زندگی دانش آموزان و جوانان ارتقاء یافته و میزان بهره وری فردی و اجتماعی آن ها نیز افزایش می یابد. لذا توجه به آموزش بهداشت در مدارس به عنوان یک اولویت اساسی در نظام بهداشتی دارای اهمیت خاصی است و تمام همکاران بهداشتی و درمانی در رده های مختلف (اعم از پزشکان و سایر کادر بهداشتی) بایستی به این مسئله توجه خاصی داشته و در برنامه ریزی های خود مد نظر قرار داده و نسبت به اجرای برنامه های آموزشی با موضوعات مختلف بهداشتی اقدام نمایند.

فرم شماره ۲/۱- فرم ثبت فعالیت های آموزش سلامت در مدرسه

کلیه فعالیت های به عمل آمده در زمینه آموزش مسایل بهداشتی باید در این فرم ثبت شود. این فرم به منظور سازماندهی و تعریف درست فعالیت های آموزشی و ثبت صحیح فعالیت های آموزشی اولیاء مدرسه برای دانش آموزان و والدین آن ها و فعالیت های آموزشی تمام کارکنان در نظام بهداشتی در سطح واحدهای محیطی (اعم از پزشک، دندانپزشک یا بهداشتکار دهان و دندان، کاردان و کارشناس های بهداشت خانواده، محیط، بیماری ها، مربیان و بهورزان خانه های بهداشت و) در مدرسه طراحی شده است.

ضروری است کلیه فعالیت های آموزشی انجام شده در مدرسه را به شرح زیر و به ترتیب تاریخ در این فرم درج و ثبت نمایند: ستون تاریخ آموزش: تاریخ روزی که آموزش در مدرسه انجام شده است به روز، ماه و سال ثبت می شود.

موضوع آموزش: هر موضوع آموزشی داده شده مثل آموزش بهداشت دهان و دندان، حوادث، بهداشت چشم، پیشگیری از رفتارهای پر خطر، بلوغ و ... در این ستون ثبت می شود. لازم به ذکر است در هر جلسه فقط یک موضوع ارائه شود و در هر ردیف فقط یک موضوع ثبت شود. گروه هدف: در این ستون گروهی که آموزش گیرنده هستند (والدین، کادر مدیریتی، کارکنان: کادر آموزشی، کادر پشتیبان(کادر خدمات، مسئول پایگاه تغذیه سالم، رانندگان سرویس و سفیران سلامت دانش آموزان) مشخص می شود. لازم به توضیح است که در هر جلسه به یک گروه هدف آموزش داده شود.

تعداد شرکت کننده: در این ستون تعداد کل شرکت کنندگان ثبت می گردد. در مدارس مختلط این ستون به تفکیک دختر و پسر ثبت گردد مدت زمان آموزش: در این ستون مدت زمان صرف شده برای آموزش (حین آموزش) به دقیقه ثبت می شود. مداخلات آموزشی: در این ستون مداخلات آموزشی به تفکیک بسیج اطلاع رسانی، آموزش چهره به چهره/ مشاوره و آموزش گروهی (در قالب برگزاری جلسه/ کلاس، کارگاه و یا همایش)، برپایی نمایشگاه، برگزاری مسابقه های ورزشی، هنری، فرهنگی مشخص می شود. و در صورتی که از روشی دیگر که در جدول نیامده استفاده شده است در قسمت سایر و با ذکر نام روش نوشته شود. شیوه آموزش: در این ستون شیوه آموزشی به کار گرفته شده جهت آموزش مانند: سخنرانی، پرسش و پاسخ، کارگاه آموزشی، پانل و میز گرد، ایفای نقش، استفاده از عکس و فیلم، داستان نیمه تمام، بحث گروهی، نمایش عملی، نمایش عروسکی، افسانه ها و داستان ها ثبت می شود. وسایل کمک آموزشی: در این ستون وسایل کمک آموزشی مورد استفاده جهت آموزش مانند: وایت بورد، اورهد، ویدئولایزر، کامپیوتر، اپک، اسلاید، فلیپ چارت، پوستر، پمفلت، بوکلت ثبت می شود.

رسانه های آموزشی: در این بخش، رسانه های آموزشی استفاده شده بر حسب نیاز موضوع آموزشی و متناسب با گروه هدف برای آسان کردن یادگیری موضوع آموزشی مانند: پوستر، پمفلت، فیلم/ سی دی و، در ستون مربوطه ثبت می گردد. در صورتی که رسانه آموزشی و مداخلات استفاده شده، از موارد عنوان شده در جدول نباشد در ستون سایر با ذکر نام ثبت می شود. در قسمت رسانه ها ثبت تعداد رسانه آموزشی مورد استفاده ضروری است.

نتیجه پیش آزمون: در این ستون درصد میانگین نمرات پیش آزمون ثبت می گردد.

نتیجه پس آزمون: در این ستون درصد میانگین نمرات پس آزمون ثبت می گردد.

در ستون آخر: مسئول برنامه آموزشی، نام و نام خانوادگی و سمت خود را (اعم از پزشک، کاردان/ کارشناس بهداشت خانواده، بهداشت محیط، بیماری ها، مراقب سلامت مدرسه، مربیان و بهورزان خانه های بهداشت و مراقبین سلامت مراکز و پایگاه های سلامت جامعه و) ثبت نموده و امضاء می کند.

توجه: مستندات آموزشی (نمونه محتوا، سوالات پیش آزمون و پس آزمون و رسانه های آموزشی استفاده شده و ...) باید نگه داری شود.

فرم شماره ۲/۲- فرم ثبت فعالیت های شورای ارتقای سلامت مدرسه (هماهنگی و برنامه ریزی فعالیت ها)

هماهنگی، برنامه ریزی و مدیریت فعالیت های سلامت در مدرسه از امور بسیار مهم و اساسی است و برای انجام هر فعالیت و اجرای هر برنامه ای در محیط مدرسه در زمینه های مختلف، ایجاد هماهنگی قبلی با اولیاء مدرسه و تدوین برنامه ریزی مشترک با حضور آن ها یکی از ضرورت های غیر قابل انکار می باشد.

روسا و کارکنان محترم مراکز خدمات جامع سلامت (پایگاه ها و خانه های بهداشت) باید قبل از انجام هر فعالیتی در مدرسه نسبت به این موضوع توجه و عنایت خاصی داشته و تمام فعالیت ها را در اوایل سال تحصیلی طی جلسه مشترکی با حضور مدیر، معاونین، دبیر پرورشی، مشاور، مربی بهداشت یا رابط بهداشت مدرسه، نماینده معلمین، نماینده دانش آموزان یا شورای دانش آموزی، مسئول پایگاه تغذیه سالم، نماینده شوراهای محلی و مسئول انجمن اولیاء و مربیان (شورای ارتقاء مدرسه) برای کل سال تحصیلی پیش بینی، برنامه ریزی، هماهنگی و تصویب نموده و به عنوان برنامه عملیاتی خود در خصوص بهداشت مدرسه و دانش آموزان و سر لوحه فعالیت های بهداشتی واحد مربوطه قرار دهند. لازم به یادآوری است که این امر موجب وحدت نظر بیش تر بین مدرسه و مراکز خدمات جامع سلامت شده و روند اجرایی فعالیت ها را نیز تسهیل خواهد کرد. لازم به توضیح است حداقل، برگزاری دو جلسه هماهنگی و برنامه ریزی و بررسی روند اجرای برنامه ها تا پایان سال تحصیلی الزامی می باشد.

برای ثبت فعالیت های مربوط به هماهنگی و برنامه ریزی مدارس فرم هایی در پرونده سلامت مدرسه پیش بینی شده است تا روسای محترم مراکز بهداشتی، اعم از شهری و روستایی با مشارکت سایر کارکنان بهداشتی (کاردان/ کارشناس های بهداشتی مستقر در مراکز و پایگاه های سلامت جامعه، مراکز و پایگاه های بهداشتی شهری، مربیان و بهورزان خانه های بهداشت و) ضمن برنامه ریزی اولیه در داخل واحد بهداشتی حدود انتظارات خویش را در مسایل بهداشت مدرسه با شورای مدرسه مطرح و پس از تصویب، نتایج آن ها را در فرم ۲/۲ ثبت کنند.

این فرم برای ثبت شرح مباحث، مصوبات و پیگیری نتایج جلسات بهداشتی که در خصوص هماهنگی، برنامه ریزی و بررسی مشکلات بهداشتی مدرسه و دانش آموزان برگزار می شود، تهیه شده است و نحوه تکمیل آن به شرح زیر است:

در قسمت بالای فرم نام مدرسه و سال تحصیلی ثبت می گردد. سپس به ترتیب تاریخ و ساعت انجام جلسه و نام مسئول جلسه نوشته می شود (مثلاً اولین جلسه در تاریخ ۹۸/۷/۳۰ ساعت ۱۱ صبح به ریاست مدیر مدرسه، رئیس مرکز بهداشتی درمانی یا)

برای پویایی و کنترل اثربخشی جلسات باید در جلسه های بعدی قبل از شروع دستور جلسه، مسئول جلسه ضمن مرور مصوبات جلسه قبل، نتایج حاصله از اجرا یا عدم اجرای هر یک از آن ها را برای اعضاء جلسه توسط مجریان مربوطه گزارش نماید.

