



معلومات خدمت اولياء گرامی

در صورت نیاز به رژیم غذایی مخصوص و وعده غذایی مخصوص برای فرزند تان

اداره مكاتب ابتدائيه شهروالی گوتنبرگ از «توصیه های ملی راجع به رژیم غذایی مخصوص و وعده های غذایی مخصوص در کودستان و مكاتب» که از سوی اداره رژیم غذایی و تغذیه و «دستور العمل های ملی برای وعده های غذایی در مكاتب» که از طرف اداره نظارت بر مواد غذایی وضع شده اند، پیروی میکند.

معلومات در باره فورم درخواست

در صورت نیازمندی فرزند تان به رژیم غذایی مخصوص یا وعده های غذایی مخصوص، بسیار مهم است که شما منحيث اولياء فورم درخواست را درست خانه پری نمایید. در صورت سرپرستی جداگانه باید هر دو اولياء فورم درخواست را امضاء نمایند. شما بعنوان اولياء باید فورم درخواست را همراه با تصدیق دكتور در آغاز هر سال تعلیمی ولی حد اکثر دو هفته بعد از آغاز سمستر خزانیه به معلم نگران تقدیم کنید. در صورت بوجود آمدن تغییرات در رژیم غذایی فرزند تان باید یک فورم جدید درخواست را تقدیم کنید.

در صورتیکه فرزند تان میخواهد رژیم غذایی عاری از گوشت یا رژیم غذایی بدون گوشت خوک را مصرف کند، در آنصورت بدیل گیاهی غذاهای عادی پیشکش میشود و شما نیاز ندارید فورم درخواست را خانه پری نمایید. در صورتیکه فرزند تان رژیم غذایی عاری از گوشت یا رژیم غذایی بدون گوشت خوک را میخواهد و همزمان به رژیم غذایی مخصوص یا وعده غذایی مخصوص نیاز داشته باشد، باید این امر را در فورم درخواست ذکر نمایید تا اداره مكاتب غذا را نظر به خواهش فرزند تان تهیه نماید.

شما بعنوان اولياء چه وقت میتوانید به درخواست رژیم غذایی مخصوص برای فرزند تان اقدام کنید؟

- در صورت حساسیت/آلرژی: وقتی که سیستم معافیت بدن در مقابل یک ماده غذایی مخصوص عکس العمل نشان میدهد. حساسیت میتواند باعث عکس العمل های خفیف الی جدی گردد. سویا، تخم مرغ، پروتین شیر گاو یا ماهی از امثال مواد حساسیت زا یا بعنوان دیگر آلرژن ها اند. تعداد کمی از افراد به حساسیت که توسط آلرژن های هوایی ایجاد میشود یا حساسیت ناشی از تماس مبتلا میباشند.
- در صورت حساسیت متقابل: وقتی که یک شخص به حساسیت در مقابل گرده درخت غان یا گرده علف مبتلا میباشد، بدن ممکن در مقابل مواد مشابه بطور مثال میوه های هسته دار، سیب، بادام جنگلی و غیره عکس العمل نشان دهد. این عکس العمل ها اکثراً جدی نمیباشند و ممکن بشکل خارش در دهان و حلقوم بروز کنند. شخص مبتلا به حساسیت اکثراً میتواند اینگونه مواد را بعد از گرم شدن آن تحمل کند. ولی افرادی اند که ممکن عکس العمل های جدی را نشان دهند، اگرچه اینگونه عکس العمل ها چندان شایع نمیباشند.
- در صورت عدم تحمل لاکتوز: وقتی که توانایی بدن برای تجزیه و جذب لاکتوز کم میباشد. لاکتوز عکس العمل های جدی را به بار نمی آورد ولی باعث ناراحتی، شکم دردی، اسهال و نفخ شکم میشود. در صورت موجودیت عدم تحمل لاکتوز هیچ تصدیق دكتور مورد نیاز نمیباشد.
- در صورت بیماری سیلیاک/عدم تحمل گلوتن: بیماری که در آن به یک قسمت روده در حین مصرف گلوتن صدمه و آسیب وارد میشود. در چنین حالت رژیم غذایی کاملاً عاری از گلوتن مورد نیاز میباشد.
- در صورت سایر عکس العمل های حساسیتی: برخی افراد در صورت مصرف بطور مثال میوه جات مختلف، سبزیجات یا توت ها ممکن عکس العمل خفیف همچو سرخ شدن اطراف دهان دچار شوند.
- دیگر اسباب غیر عادی برای رژیم غذایی مخصوص نیز وجود دارند. شما میتواند آنرا تحت عنوان «Annat» در فورم درخواست ذکر نمایید و مكاتب در صورت لزوم با شما به تماس خواهد شد.

