

معلومات إلى أولياء الأمور

عند الحاجة إلى جِمية خاصة ووجبة طعام مُعدّلة لطفلك

إدارة شؤون المدارس الأساسية في بلدية يوتيبوري تتبع "التوصيات الوطنية للجمية الخاصة ووجبة الطعام المُعدّلة في روضة الأطفال والمدرسة" التي أصدرها قسم الغذاء والتغذية، وكذلك "المبادئ التوجيهية الوطنية لوجبات الطعام في المدرسة" التي أصدرتها مصلحة مراقبة المواد الغذائية".

معلومات عن استمارة الطلب

عندما يحتاج طفلك إلى جِمية خاصة ووجبة طعام مُعدّلة فمن المهم أن يقوم ولي الأمر بملء استمارة الطلب على نحو صحيح. إذا كانت حضانة الطفل مشتركة بين الوالدين فيجب أن يوقع كلا الوالدين على استمارة الطلب. يجب على ولي الأمر أن يسلم استمارة الطلب سوية مع شهادة طبية – إن وُجدت – إلى المسؤول عن الصف عند بداية كل عام دراسي جديد في موعد أقصاه أسبوعان بعد بداية فصل الخريف الدراسي. وعند حدوث تعديل على غذاء طفلك يجب عليك تقديم استمارة طلب جديدة.

إذا كان طفلك يرغب بغذاء من الخضار أو غذاء من دون لحم خنزير، فتوجد في قائمة الطعام بدائل من الخضار ولا تحتاج إلى تقديم استمارة الطلب. أما إذا كان طفلك يرغب بغذاء من الخضار أو غذاء من دون لحم خنزير وفي الوقت نفسه يحتاج إلى جِمية خاصة أو وجبة طعام مُعدّلة، فيجب عليك ملء ذلك في استمارة الطلب لكي تقوم المدرسة بطهي طعام مناسب لرغبة طفلك.

متى يمكنك كولي أمر الطفل أن تتقدم بطلب الحصول على جِمية خاصة لطفلك؟

- عند وجود تحسس (أرجية): عندما يكون لدى الجهاز المناعي رد فعل على مواد غذائية معينة. وقد يسبب التحسس ردود فعل خفيفة أو خطيرة. أمثلة على التحسس: صويا، بيض، بروتين حليب البقر، سمك. وهناك عدد قليل من الناس لديهم تحسس ينتقل عن طريق الهواء أو تحسس عند التلامس.
- عند وجود تحسس مُتصالب: عندما يكون شخص لديه تحسس من غبار الطلع من شجر البتولا أو تحسس من الحشائش فقد تكون هناك ردة فعل من الجسم على مواد مشابهة مثل: الثمار ذات النواة أو التفاح أو البندق وغير ذلك. وغالباً لا تكون ردود الفعل خطيرة وقد تنحصر مثلاً في حكة في الفم أو البلعوم. وفي أغلب الأحيان يتحمل الشخص المادة الغذائية بعد تسخينها. ولكن يوجد أشخاص تكون ردود فعلهم خطيرة، حتى وإن لم يكن ذلك شائعاً.
- عند عدم تحمّل اللكتوز: حينما تكون قدرة الجسم على تفكيك اللكتوز ضعيفة. لا يسبب ردود فعل خطيرة، ولكنه يسبب ضيقاً وألماً في المعدة وإسهالاً وغازات في المعدة. لا يستوجب عدم تحمّل اللكتوز إبراز شهادة طبية.
- عند عدم تحمّل الغلوتين: مرض يتضرر فيه جزء من الأمعاء عند تناول الغلوتين. ويتطلب حمية صارمة خالية من الغلوتين.
- في حالات ردود الفعل الأخرى عند فرط التحسس: قد تكون عند أشخاص معينين ردود فعل ذات أعراض خفيفة مثل الاحمرار حول الفم عندما يأكلون فواكه أو خضار أو ثمار عنبية.
- كما توجد أسباب أخرى أقل شيوعاً تستدعي الحصول على جِمية خاصة. ويمكنك أن تملأ ذلك تحت عنوان "أمور أخرى/Annat" في استمارة الطلب، وسوف تتواصل المدرسة معك لاحقاً عند اللزوم.