برای آمادگی بیش تر اعضاء جلسه، یادآوری اهداف تشکیل جلسه لازم و ضروری است و مسایل مورد بحث در جلسه به همراه دعوتنامه به اطلاع اعضاء رسانده شده و در زمان تشکیل جلسه تحت عنوان پیگیری مصوبات قبل و دستور جلسه در بخش الف ثبت شود. مثلاً بحث در مورد مسایل بهداشت محیط مدرسه و اطراف آن مانند نحوه دفع بهداشتی زباله داخل مدرسه و اطراف آن، کیفیت انجام معاینات دانش آموزان در طول سال تحصیلی و زمانبندی آن ها. اولویت بندی موضوعات آموزشی برای دانش آموزان پایه های مختلف و اولیاء آن ها (مدرسه و خانواده) و تعیین زمانبندی آن، برنامه ریزی برای بزرگداشت ایام بهداشتی (هفته بهداشت مدارس، روز جهانی کودک، روز جهانی بهداشت، هفته بهداشت روانی و).

همچنین مشکلات / موضوعات جدید بررسی و در بخش ب نوشته می شود.

در بخش مصوبات جلسه، تعداد موضوعاتی که جهت پیگیری و اجرا تصویب شده به صورت خلاصه با قید مسئول پیگیری و زمان انجام هر کدام نوشته می شود.

در بخش حاضرین در جلسه، اسامی و سمت اعضاء حاضر در جلسه به صورت کامل نوشته و هر یک از اعضاء امضاء می کنند.

در انتها، مدیر مدرسه مهر زده و امضاء می کند.

فرم شماره ۳- فرم ثبت، پیگیری و مراقبت دانش آموزان نیازمند مراقبت ویژه

دانش آموز نیازمند مراقبت ویژه دانش آموزی است که پزشک یکی از اختلالات: دیابت، صرع، بیماری های قلبی عروقی، آسم، سل، آلرژی، هموفیلی، تالاسمی، G6PD و سرطان را برای وی تایید نموده است.

نحوه تکمیل فرم به شرح زیر است:

- در قسمت عنوان فرم، نام مدرسه و سال تحصیلی نوشته می شود.
- ردیف: ردیف فعالیت ها به ترتیب ۱، ۲، ۳، درج می شود.
- پایه تحصیلی: در این ستون پایه تحصیلی دانش آموز نیازمند به مراقبت ویژه ثبت می گردد.
- نام و نام خانوادگی: نام و نام خانوادگی دانش آموز نیازمند به مراقبت ویژه ثبت می شود.
- کد ملی: کد ملی دانش آموز نیازمند به مراقبت ویژه ثبت می شود.
- نوع اختلال: در این ستون اختلال شناسایی شده توسط پزشک، ثبت می شود.
- داروی/ داروهای مصرفی: در این ستون نام دارو یا داروهایی که مصرف می کند ثبت می شود.
- آموزش و مشاوره: در صورتی که دانش آموز دارای اختلال، والدین دانش آموز و یا اولیاء مدرسه در خصوص این اختلال توسط کارکنان بهداشتی مدرسه یا مرکز بهداشتی درمانی مورد آموزش و مشاوره قرار گرفته اند در ستون های این بخش ثبت می گردد.
- سیر پیگیری و مراقبت های بهداشتی درمانی به عمل آمده در طول سال تحصیلی: در این قسمت روند مراقبت دانش آموز نیازمند مراقبت ویژه تحت پوشش مراکز تخصصی یا سایر مراکز و مراقبت های بهداشتی به عمل آمده و نتایج حاصل از پیگیری توسط کارکنان بهداشتی درج می گردد.

در آخرین ستون: برای سهولت در تماس با دانش آموز و خانواده اش و تداوم مراقبت دانش آموز و اطلاع از سلامت او، گرفتن شماره تلفن لازم و ضروری است. لذا همکاران محترم باید از دانش آموزانی که به مراقبت نیاز دارند، شماره تلفنی را که بتوان به راحتی با بیمار یا خانواده وی تماس حاصل نمود اخذ و در این ستون درج نمایند.

توجه: لازم است محتوای این فرم به اطلاع مدیر، معاونین و معلمان رسانده شود. و مدیر مدرسه باید پس از اطلاع از موارد مندرج در فرم، در ردیف آخر فرم نام و نام خانوادگی خود را یادداشت کرده و امضاء نماید.

فرم شماره ۴- فرم ثبت و پیگیری موارد سوانح و حوادث

منظور ثبت کلیه حوادث و آسیب هایی است که برای دانش آموزان در داخل مدرسه و مسیر بین خانه و مدرسه (و نیز هر گونه فعالیتی که مدرسه متولی آن است، مثل: اردو، بازدیدهای علمی و تفریحی، ورزش در باشگاه ها، مسابقات و) و برعکس اتفاق می افتد می باشد. فرم شماره ۵/۵ به شرح زیر تکمیل خواهد شد:

در ستون اول تاریخ مراجعه دانش آموز در زمان وقوع حادثه به مرکز یا تاریخ اعلام وقوع حادثه توسط مدرسه به مرکز به روز/ ماه/ سال ثبت شده و نام و نام خانوادگی دانش آموز، کد ملی و پایه تحصیلی وی به ترتیب در ستون مربوطه ثبت می شود. در قسمت شرح حادثه، به تفکیک نوع حادثه (افتادن یا لیز خوردن از سطوح غیر بلند، ضربه با شی، سقوط از بلندی، تصادفات نقلیه) و نوع آسیب (سوختگی ها، آسیب های سرمایی، زخم ها و جراحات و آسیب های عمدی) و محل حادثه (داخل مدرسه، مسیر بین خانه و مدرسه) در قسمت مربوطه در جدول ثبت می گردد.

نتیجه حاصل از حادثه ای که برای دانش آموز در داخل مدرسه و راه بین خانه و مدرسه (و نیز هر گونه فعالیتی که مدرسه متولی آن است، مثل: اردو، بازدیدهای علمی و تفریحی، ورزش در باشگاه ها، مسابقات و) و بالعکس اتفاق افتاده (غیبت بیش از دو هفته، نقص عضو و فوت) نیز باید در قسمت مربوطه ثبت گردد.

مداخلات مورد نیاز که برای دانش آموز آسیب دیده انجام شده است باید در ستون مربوطه با علامت (✓) مشخص شود و در صورت ارجاع دانش آموز جهت درمان یا بستری، مراتب باید در ستون مربوطه با علامت (✓) مشخص شود. و در صورتی که اقدامات صورت گرفته با موارد ذکر شده در جدول متفاوت است در بخش سایر و با ذکر مورد ثبت گردد.

و در آخر مسئول پیگیری کننده (پرسنل بهداشتی مرکز بهداشتی درمانی یا مراقب بهداشت مدرسه) باید در ستون آخر نام و نام خانوادگی خود را نوشته و مهر و امضاء نماید.

تذکر: ضروری است پس از بررسی علل حادثه یا آسیب، اقدامات انجام شده جهت رفع آن (بسته به نوع حادثه یا آسیب در ماه) در فرم های "فعالیت آموزش بهداشت در مدرسه" و یا فرم "فعالیت بهداشتی محیط مدرسه" قید گردد.

*توضیحات: ۱- هر نوع لیز خوردن یا از دست دادن تعادل در زمین مسطح ۲- منظور برخورد غیر عمد با نیروهای مکانیکی بی جان یا جاندار است، مثل: گیر کردن لای در، برخورد با اشیاء تیز و برنده، هل داده شدن، گاز گرفته شدن به وسیله حیوانات اهلی و وحشی، زیر آوار ماندن و ۳- هر نوع افتادن از روی زمین غیر هم سطح مثل پله، صندلی، وسایل بازی، نردبان، داربست، درخت، گودال، چاله و ۴- منظور آسیب دیدن عابر پیاده یا سرنشین داخل وسایل نقلیه می باشد. ۵- منظور سوختن هر قسمت از بدن با دود، شعله آتش، مواد داغ، جریان الکتریکی، مواد شیمیایی و است. ۶- هر گونه آسیب در هر قسمت از بدن ناشی از هوای سرد یا وسایل سرما زا ۷- منظور زخم های باز و بسته در قسمت های مختلف بدن می باشد، مثل آسیب داخل شکمی، ضربه به سر، پارگی پوست، خونریزی، شکستگی، دررفتگی، پارگی و کشیدگی تاندون ها و ۸- استفاده عمدی از نیرو و توان فیزیکی (با هدف تهدید یا واقعیت) بر علیه خود، فرد دیگر یا گروهی از افراد، که باعث می شود (یا احتمال دارد باعث شود) آسیب جسمی، آسیب روانی، محرومیت، مرگ یا واقع شود.