شما منحيث اولياء چه وقت میتوانید به درخواست رژیم غذایی مخصوص برای فرزند تان اقدام کنید؟

- در صورت انتخاب مصرف رژیم غذایی گیاهی: رژیم غذایی کاملاً گیاهی.

- در صورت تنظیم و سازگاری غلظت غذا: رژیم غذایی عادی با غلظت سازگار شده در اثر مشکلات در جویدن و بلعیدن غذا.
- در صورت رژیم غذایی غنی از انرژی: رژیم غذایی عادی غنی شده با انرژی اضافی، اکثراً بشکل چربی اضافی.
- در صورت رژیم غذایی کم انرژی: در صورت بطور مثال اضافه وزن، چاقی یا بیماری هایی که روی متابولیسم تأثیر میگذارد. قبل از درخواست رژیم غذایی کم انرژی برای فرزندتان باید فرزندتان توصیه های فردی در این بابت را از تأسیسات خدمات صحت دریافت کرده باشد.
- در صورت رژیم غذایی سازگار شده در اثر دیابت: بعضی خوراک ها بطور مثال پراته، شیربرنج، کچالو میده شده و شوره ممکن باعث ایجاد مشکلات برای افراد مبتلا به دیابت باشند، ولی تنظیم و سازگاری غذا نظر به نیازمندی های فردی بسیار مهم است.
- در صورت تنظیم و سازگار ساختن غذاها و یا محیط صرف غذا در صورت اختلال غذایی که در آن فرزندتان فقط چند غذاهای مخصوص را خورده میتواند.
- در صورت تنظیم و سازگار ساختن غذاها و یا محیط صرف غذا در صورت اختلال عصبی تکوینی (NPF).

برای وعده های غذایی مخصوص چه چیزهایی پیشکش میشوند؟

ما غذاهای گیاهی را به شاگردان علاقمند تهیه میکنیم.

در صورت تنظیم و سازگاری های دیگر

اگر فرزندتان به رژیم غذایی سازگار برای افراد مبتلا به دیابت، رژیم غذایی کم انرژی، رژیم غذایی دارای انرژی اضافی، رژیم غذایی سازگار شده از لحاظ غلظت نیاز داشته باشد، مکتب شما و فرزندتان را به جلسه همراه با نماینده گان مکتب دعوت خواهد کرد.

اگر فرزندتان به رژیم غذایی سازگار برای افراد مبتلا به دیابت، رژیم غذایی کم انرژی، رژیم غذایی دارای انرژی اضافی، رژیم غذایی سازگار شده از لحاظ غلظت نیاز داشته باشد، مکتب در جریان جلسه جزئیات تصدیق دکتور همراه با توصیه های فردی را مد نظر میگیرد.

اگر فرزندتان مبتلا به اختلال غذایی که در آن فقط چند غذاهای مخصوص را خورده میتواند و یا هم مبتلا به اختلال عصبی تکوینی (NPF) باشد و ضرورت داشته باشد تا در یک محیط سازگار شده غذا صرف کند، مکتب سنجش خواهد کرد که فرزندتان در زمان صرف غذا به چه نوع سازگاری و حمایت نیاز دارد.

تصدیق دکتور را چه وقت باید ارائه کنید؟

شما بعنوان سرپرست قانونی باید در موارد زیر یک تصدیق دکتور را همراه با درخواست رژیم غذایی مخصوص و وعده های غذایی مخصوص ارائه کنید:

- موجودیت خطر شوک انافیلاکتیک (عکس العمل های حساسیتی شدید).
- وقتی که شاگرد ادویه اضطرابی بطور مثال زرق قلمی ادرینالین را باخود داشته باشد.
- موجودیت چند آلرژی (سه یا بیشتر حساسیت ها).
- حساسیت قابل انتقال توسط هوا.
- حساسیت قابل انتقال توسط تماس.
- حساسیت ناتوان کننده که از انواع حساسیت هایی است که تهدید کننده حیات نیست ولی منجر به کاهش کیفیت زندگی، توانایی انجام کارها و حضور در تأسیسات تحصیلی یا سایر سرگرمی ها میشود (بطور مثال استما، شکم دردی، اسهال، دلبدی، پت، خارش، آگزیما، سردردی، مشکلات تنفسی).
- بیماری سلیاک/عدم تحمل گلوتن.
- نیاز به رژیم غذایی مناسب برای افراد مبتلا به دیابت.
- نیاز به سازگار ساختن غلظت غذا در صورت مشکلات در جویدن و بلعیدن غذا.
- نیاز به رژیم غذایی غنی از انرژی.
- نیاز به رژیم غذایی کم انرژی.