فرم شماره ۵- فرم بررسی و گزارش موارد فوت

این فرم توسط مدیر، مراقب سلامت مدرسه یا رابط سلامت در مدرسه تکمیل می گردد.

نحوه تکمیل فرم به شرح زیر است:

- در ابتدا در قسمت بالای فرم نام مدرسه نوشته شود.
- ردیف: در این ستون ردیف موارد به ترتیب ۱، ۲، ۳، درج می شود.
- منطقه/ ناحیه/ شهرستان: در این ستون نام شهرستان و منطقه/ ناحیه مدرسه ثبت می گردد.

- نام و نام خانوادگی: در این ستون نام و نام خانوادگی دانش آموز متوفی ثبت می شود.
- پایه تحصیلی: در این ستون پایه تحصیلی دانش آموز متوفی ثبت می گردد.
- سن: در این ستون سن دانش آموز متوفی ثبت می گردد.
- علت فوت: در این ستون علت منجر به فوت دانش آموز متوفی (اعم از بیماری یا حادثه) نوشته می شود.
- تاریخ: در این ستون تاریخ فوت دانش آموز ثبت می شود.
- توضیحات: در این قسمت اقدامات و پیگیری های به عمل آمده به دقت نوشته می شود.
- در ستون آخر، مدیر مدرسه پس از اطلاع از موارد مندرج در فرم نام و نام خانوادگی خود را نوشته و امضا می کند.
- در پایین جدول فرد تکمیل کننده، نام و نام خانوادگی خود را نوشته و امضاء می کند.

۶/ خدمات بهداشت محیط و ایمنی مدرسه

مدرسه جامعه ای کوچک، متشکل از عوامل انسانی و محیطی مختلفی است که مجموعاً فضای روانی، فیزیکی و اجتماعی آن را به وجود آورده و یکدیگر را تحت تاثیر قرار می دهند. بنابراین با توجه به نقش و جایگاه هر کدام، سلامت و بهداشت محیط و ایمنی مدرسه به عنوان یک امر بهداشتی مهم مورد تاکید است.

نقش بهداشت محیط و فضای فیزیکی مدرسه در امنیت جسمی و روانی دانش آموزان و کارکنان مدرسه از جایگاه منحصر به فردی برخوردار بوده و به عنوان پیش شرط اساسی ایجاد و توسعه مدارس سالم تلقی می شود. محیط فیزیکی مدرسه دارای ابعاد بسیار گسترده و وسیعی بوده و شامل موقعیت، مساحت، ساختمان، محوطه مدرسه، نور، تهویه، کلاس ها، تجهیزات ورزشی مدرسه و مسایل مختلف دیگری است که هر کدام به نوبه خود سلامت مدرسه، دانش آموزان و کارکنان مدرسه را تحت تاثیر قرار می دهند. در یک نگاه سیستماتیک، فرآیند تعلیم و تربیت متأثر از مجموعه عواملی از این قبیل بوده و چنانچه این مجموعه متناسب با استانداردهای مورد نیاز تدارک دیده شوند محصول نظام آموزش و پرورش انسان هایی سالم، توانمند با توان یادگیری بیش تر و شخصیتی متعادل اعم از فردی و اجتماعی خواهد بود. بنابراین برای رسیدن به چنین هدف ارزشمندی، توجه جدی به سلامت عوامل محیطی و فیزیکی موثر بر سلامت جسمی، روانی و اجتماعی دانش آموزان و کارکنان مدرسه حایز اهمیت بوده و ضروری است تا کارکنان بهداشتی مراکز (روسا و پزشکان، کاردان های بهداشتی به ویژه بهداشت محیط و بهورزان و مربیان خانه های بهداشت و مراقبین سلامت مراکز و پایگاه های سلامت جامعه و....) مطابق با چک لیست ها و دستور عمل های مربوطه، ضمن هماهنگی و توجیه مدیران مدارس تحت پوشش به طور مستمر و مرتب این عوامل را بررسی و متولیان مدرسه را نسبت به نحوه اصلاح معایب و نواقص مشاهده شده، توجیه و در حل مشکلات بهداشتی مدرسه به عنوان عضوی از تیم بهداشتی و مدیریتی مدرسه در کنار سایر تشکلهای مثل شورای مدرسه و انجمن اولیاء و مربیان به مدیریت مدرسه راهکارهای عملی نشان داده و او را در حل برخی از این مشکلات یاری نمایند و چنانچه مشکل مدرسه در حدی است که از عهده مدیریت مدرسه ساخته نیست با هماهنگی و مشارکت مدیر مدرسه نسبت به انعکاس و پیگیری آن از طریق مرکز خدمات جامع سلامت به منطقه یا ناحیه آموزش و پرورش یا شورای بهداشت شهرستان اقدام کنند. در صورتی که حل مشکل از توان مجموعه بخش های فوق در شهرستان نیز ساخته نیست، ضمن گزارش به مرکز بهداشت و اداره کل آموزش و پرورش استان پیگیری های لازم نسبت به رفع آن مشکل اقدام نمایند.

جهت سازماندهی فعالیت های مورد نیاز در این زمینه، "چک لیست بازرسی بهداشتی از مدارس" توسط مرکز سلامت محیط و کار تهیه شده است و لازم است کاردان ها یا کارشناسان بهداشت محیط مراکز بهداشتی، درمانی/ مراکز و پایگاه های سلامت / خانه های بهداشت نسبت به انجام بازدیدهای دوره ای مدارس کشور در حضور مدیر یا معاون مدرسه اقدام نموده و نتایج بازدید ها را بر اساس دستور عمل تکمیل آن (ابلاغی از سوی مرکز سلامت محیط و کار) در چک لیست های مربوطه ثبت نمایند. تعداد دفعات بازدید در طول سال (۱۲ ماه) ۴ بار می باشد.

نحوه تکمیل فرم ها به شرح ذیل است:

فرم شماره ۶- فرم پیگیری انجام اقدامات مورد نیاز در جهت ارتقای ایمنی و بهسازی محیط مدرسه

ضمیمه شماره ۱ و ۴

پیگیری های لازم توسط رییس مرکز بهداشتی و پرسنل ذیربط (کارشناس یا کاردان بهداشت محیط در مراکز بهداشتی درمانی شهری و روستایی، کارشناس یا کاردان بهداشت محیط در مراکز سلامت جامعه (مجری طرح تحول سلامت)، بهورزان و مربیان خانه های بهداشت در مراکز روستایی) انجام شود و نتایج حاصل از پیگیری در این فرم به شرح زیر ثبت شود:

تاریخ بازدید و نوبت بازدید دوره ای و نواقص مشاهده شده در بازدید قبلی (ردیف موارد نقص بحرانی و غیر بحرانی در چک لیست بازرسی بهداشتی از مدارس) در قسمت مربوطه ثبت شود. در ستون تاریخ پیگیری، تاریخی که در آن پیگیری انجام شده است ثبت شود و نتایج حاصل از پیگیری ردیف موارد نقص بحرانی و غیر بحرانی اصلاح شده، ثبت گردد. و اقدامات انجام شده جهت رفع نواقص ثبت می گردد و در انتها، پیگیری کننده نام و نام خانوادگی و سمت خود را نوشته و امضاء می کند.

دستورالعمل بهداشتی پایگاه تغذیه سالم در مدارس

وزارت بهداشت ، درمان و آموزش پزشکی

معاونت بهداشت

دفتر بهبود تغذیه جامعه

وزارت آموزش و پرورش

معاونت تربیت بدنی و سلامت

دفتر سلامت و تندرستی

سال ۱۳۹۶

فهرست مطالب

مقدمه

هدف و دامنه کاربرد

تعاریف

مواد غذایی سرد یا گرم

مواد خوراکی قابل عرضه در پایگاه تغذیه سالم

مواد خوراکی غیر قابل عرضه در پایگاه تغذیه سالم

بهداشت محیط

اصول مکان یابی پایگاه تغذیه سالم مدارس

اصول طراحی و معماری پایگاه تغذیه سالم مدارس

ایمنی و شرایط فنی ساختمان پایگاه تغذیه سالم مدارس

بهداشت فردی و عمومی

تجهیزات و لوازم کار

پایش و نظارت

(بخش تغذیه)

مقدمه

دستورالعمل پایگاه تغذیه سالم بر اساس ماده سه آیین نامه اجرایی تأمین، حفظ و ارتقای سلامت جسمی، روانی و اجتماعی دانش آموزان با هدف ارتقای تأمین بخشی از انرژی و مواد مغذی مورد نیاز، ارائه مواد غذایی سالم و جلوگیری از عرضه مواد غذایی کم ارزش تغذیه ای به آنها، تهیه و تنظیم شده است.

۱- هدف و دامنه کاربرد

به منظور ارتقای سلامت تغذیه ای دانش آموزان این دستورالعمل باید در کلیه مدارس دولتی و غیر دولتی اعم از ابتدایی، متوسطه اول و دوم اجرا گردد.

۲- تعاریف

در این دستورالعمل، واژه ها و اصطلاحات با تعاریف زیر به کار برده می شود:

۲-۱- پایگاه تغذیه سالم

به مکانی اطلاق می شود که تهیه و یا عرضه و فروش مواد خوردنی و آشامیدنی آماده مصرف به صورت سرد و گرم در آن انجام می گیرد.

تذکر: با توجه به هماهنگی های بعمل آمده، قوانین و مقررات مربوط به پایگاه تغذیه سالم در مورد تعاونی آموزشی نیز صدق می کند.

۲-۲- میان وعده

مواد غذایی است که در فواصل بین غذاهای اصلی مصرف می گردد. با مصرف این میان وعده بخشی از مواد مغذی مورد نیاز روزانه دانش آموزان تأمین می شود.

۲-۳- وزارتین

وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی و واحد های تابعه

وزارت آموزش و پرورش و واحد های تابعه

۲-۴- تغذیه سالم

تغذیه ای که تمام نیاز های تغذیه ای بدن را تأمین می کند و سالم، کافی، متنوع و متعادل می باشد.

۲-۵- مواد غذایی سالم

غذایی سالم یا ایمن غذایی است که از مواد اولیه سالم و ایمن تهیه شده باشد و عاری از مواد زیان بخش و مضر باشد.

۲-۶- مواد غذایی فاسد و یا غیر قابل مصرف

مواد غذایی است که رنگ، بو، مزه و قوام آن تغییر کرده و یا تاریخ مصرف آن منقضی شده و یا در شرایط نامطلوب نگهداری شده باشد.

۳- مواد غذایی سرد یا گرم

۱- میوه و سبزیهایی که به صورت خام مصرف می شوند، باید مطابق دستور العمل های مرکز سلامت محیط کار وزارت بهداشت، درمان و آموزش

پزشکی باشد به دقت شسته و ضد عفونی گردند.

۲- مواد غذایی از قبیل سبزی و میوه پس از تهیه بلافاصله شسته شده و ضد عفونی و در یخچال نگهداری شود.

۳- محصولات غذایی بسته‌بندی شده باید از تولیدات کارخانجات معتبر تهیه و دارای پروانه ساخت، سری ساخت، تاریخ تولید و مصرف باشد.

۴- غذا باید در محلی تمیز و عاری از گرد و خاک، مگس، حشرات و جانوران موذی نگهداری شوند.

۵- در صورت تهیه لقمه سالم در محل پایگاه تغذیه سالم، نان بطور روزانه تهیه شود و کپک زده و بیات نباشد. (توصیه می‌شود از نان‌های سفید کمتر استفاده شود و به جای آن از انواع نان‌های سبوس دار و غنی شده استفاده شود).

۶- غذاهای خام و پخته را باید در یخچال جدا از هم نگهداری کرد و با هم مخلوط نمود.

۷- ترجیحاً بجای سرخ کردن از روش‌های سالمتر مثل آب‌پز، تنوری، بخارپز و کبابی در تهیه غذا استفاده شود و در صورت تمایل به سرخ کردن فقط از روغن مایع مخصوص سرخ کردن استفاده شود.

۸- غذاهای پخته شده نباید بیش از نیم ساعت خارج از یخچال نگهداری شوند.

۹- در تهیه غذا از نمک یددار تصفیه شده که دارای پروانه ساخت از وزارت بهداشت می‌باشد، استفاده شود.

۱۰- از بسته‌بندی و عرضه مواد خوراکی در کاغذهای باطله، روزنامه و کیسه‌های پلاستیکی مصرف شده و رنگی اکیدا خودداری شود.

۱۱- در صورت استفاده از ظروف یکبار مصرف این ظروف باید مخصوص مواد غذایی گرم یا سرد باشند.

۱۲- غذا از زمان پخت تا هنگام توزیع باید کاملاً داغ باشد.

۱۳- مواد غذایی پس از خارج شدن از حالت انجماد (یخ زدگی) باید هرچه زودتر مصرف شوند و از انجماد مجدد مواد غذایی خودداری گردد در غیر اینصورت بزودی فاسد می‌گردند.

تبصره: غذاهایی که از بیرون (مراکز پخت) تهیه می‌شوند، وضعیت بهداشتی مرکز پخت و شرایط حمل و نقل غذا باید مطابق با آیین‌نامه مرکز سلامت محیط کار وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی باشد. در مورد این نوع غذاها به نکات زیر نیز توجه شود:

☒ کم نمک باشد.

☒ کم چرب باشد و روغن بکار رفته اسید چرب ترانس کمتر از ۵ درصد داشته باشد.

☒ غذا در حجم مناسب سرو شود.

☒ غذا در ظروف یکبار مصرف مناسب توزیع شود.

☒ از توزیع نوشابه‌های گازدار همراه با غذا یا مجزا خودداری گردد.

جدول ۱: فهرست مواد غذایی قابل عرضه در پایگاه‌های تغذیه سالم

ردیف	مواد غذایی	فهرست مواد غذایی
------	------------	------------------

۱	خشکبار، خرما و انواع مغزها و دانه‌ها (از نوع بدون نمک)	خشکبار (مثل توت خشک، انجیر خشک، انواع برگه‌ها، خرما، کشمش، انواع میوه‌های خشک) انواع مغزها و دانه‌ها (گردو، بادام، بادام زمینی، فندق، بادام هندی، پسته، کنجد، مغز تخمه‌ها)، نخودچی، برنجک، گندم برشته شده، که همگی بسته بندی شده و دارای مجوزهای بهداشتی از وزارت بهداشت باشند.
۲	شیر و فرآورده‌های آن	ماست، شیر، پنیر، بستنی (بجز بستنی یخی) همه پاستوریزه یا استریل‌یزه و به صورت بسته بندی تک نفره و از نوع کم چرب (۲/۵٪ چربی و یا کمتر) شیر بهتر است که به صورت غنی شده با ویتامین D باشد.
۳	نوشیدنی	دوغ بدون گاز و آب معدنی (دارای مجوزهای بهداشتی از وزارت بهداشت)
۴	میوه	انواع میوه مثل سیب، نارنگی، پرتقال و (شسته شده مطابق با دستورالعمل‌های مرکز سلامت محیط کار وزارت بهداشت باشد).
۵	بیسکویت بدون کرم، کیک و کلوچه	شامل انواع بیسکویت، کیک و کلوچه بیسکویت ترجیحا از نوع سبوس دار بدون کرم و کیک و کلوچه ترجیحا از نوع غنی شده با ریز مغذی‌ها مثل آهن، روی، ویتامین آ و تهیه شده با روغن حاوی اسید چرب با ترانس زیر ۵ درصد و دارای مجوزهای بهداشتی از وزارت بهداشت باشد.
۶	لقمه سالم	- نان و پنیر و گردو - نان و تخم مرغ (آب پز و سفت) - نان و پنیر و خیار - نان و پنیر و گوجه فرنگی - در بسته بندی مطابق دستورالعمل‌های مرکز سلامت محیط کار وزارت بهداشت، پنیر از نوع پاستوریزه و ساده (کم چرب) باشد. خیار و گوجه فرنگی، شسته شده و ضد عفونی شده مطابق دستورالعمل‌های مرکز سلامت محیط کار وزارت بهداشت باشد. بهتر است از انواع نان سبوس دار مثل سنگک و نان‌های حجیم و نیمه حجیم صنعتی از نوع سبوس دار و یا همراه با انواع مغزها (تخم آفتابگردان، کنجد، کدو و ...) استفاده گردد.
۷	غذاهای پخته	انواع آش و سوپ، لوبیا، عدس، حلیم (همه کم نمک و کم چرب)، فرنی، شیربرنج و سمنو (همه کم شیرین و کم چرب)، مواد غذایی پخته باید دارای شرایط زیر باشند. - پخت به صورت روزانه - پخت در شرایط بهداشتی و رعایت کامل نکات بهداشتی مطابق با آیین‌نامه بهداشت محیط مدارس - رعایت تنوع و تفاوت‌های فرهنگی در برنامه غذایی - مواد غذایی داغ در ظروف یکبار مصرف بر پایه گیاهی مخصوص، مصرف شوند. - بلافاصله بعد از تهیه و پخت توزیع شود.

- قابل ذکر است بازدیدهای مشترک متشکل از کارشناس مسئول تغذیه دانشگاه علوم پزشکی، کارشناس مسئول سلامت محیط و کار در معاونت بهداشتی و رؤسای ادارات سلامت و تندرستی استان صورت پذیرد.

- از محصولاتی در پایگاه‌های تغذیه سالم استفاده گردد که دارای نشانگرهای رنگی تغذیه‌ای باشند و ترجیحا نشانگر سبز رنگ باشند.