در صورت موجودیت هر گونه ابهام، مکتب میتواند از شما خواهش کند که یک تصدیق دکتور را تقدیم کنید.

از این رو باید یک تصدیق دکتور را ارائه کنید

بر شما لازم است که یک تصدیق دکتور را ارائه کنید تا معلوم شود که شاگرد به حساسیت یا بیماری مبتلا است و ما اطمینان حاصل کنیم که او به بهترین نحوه درمان میشود. بمنظور ایجاد سهولت و دلایل عملی سوابق از دوسیه بیماران نوشته شده توسط دکتور یا متخصص تغذیه در زمره تصدیق دکتور محسوب میشود.

تصدیق دکتور را چطور ارائه میکنید؟

شما بعنوان اولیاء باید یک تصدیق دکتور را همراه با فورم درخواست در آغاز هر سال تعلیمی ارائه کنید. این میتواند یک کاپی تصدیق قبلی یا یک تصدیق جدید باشد.

یک تصدیق دکتور تا چه زمانی قابل اعتبار میباشد؟

تصدیق دکتور تا زمانی که در تصدیق درج میباشد، قابل اعتبار میباشد. اگر میعاد اعتبار در تصدیق درج نباشد، باید تصدیق را هر یک سال در میان تجدید کنید.

دوره امتحانی

اگر قرار باشد که فرزندتان بنا بر یک حساسیت از یک مواد غذایی طی یک دوره امتحانی پرهیز کند یا خوردن یک مواد غذایی را برای مدتی امتحان کند که قبلاً در مقابل آن حساسیت داشت، این مهم است که قبل از درخواست دوره امتحانی اولاً با تأسیسات خدمات صحتی به تماس شوید.

در صورتیکه قرار باشد فرزندتان از یک مواد غذایی پرهیز کند

شما بعنوان اولیاء باید یک فورم درخواست را ارائه کنید و در آن ذکر کنید که طول دوره امتحانی چقدر باید باشد. بعد از سپری شدن دوره امتحانی باید یک فورم درخواست جدید را همراه با تصدیق دکتور احتمالی ارائه کنید. در صورتیکه شما بعنوان اولیاء بعد از سپری شدن دوره امتحانی یک فورم درخواست جدید را ارائه نکنید، رژیم غذایی مخصوص فرزندتان قطع خواهد شد.

اگر قرار باشد که فرزندتان یک مواد غذایی را امتحان کند که قبلاً در مقابل آن حساسیت داشت

بهتر اینست که فرزندتان مواد غذایی جدید را اولاً در خانه امتحان کند. در صورت وجود نیامدن مشکلات در خانه، فرزندتان میتواند این مواد غذایی را تا مدتی در مکتب نیز امتحان کند. شما بعنوان اولیاء باید یک فورم درخواست جدید را ارائه کنید و در آن ذکر کنید که دوره امتحانی برای چه مدت زمانی باید ادامه داشته باشد. بعد از سپری شدن دوره امتحانی باید یک فورم درخواست جدید ارائه کنید.

غیابت در صورت رژیم غذایی مخصوص و وعده غذایی مخصوص

شما بعنوان اولیاء مکلف هستید تا در صورت غیابت فرزندتان، مکتب را همیشه مطلع سازید تا بخش تهیه غذای مکتب فرزندتان در جریان باشد. در غیر این صورت وقت، مواد غذایی و پول مصرف میشود تا رژیم غذایی مخصوص یا وعده غذایی مخصوص تهیه شود که اصلاً فرزندتان آنرا مصرف نخواهد کرد. شما باید مطابق به دستور العمل مکتب از غیابت فرزندتان مطلع سازید. این مهم است که شما پیش از پیش مطلع سازید که فرزندتان چه وقت پس به مکتب باز خواهد گشت.

رژیم غذایی مخصوص یا وعده غذایی مخصوص در صورتی قطع میگردد که فرزندتان بدون مطلع ساختن بخش تهیه غذای مکتب طی 14 روز مسلسل از آن استفاده نکند. اگر فرزندتان بعد از غیابت 14 روز باز هم نیاز به رژیم غذایی مخصوص یا وعده غذایی مخصوص داشته باشد، باید یک فورم درخواست جدید از طرف شما اولیاء تقدیم گردد.

با مکتب طفل خود ارتباط بگیرید

اگر سوالاتی یا نظریاتی در مورد رژیم غذایی مخصوص و وعده غذایی مخصوص نزد شما خلق شده اند، لطفاً با مکتب فرزندتان به تماس شوید.