- هدف اصلی از تنظیم اقلام مجاز در پایگاه های تغذیه سالم مصرف مواد غذایی با ارزش تغذیه ای بالا است که شامل خشکبار، خرما، انواع مغز دانه ها، شیر و فرآورده های آن، میوه، لقمه سالم و غذاهای پخته است. و هدف اول باید ترغیب عرضه محصولات فوق در پایگاه های تغذیه سالم است و عرضه بیسکویت و کیک و کلوچه تنها در موارد اضطراری استفاده گردد و سعی شود که تنها بخش کوچکی به این امر اختصاص یابد.

جدول ۲: فهرست مواد غذایی که عرضه آن در پایگاه تغذیه سالم، غیرمجاز است

مواد غذایی غیرمجاز
۱. فرآورده های غلات حجیم شده (با هر نام تجاری) و انواع چیپس ها (سیب زمینی و ذرت)
۲. انواع یخمک
۳. نوشابه های گازدار و ماءالشعیر
۴. دوغ گازدار
۵. آدامس های حاوی مواد قندی *
۶. سوسیس، کالباس و کلیه فراورده هایی که در آنها سوسیس و کالباس وجود دارد.
۷. انواع همبرگرهای کمتر از ۷۰ درصد گوشت و بدون بسته بندی و فاقد مجوزهای بهداشتی از وزارت بهداشت
۸. انواع سالادلویه
۹. انواع لواشک و آلو و آلوچه بدون بسته بندی و فاقد مجوزهای بهداشتی وزارت بهداشت
۱۰. آب نبات هایی که به سطح دندان می چسبند
۱۱. انواع آب میوه هایی که دارای قندافزوده هستند
۱۲. فلافل، سمبوسه
۱۳. انواع اشترودل گوشتی در هر حالت (با مجوز بهداشتی و فاقد مجوزهای بهداشتی از وزارت بهداشت)
۱۴. انواع اشترودل غیر گوشتی بدون بسته بندی و فاقد مجوزهای بهداشتی از وزارت بهداشت
۱۵. انواع پیراشکی و دونات
۱۶. بستنی یخی
۱۷. پاستیل
۱۸. خیار شور و انواع سس ها

- لازم به ذکر است که جویدن آدامس بدون مواد قندی بعد از مصرف غذا برای مدت کوتاه مفید بوده و ضرری ندارد. اما به علت مشکلات بی نظمی در کلاس و مدرسه، در مدارس توزیع نگردد.

تذکر: جدول فهرست مواد غذایی قابل عرضه در پایگاه تغذیه سالم و جدول مواد غذایی که عرضه آن در پایگاه تغذیه سالم غیرمجاز است، باید در محل مناسب و در معرض دید دانش آموزان و کارکنان مدارس نصب گردد.

بخش بهداشت محیط

تجهیزات

منظور از تجهیزات در این دستورالعمل، ابزار و وسایلی هستند که برای تهیه، نگهداری و توزیع مواد غذایی، ایمنی و خدماتی در پایگاه تغذیه سالم مورد استفاده قرار می گیرند.

بهداشت محیط

عبارت است از کنترل عوامل فیزیکی، شیمیایی، بیولوژیکی، رادیولوژیکی، و غیره که در محیط زندگی بر سلامت جسمی، روانی و اجتماعی انسان تاثیر می گذارد.

بازرسی

به عمل نظارتی گفته می شود که هدف از آن بررسی میزان انطباق شرایط موضوع و محل بازرسی با قوانین و الزامات بهداشتی ناشی از آن ها می باشد.

اصول مکان یابی پایگاه تغذیه سالم مدارس

۱- انتخاب مکان مناسب جهت استقرار پایگاه تغذیه سالم در مدارس با توجه به شرایط اقلیمی محل از نظر میزان تابش آفتاب، میزان بارندگی، جهت بادهای غالب و ... بدین معنا که مثلاً در مناطق پرباران و یا بسیار گرم، پایگاه تغذیه سالم را ترجیحاً در فضای بسته مراکز آموزشی و در مناطق با آب و هوای معتدل، پایگاه تغذیه سالم را در فضای باز (حیاط مدرسه) مستقر نمود.

۲- دارای دسترسی راحت، ایمن و مناسب برای استفاده کنندگان

۳- دارا بودن فاصله ای مناسب از محل جمع آوری پسماند و سرویس های بهداشتی (توالت ها) به گونه ای که محل قرارگیری پایگاه تغذیه سالم می بایست ضمن رعایت کلیه عوامل مذکور در دورترین فاصله ممکن از مراکز تولید بو و آلودگی در نظر گرفته شود.

۴- قرار داشتن در معرض دید و کنترل مسئولان مراکز آموزشی

۴- اصول طراحی و معماری پایگاه تغذیه سالم مدارس

پایگاه تغذیه سالم مدارس در تعریف عام آن به مکان عرضه و فروش مواد خوردنی و آشامیدنی بسته‌بندی شده و آماده اطلاق می‌شود که در اینصورت میزان فضای لازم تابع نوع خدمات ارائه شده در پایگاه فوق می‌باشد ولیکن در مواردی که طبخ مواد خوراکی نیز در آن انجام می‌شود. ابعاد فیزیکی بیشتری را می‌طلبد که مشروح هر یک از الگوهای مربوطه به شرح زیر است:

پایگاه تغذیه سالم نوع اول: این پایگاه صرفاً عرضه و فروش مواد خوراکی و آشامیدنی بسته‌بندی شده و آماده را به عهده دارد و دارای عناصر و شرایط زیر می‌باشد.

۱. یخچال ویتروینی
 ۲. روشویی و حوله برای استفاده کارکنان پایگاه تغذیه سالم
 ۳. قفسه‌بندی دیواری جهت نگهداری مواد خوراکی
 ۴. قفسه‌های زمینی دردار جهت ذخیره و انبار مواد خوراکی
 ۵. ظروف زباله دردار و قابل شستشو
 ۶. قفسه یا رختکن جهت نگهداری لوازم شخصی فروشنده
 ۷. جعبه کمک‌های اولیه
 ۸. تجهیزات گرمایشی مثل شوفاژ یا بخاری
 ۹. تجهیزات سرمایشی
- تذکر: در صورت استفاده از الگوی اول نوع پوشش سطوح محل عرضه مواد غذایی از مصالح ساختمانی با دوام، قابل شستشو و صاف و بدون فرورفتگی و شکاف و دارای رنگهای روشن و ملایم باشد.
- پایگاه تغذیه سالم نوع دوم:** این پایگاه علاوه بر فروش مواد خوردنی و آشامیدنی بسته‌بندی شده و آماده، مواد غذایی گرم و طبخ شده را نیز تهیه و عرضه می‌نماید که دارای شرایط زیر می‌باشد:

(۱) رعایت بندهای نوع اول

(۲) اجاق گاز

۳) ظرفشویی دو لگنه مجهز به آب گرم و سرد

۴) قفسه جهت نگهداری ظروف

۵) میز کار جهت آماده سازی مواد خوراکی

۶) قفسه یا کمد درب دار جهت ذخیره و انبار مواد غذایی اولیه مثل پیاز و سیب زمینی و روغن و ...

۷) در صورت استفاده از الگوی دوم: نوع پوشش دیوار محل پخت، تا زیر سقف از جنس سنگ، کاشی، سرامیک صاف و بدون فرو رفتگی و شکاف باشد.

۸) در صورت استفاده از الگوی دوم: پوشش کف از جنس سنگ، سرامیک، کاشی یا موزائیک غیر لغزنده باشد.

۹) در صورت مجزا بودن محل پخت از عرضه مواد غذایی اجرای بند ۸ و ۷ برای محل پخت الزامی است.

۵- ایمنی و شرایط فنی ساختمان پایگاه تغذیه سالم مدارس

۱- در محل پایگاه تغذیه سالم نوع دوم صرفاً اقلام مجاز و سالم خوراکی عرضه شود و از فروش لوازم التحریر و سایر کالاها اکیدا خودداری گردد.

۲- مشخصات کف، دیوارها و سقف پایگاه تغذیه سالم:

الف: نوع پوشش سطوح محل عرضه مواد غذایی از مصالح ساختمانی مقاوم، قابل شستشو، صاف، بدون فرو رفتگی، شکاف و دارای رنگهای روشن و ملایم و پوشش دیوارها، سقف و کف محل پخت از جنس سنگ، کاشی، سرامیک صاف و بدون فرو رفتگی و شکاف و دارای رنگهای روشن و ملایم باشد. (به منظور جلوگیری از ورود حشرات و حیوانات موزی)

ب- کف مجهز به کف شوی دارای شتر گلو بوده و با شیببندی مناسب تعبیه شود.

۳- مشخصات درها و پنجره‌ها: طراحی درها و ابعاد پنجره‌ها به گونه‌ای باشد که نور کافی و مناسب را تامین نموده، قابل شستشو و دارای تجهیزات یا توری مناسب باشد که از ورود حشرات و جوندگان و سایر حیوانات جلوگیری نماید.

۴- تاسیسات بهداشتی

الف- دارای آب آشامیدنی و سیستم فاضلاب مورد تایید وزارت بهداشت و درمان باشد.

ب - سیستم گرمایشی می تواند به اشکال گوناگون از قبیل شوفاژ و یا بخاری باشد که در صورت کاربرد انواع بخاری، احتراق به صورت کامل انجام گرفته و گازهای حاصله به وسیله دودکش به خارج از محوطه پایگاه تغذیه سالم هدایت شوند .

ج - برخورداری از جریان هوا و تهویه مناسب و حتی الامکان نصب هواکش.

د - در صورت استفاده از اجاق گاز برای پخت و پز، تعبیه دستگاه تهویه مکانیکی (هود) در قسمت فوقانی اجاق گاز ضروری است.

ه - تامین نور کافی و مناسب با استفاده از منابع روشنایی طبیعی و مصنوعی

و - عایق کاری کف و دیوارها به منظور جلوگیری از نفوذ رطوبت

۶- بهداشت فردی و عمومی

۱ - کلیه کارگران، متصدیان و یا اشخاصی (دانش آموزان) که به نحوی در امر تهیه و توزیع و فروش مواد غذایی در پایگاه تغذیه سالم مدارس انجام وظیفه می نمایند. موظفند کارت بهداشت معتبر (معاینه پزشکی) صادره از مراکز بهداشت وابسته به دانشگاه های علوم پزشکی و خدمات بهداشتی - درمانی در محل کار خود داشته باشند. (مدت اعتبار کارت معاینه پزشکی افرادی که در تهیه و توزیع و فروش مواد غذایی سروکار دارند **شش ماه** و افرادی که صرفاً در توزیع و فروش مواد غذایی بسته بندی شده دخالت دارند **یک سال** می باشد).

۲ - اشخاصی که در محل پایگاه تغذیه سالم کار می کنند می بایست ملبس به روپوش سفید (و در محل پخت نیز ملبس به کلاه) بوده و موظف به استفاده از وسایل بهداشتی (حوله و صابون مایع) می باشند.

۳ - کلیه پرسنل پایگاه تغذیه سالم ملزم به رعایت بهداشت فردی شامل کوتاه نگهداشتن ناخن ها و شستن دست ها با آب و صابون بعد از هر بار توال و قبل از شروع به کار می باشند.

۴ - مسئول دریافت وجه در تهیه و توزیع مواد خوراکی دخالتی نداشته باشد.

۵ - نصب جعبه کمکهای اولیه مجهز به لوازم مورد نیاز در محل پایگاه تغذیه سالم الزامی است.

۶ - نظافت روزانه محیط پایگاه تغذیه سالم ضروری است.

۷- کارکنان پایگاه تغذیه سالم در صورت ابتلاء به بیماریهای واگیر مثل سرماخوردگی، اسهال، آنژین و بیماریهای پوستی تا بهبودی کامل باید از تماس با مواد غذایی خودداری نمایند.

۸- مسئول پایگاه تغذیه سالم جهت خشک کردن ظروف شسته شده از وسیله خشک و تمیز و عاری از آلودگی استفاده نماید.

۹- مسئول پایگاه تغذیه سالم جهت برداشتن مواد غذایی آماده مصرف از پنس (انبرک) استفاده نماید.

۱۰- از دست به دست کردن غذای پخته شده (دستمالی) بخصوص گوشتها خودداری گردد.

۷- تجهیزات و لوازم کار

الف - ظروف مورد استفاده در طبخ مواد غذایی یا آماده سازی مواد خوراکی در پایگاه تغذیه سالم مدارس باید دارای شرایط زیر باشند :

۱- استفاده از ظروفی که به وسیله وزارت بهداشت و درمان و آموزش پزشکی غیرمجاز اعلام شده ، ممنوع است .

۲- در صورت استفاده از ظروف لعابی میبایست کاملاً سالم و فاقد شکستگی و لب پریدگی باشند.

۳- برای پخت مواد غذایی از ظروف ضد زنگ و متناسب با درجه پخت استفاده شود .

۴- وسایل و ظروف غذا باید پس از هر بار مصرف کاملاً شسته و هر چند یکبار گندزدایی شوند.

۵- وسایل و ظروف غذاخوری و تهیه غذا باید در ویتترین یا قفسه دردار نگهداری شوند.

۶- استفاده از قندان، نمکدان و نظیر آنها بدون سرپوش ممنوع است.

ب - میز کار میبایست دارای شرایط زیر باشد :

۱- سطح میز کار باید صاف، تمیز، سالم و بدون درز بوده و روکش آن از جنس قابل شستشو باشد و پس از هر بار استفاده شسته و گندزدایی گردد.

۲- سطل زباله بهداشتی ، قابل شستشو و مجهز به کیسه زباله بوده و پس از هر بار تخلیه شسته شود.

۳- در صورت استفاده از گاز شهری و یا کپسول گاز مایع، کنترل مستمر لوله‌ها، بست‌ها و شیرآلات از نقطه نظر ایمنی و جلوگیری از نشت گاز ضروری است.(استفاده از کپسول آتش نشانی الزامی است)

۸- پایش و نظارت

نظارت بر اجرای دقیق دستور عمل بر عهده کمیته بهداشت، تغذیه و ایمنی در استان ها می باشد که ترکیب اعضا و شرح وظایف آنها در تفاهم نامه امضاء شده توسط وزرای آموزش و پرورش و بهداشت، درمان و آموزش پزشکی درج شده است.

ضمیمه شماره ۲

اتاق بهداشت استاندارد:

هر مدرسه بایستی دارای اتاق خدمات بهداشتی مجهز به تجهیزات کامل جهت انجام فعالیتهای بهداشتی تغذیه ای (معاینات بهداشتی درمانی دانش آموزان شامل بیمار یابی ، بینایی سنجی ، شنوایی سنجی، و پایش رشد آموزش بهداشت و تغذیه به کارکنان و دانش آموزان ، کمکهای اولیه در موقع بروز حادثه و....) باشد. (منبع: آیین نامه بهداشت محیط مدارس)

ویژگیهای اتاق بهداشت مدارس (منبع: مؤسسه استاندارد و تحقیقات صنعتی ایران)

اتاق بهداشت می بایست تمیز بوده و نور کافی داشته باشد و مخصوص معاینه بوده و از آن استفاده دیگری نشود. توصیه می شود طول این اتاق بیشتر از ۶ متر باشد تا بتوان از قابلیت تعیین میزان دید استفاده نمود.

یادآوری : چنانچه طول اتاق ۳/۵ متر باشد می توان به کمک آئینه از قابلیت تعیین میزان دید استفاده نمود. وسایل مورد نیاز در اتاق بهداشت به قرار زیر است :

- تخت معاینه به انضمام پتو ، بالش و ملافه
- قدسنج
- ترازو
- قیچی ساده
- آبسلانگ
- ترمومتر و فشار سنج
- کیف آب گرم و سرد
- باند کشی در اندازه های مختلف
- آتل در اندازه های مختلف
- ترالی (میز پانسمان)
- جعبه کمک های اولیه
- چراغ قوه
- محلول های ضد عفونی کننده جهت زخم ها
- محلول های ضد عفونی کننده جهت سرویس های بهداشتی
- باند در اندازه های مختلف
- پنبه و لگوپلاست و هندی پلاست
- گاز استریل - دستگش
- آینه دندان پزشکی
- سوند دندان پزشکی

- پنیس و دیش
- چارت بینایی سنجی
- ادیو متر و دیابازون
- دفتر معاینات و گزارش های روزانه
- رخت کن
- درجه حرارت سنج طبی
- وسایل کمک آموزشی بهداشتی (کتاب و مجلات بهداشتی ، مولاژ دهان و دندان و ...)

ضمیمه شماره ۵



معاونت بهداشت معاونت اجتماعی



دقت سلامت جمعیت، خانواده و مدارس



وزارت آموزش و پرورش

وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی
معاونت تربیت بدنی و سلامت
دقت آموزش و ارتقای سلامت

دقت سلامت و تندرستی

دستورالعمل اجرایی

برنامه سفیران سلامت دانشآموزی

سال تحصیلی ۱۳۹۸-۱۳۹۹

آرم سفیران سلامت دانشآموزی



سفیران سلامت دانش آموزی

مقدمه:

تربیت در مدرسه باید به ابعاد مختلف وجودی دانش آموزان توجه نماید. بر همین اساس ابعاد و ساحت های وجودی متربیان و توجه به شئون مختلف حیات طیبه در سند تحول بنیادین آموزش و پرورش به شش ساحت تقسیم شده است که یکی

از مهم ترین این ساحت ها - ساحت تربیت زیستی و بدنی است. این ساحت که بخشی از جریان تربیت رسمی و عمومی است ناظر بر حفظ و ارتقای سلامت و رعایت بهداشت جسمی و روانی دانش آموزان در قبال خود و دیگران است. قلمرو این ساحت مواردی چون سلامت فردی و اجتماعی، مراقبت از جسم و روح، احساس مسوولیت در قبال حفظ محیط زیست و منابع طبیعی و شناخت طبیعت و احترام قائل شدن برای آن است و مهم تر از همه توجه به ظرفیت های تربیت غیررسمی برای زمینه سازی کسب شایستگی های پایه به ویژه در حوزه سلامت و تربیت بدنی است. در کنار این ساحت، سند تحول بنیادین در راهکار شماره 1-2 به مسئولیت پذیری و نظم و انضباط در تمام دوره های تحصیلی و راهکارهای شماره 8-8 و 3-8 اشاره درستی بر بستر سازی برای حضور فعال دانش آموزان در تشکل های رسمی و قانونی مرتبط با اتکا به ظرفیت های درون و برون آموزش و پرورش شده است.

بر همین اساس وزارت آموزش و پرورش تفاهم نامه جامعی با وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی به منظور اجرایی کردن ماده 3 و توافق نامه اجرایی برنامه خودمراقبتی منعقد نموده است تا ضمن ارائه تصویر روشنی از افق حرکت و برنامه ریزی خود، زمینه های هم -افزایی برای بسیج ظرفیت های دانش آموزان و کوشش برای تحقق همه جانبه ساحت تربیت زیستی و بدنی را فراهم نماید که در این مسیر ضمن سرلوحه قرار دادن ابلاغیه مقام معظم رهبری (مد ظله العالی) در حوزه آموزش و پرورش و تاکید بر نقشه راه اجرای سند تحول و سیاست های کلی آموزش و پرورش و به کار بست سیاست های اقتصاد مقاومتی به ارائه برنامه سفیران پرداخته است. این برنامه بر پایه رویکرد آموزش همسانان است که یک برنامه منسجم به منظور ایجاد یک شبکه همسان موثر برای تشویق دانش آموزان در جهت ارتقای سلامت آنهاست. و این فرصت را برای دانش آموزان مهیا می کند که آگاهی های لازم در خصوص موضوعات سلامت و محیط زیست با استفاده از ارزش های تعاملی و مشارکتی) بحث گروهی، کارگاه آموزشی، پانل، ایفای نقش و... (راکسب و آن را به سایر همسانان منتقل کنند.

برنامه سفیران سلامت در چهار دوره تحصیلی (اول و دوم ابتدایی، اول و دوم متوسطه) در مدارس شهری و روستایی با همکاری دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس و دفتر آموزش و ارتقای سلامت وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی تدوین شده است.

➤ به استناد آیین نامه نحوه ارائه خدمات آموزشی و پرورشی فوق برنامه در مدارس دولتی، به شماره ابلاغ 120/477/1 مورخ 1377/4/23، نحوه اجرای برنامه بهداشتی سفیران سلامت به شرح زیر به منظور اجرا ابلاغ میگردد:

تعاریف:

مجری برنامه:

- به مراقب سلامت مدرسه با رابط سلامت (مدیر، معاون، معلم و...) در مدرسه، مجری برنامه اطلاق می شود.
- در مدارس شهری دارای مراقب سلامت، اجرای برنامه جزء شرح وظایف ای شان است.

- در مدارس شهری فاقد مراقب سلامت، مدیران مدارس در صورت صلاح دید می توانند این وظیفه را به یکی از پرسنل اداری یا آموزشی یا پرورشی که علاقه مند و داوطلب بوده، تفویض نمایند.
- در مدارس روستایی اجرای برنامه و آموزش ها توسط بهورزان خانه بهداشت با نظارت مدیر مدرسه صورت می گیرد. (بر اساس بند 3، ردیف 7 تفاهم نامه جامع بین وزارت آموزش و پرورش و وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی)

شرح وظایف مجری برنامه:

- اجرای دستورالعمل؛
- شرکت در جلسات آموزشی - توجیهی، دوره ضمن خدمت (کتاب سبک زندگی سالم) و کارگاههای آموزشی استانی؛
- انتخاب سفیران سلامت (دانشآموزان داوطلب که در تعاریف آمده است)؛
- برگزاری کلاسهای آموزشی ویژه سفیران؛
- اعطای ابلاغیه و نشان ویژه به سفیران؛
- اجرای فعالیتهای و برنامههای متناسب با شرح وظایف سفیران به مناسبتهای مختلف (مسابقه، بازدید، اردو و...)
- نظارت و ارزشیابی مستمر از فعالیتهای سفیران سلامت؛
- تشویق و تقدیر از سفیران سلامت نمونه؛
- جمعآوری آمار و ارسال به مسوولین منطقه؛
- تهیه گزارش اجرای برنامه و ارسال آن به منطقه.

❖ لازم به ذکر است که با صلاح دید مجری برنامه و در صورت نیاز، عضو جدید جایگزین عضو قبلی می شود.

سفیران سلامت دانشآموزی: به دانشآموزان داوطلب و علاقه مند به فعالیتهای گروهی در حیطههای مختلف سلامت (جسمی، روانی، اجتماعی و معنوی) گفته میشود.

شرایط عضویت دانش آموزان در برنامه سفیران سلامت :

1. استعداد و علاقه فردی؛
 2. قابلیت فراگیری؛
 3. قدرت سازماندهی؛
 4. داشتن مهارتهای هنری؛
 5. توانایی در انجام امور محوله؛
- سفیر سلامت توسط مجری برنامه انتخاب می شود.

شرح وظایف سفیران سلامت:

- حضور و مشارکت فعال در کلاسهای آموزشی؛
- حضور نمایندگی سفیران سلامت در جلسات شورای سلامت مدرسه؛

- همکاری با مجری برنامه در برگزاری هر چه با شکوهتر ایام و مناسبت های مرتبط در طول سال؛
 - همکاری و همفکری در انجام فعالیت ها؛
 - همکاری در اجرای برنامه مدارس مروج سلامت) در صورتی که برنامه مدارس مروج سلامت در مدرسه اجرا می شود.
 - جلب همکاری سایر دانشآموزان مدرسه در انجام فعالیتهای بهداشتی؛
 - نوآوری و خلاقیت در روند آموزش فعال؛
 - ارائه مطالب آموزشی و علمی مانند (پمفلت، بروشور، نشریه و ... (در مورد اصول بهداشت فردی، تغذیه سالم، ایمنی و بهداشت محیط، محیط زیست، بیماریهای واگیر و غیرواگیر و ... زیر نظر مجری برنامه؛
 - انتقال مطالب آموخته شده به سایر دانشآموزان؛
 - همکاری در نظارت روزانه بر نحوه عرضه مواد غذایی موجود در پایگاه تغذیه سالم و گزارش به مسئولین آموزشگاه؛
 - همکاری با مجری برنامه در نظارت بر وضعیت بهداشت، ایمنی و تاریخ شارژ کپسول اطفای حریق، مشارکت در تیمهای امداد و نجات و دادرس، نظارت بر نظافت محیط داخل مدرسه (کلاس - پله - سالن - حیاط - سرویس بهداشتی و ..)
 - همکاری با مجری برنامه در اجرای برنامههای زیست محیطی و حفظ و توسعه فضای سبز مدرسه؛
 - انجام سایر وظایف محوله بر اساس دستورالعمل ابلاغی از دفتر سلامت و تندرستی؛
 - اراییه گزارش کار در موعد مقرر.
- علامت مشخصه سفیران:** نشان ویژه مانند (کاور - جلیقه - حمایل - مقنعه - شال - کلاه - کارت و ... (است که با استفاده از لوگوی کشوری و خلاقیت استانی برای گروهها به عنوان مشخصه شناسایی اعضا تهیه و اهدا می شود.

گروه هدف:

مدارس دوره های اول و دوم ابتدایی، اول و دوم متوسطه (شهری و روستایی)

تشکیلات:

شیوه انتخاب اعضا: انتخاب دانشآموزان کوشا، علاقه مند و داوطلب در سطح کلیه مدارس به گونه ای که از هر کلاس در هر مدرسه حداقل یک نفر انتخاب شود.

تعداد اعضا: با عنایت به اینکه دوره ابتدایی فرصت مناسبی برای نهادینه سازی مهارت سبک زندگی سالم و خود مراقبتی است و دانش آموزان علاقه بیشتری برای اجرای برنامه سفیران سلامت دارند، پیشنهاد می شود 10٪ دانشآموزان دوره متوسطه به صورت ثابت برای هر سال تحت پوشش قرار گیرند و نرخ پوشش مدارس ابتدایی به گونهای برنامه ریزی شود که در سر جمع دانش آموزان استان / شهرستان / منطقه، برش ابلاغی سالانه تحقق یابد.

به عنوان مثال در سال تحصیلی 98-1397 مقرر شده 16٪ دانش آموزان استان و بالطبع شهرستان / منطقه سفی ر سلامت باشند. همچنین جمعیت یک استان یا منطقه یک می می یون نفر است (به طوری که 600000 نفر در دوره ابتدایی و 400000 نفر در دوره متوسطه) در این صورت خواهی م داشت.

10% × جمعیت دوره متوسطه = تعداد سفیر سلامت دوره متوسطه → تعداد سفیر سلامت دوره متوسطه = 40000
 $40000 = 10\% \times 400000$ تعداد سفیر سلامت دوره متوسطه
 (متوسطه -) برش ابلاغی × جمعیت دانش آموزی = تعداد سفیر سلامت دوره ابتدایی
 $120000 = 16\% \times$ ابتدایی → تعداد سفیر سلامت دوره ابتدایی
 1000000)

فرایند اجرا: فرایند اجرای برنامه تا پایان سال تحصیلی بر اساس جدول گانت به شرح زیر است:

جدول گانت طرح سفیران سلامت

زمان / فعالیت	مهر ۹۷	آبان ۹۷	آذر ۹۷	دی ۹۷	بهمن ۹۷	اسفند ۹۷	فروردین ۹۸	اردیبهشت ۹۸	خرداد ۹۸	تیر ۹۸
ارسال دستورالعمل (ستاد، استان، شهرستان / منطقه)										
برگزاری جلسه توجیهی مجریان و آموزش ضمن خدمت معلمان کشور										
انتخاب سفیران سلامت (مدرسه)										
آموزش به دانش آموزان (۱۶٪ دانش آموزان کل کشور)										
ارزیابی و انتخاب سفیر نمونه										
تشویق سفیر / سفیران نمونه										
نظارت، جمع بندی آمار و ارائه گزارش به دفتر سلامت و تندرستی										
ارزشیابی از فعالیت استان										

آموزش:

زمان: از زمان ارسال دستورالعمل و به تعداد 16 جلسه در طول سال تحصیلی براساس سرفصلهای آرایه شده توسط مجری برنامه انجام می شود. (در ساعات غیبر درسی مدرسه)

تبصره 1: لازم به ذکر است مجری برنامه می تواند از شیوههای نوین آموزش بهداشت از جمله بارش افکار، بحث گروهی، ایفای نقش، تحقیق و بررسی، بازی و سرگرمی، نمایش و داستانگویی، طراحی و نقاشی و ... استفاده کند.

نحوه ارزشیابی:

ارزشیابی بر اساس موارد زیر صورت می‌گیرد:

- انجام فعالیتهای محوله بر اساس شرح وظایف؛
- خلاقیت و ابتکار در اجرای فعالیتهای محوله.

تشویق:

- برای موفقیت هر چه بیشتر و بهتر برنامه، لازم است در فرصتهای ممکن و به شیوههای مختلف از کلیه سفیران تشویق و تقدیر به عمل آید.
- تقدیر از مجریان فعال برنامه با اهدای جوایز و تقدیرنامه استانی در جشنواره صورت پذیرد.

شیوه های تشویق و تقدیر از سفیران:

- معرفی سفیران سلامت نمونه هر کلاس در مراسم آغازین واحد آموزشی (آموزشگاه) در پایان هر ماه؛
- اهدای جوایز به سفیران نمونه؛
- معرفی سفیر نمونه به منطقه و استان برای شناسایی و تقدیر ایشان در هفته سلامت و جشنواره.

سرفصلهای آموزشی سفیران سلامت (دوره ابتدایی)

ردیف	عناوین آموزشی
1	آموزش مفاهیم پایه سلامت جسم و روان به دانشآموزان
2	رشد و تکامل در دانشآموزان
3	آشنایی با بهداشت فردی (بهداشت مو، پوست و ...)
4	آشنایی مختصر با بیماریهای شایع در مدارس و چگونگی شناسایی دانشآموزان بیمار
5	آشنایی با بهداشت دهان و دندان، روش صحیح مسواک زدن و استفاده از نخ دندان
6	آشنایی با عوارض چاقی و راههای پیشگیری از آن
7	ارزش غذایی غذاهای سنتی نسبت به فست فودها
8	آموزش در خصوص تغذیه سالم و شناخت مواد غذایی مجاز و غیر مجاز
9	اهمیت ورزش و تحرک جسمانی در سلامتی
10	آشنایی با اصول و موازین بهداشت محیط و سرویس بهداشتی
11	آموزش نقش محیط زیست در سلامت جامعه
12	آموزش تفکیک زباله و پسماند-بازیافت - توسعه محیط سبز
13	آشنایی با مفاهیم مدارس مروج سلامت و نقش دانش آموزان در این مدارس

سر فصلهای آموزشی سفیران سلامت (دوره اول و دوم متوسطه)

ردیف	عناوین آموزشی	سر فصلها
1	مفاهیم خودمراقبتی	چرا خودمراقبتی؟ خودمراقبتی چیست؟ انواع خودمراقبتی، 14 گام برنامه ریزی فردی برای خودمراقبتی، 14 فرمان خودمراقبتی فردی برای نوجوانان
2	تغذیه و زندگی سالم	رژیم غذایی سالم، ورزش برای زندگی سالم، اصول زندگی سالم
3	خواب خوب شب	مشکلات رایج خواب، نکاتی برای داشتن خواب خوب شبانه، تاثیر مشکلات خواب بر سلامت روان، 10 نکته کلیدی بهداشت روانی خواب
4	حل مساله	اهمیت مهارت حل مساله، تعیین مشکل، تعریف مشکل، تعیین اهداف، تعیین راهکارها، انتخاب یک راهکار، اجرای راهکار منتخب، بررسی پیشرفت کار
5	تفکر سالم	معنی تفکر سالم، تلههای فکری، فرار از تله فکری، تعادل در افکار، کمک به تفکر سالم
6	مدیریت خشم	تحلیل خشم، عوارض خشم کنترل نشده، تشخیص خشم کنترل نشده، علل بروز خشم، مدیریت خشم، واکنش منفی به خشم
7	استرس و سلامتی	نشانههای استرس، منشا استرسهای روزمره، افراد در معرض استرس، دلایل استرس، تاثیر استرس بر سلامت، مدیریت استرس
8	سلامت روان	4 بعد اصلی سلامت روان، اهمیت سلامت روان، آزمون سطح سلامت روان، افراد در معرض خطر
9	بلوغ	تغییرات جسمی و روحی و عاطفی دوران بلوغ، تغذیه دوران بلوغ، برخی اختلالات مرتبط با تغذیه، احکام دوران بلوغ
10	ایدز	ترویج نگرش صحیح، ارتقاء آگاهی در خصوص بیماری و راههای پیشگیری از HIV/AIDS

فرم عملکرد مجریان برنامه سفیران سلامت

موضوع آموزش	تاریخ آموزش	تعداد افراد آموزش دیده	آموزش		تهیه / به کارگیری رسانه آموزش				برگزاری مسابقه	اجرای نمایش	برپایی نمایشگاه
			فردی	گروهی	پوستر / تراکت	پمفلت	روزنامه دیواری	پلاکارد / بنر			

تعداد جلسات توجیهی و آموزشی ویژه مجری برنامه توسط شهرستان / منطقه

نام و نام خانوادگی مدیر آموزشگاه

نام و نام خانوادگی مجری برنامه
امضاء و مهر

استان

وزارت آموزش و پرورش
:

سال تحصیلی:

معاونت تربیت بدنی و سلامت
دفتر سلامت و تندرستی

دوره ابتدایی			
تعداد کل دانشآموزان (عضو برنامه) سفیران سلامت		تعداد کل دانشآموزان	
پسر	دختر	پسر	دختر

دوره متوسطه اول			
تعداد کل دانشآموزان (عضو برنامه) سفیران سلامت		تعداد کل دانشآموزان	
پسر	دختر	پسر	دختر

دوره متوسطه دوم			
تعداد کل دانشآموزان (عضو برنامه) سفیران سلامت		تعداد کل دانشآموزان	
پسر	دختر	پسر	دختر

جمع کل	
سفیران سلامت	دانشآموزان استان

نام و نام خانوادگی رئیس اداره سلامت و تندرستی استان

تاریخ تکمیل:

امضاء

متن سوگند سفیران سلامت

من به عنوان سفیر سلامت در پیشگاه خداوندی که یادش آرامش بخش قلبها و شفای دردهاست، سوگند یاد می‌کنم که:

- سبک زندگی سالم اسلامی ایرانی را رعایت و به دیگران توصیه نمایم.
- در مراقبت از سلامت خود، دوستان خانواده و جامعهام کوشا باشم.
- برای توانمندسازی همکلاسی‌هایم در زمینه خود مراقبتی اقدام نمایم.
- مراقب بهداشت محیط و سلامت محیط زیست در مدرسه، محله و شهرم باشم.
- مراقب سلامت دانش‌آموزان کم‌توان و بیمار باشم.
- با اولیای مدرسه برای ارتقای سلامت خود، سایر دانش‌آموزان و مدرسه‌ام همکاری نمایم.
- قدر دان نعمت‌های بیکران الهی بوده و برای رشد و تعالی اخلاق و فضایل بشری تلاش نمایم.
- قدردان نعمتهای بیکران الهی بوده و برای رشد و تعالی اخلاق و فضایل بشری تلاش نمایم.