متى يمكنك كولي أمر الطفل أن تتقدم بطلب الحصول على وجبة طعام مُعدّلة لطفلك؟

- عند اختيار الحمية النباتية القاسية: غذاء الخضار حصراً.

- عند تكييف القوام: غذاء عادي ذو قوام متكيف بسبب وجود صعوبات في العلك والبلع.
- عند الغذاء الغني بالطاقة: غذاء عادي مدعوم بطاقة إضافية، على شكل دهن غالباً.
- عند الغذاء القليل الطاقة: على سبيل المثال عند زيادة الوزن أو البدانة أو الأمراض التي تؤثر على الاستقلاب. قبل أن تقدّم طلب الحصول على غذاء قليل طاقة لطفلك يجب أن يكون طفلك قد حصل على نصائح فردية بذلك من جهات الرعاية الصحية والطبية.
- عند وجبات الطعام المتكيفة بسبب مرض السكري: قد توجد وجبات طعام معيّنة صعبة على مرضى السكري، مثل فطائر بانكاكا وعصيدة الرز والبطاطس المهروسة والشوربة. ولكن التكيف الفردي أمر هام.
- عند تكييف وجبات الطعام و/أو بيئة الوجبة عند الأكل الانتقائي حينما لا يأكل طفلك سوى عدد قليل من المواد الغذائية فقط.
- عند تكييف وجبات الطعام و/أو بيئة الوجبة عند الإصابة بتأخرات وظيفية عصبية نفسية (NPF).

ما الذي نقدّمه في وجبات الطعام المعدّلة؟

نقدّم حمية نباتية قاسية للتلاميذ الذين يرغبون بها.

عند التكييفات الأخرى

إذا كان طفلك بحاجة إلى حمية متكيفة مع مرض السكري أو غذاء قليل الطاقة أو غذاء غني بالطاقة أو غذاء ذي قوام متكيف عند الأكل الانتقائي و/أو بيئة الوجبة عند الإصابة بتأخرات وظيفية عصبية نفسية (NPF)، فسوف تستدعيك المدرسة أنت وطفلك لحضور اجتماع مع ممثلين عن المدرسة.

إذا كان طفلك بحاجة إلى غذاء مناسب لمرض السكري أو غذاء قليل الطاقة أو غذاء غني بالطاقة أو غذاء ذي قوام متكيف فتستند المدرسة أثناء الاجتماع إلى الشهادة الطبية المحتوية على النصائح الفردية.

إذا كان طفلك بحاجة إلى تكييف بيئة وجبات الطعام وما هي وجبات الطعام المقدّمة عند الأكل الانتقائي أو الإصابة بتأخرات وظيفية عصبية نفسية (NPF)، فإن المدرسة تنظر فيما يحتاجه طفلك للتكيف والدعم أثناء الوجبة.

متى يجب عليك تقديم شهادة طبية؟

يحتاج ولي الأمر إلى تسليم شهادة طبية مع طلب الحصول على حمية خاصة ووجبة طعام معدّلة إذا كان لدى طفلك:

- احتمال الإصابة بصدمة صعوبة التنفس (التأقي).
- عندما يتناول التلميذ دواء طارئاً، مثل حقنة أدرينالين.
- عند وجود تحسس متعدد (ثلاث تحسسات أو أكثر).
- التحسس المنقول بالهواء.
- التحسس المنقول بالتلامس.
- التحسس الذي يسبب تأخراً وظيفياً: وهو تحسس غير خطير على الحياة ولكنه يؤدي إلى سوء جودة الحياة وضعف المقدرة على الأداء والحضور (مثل الربو وآلام المعدة والإسهال والشعور بالغثيان والطفح الشروي والحكة والأكزيمة والصداع وصعوبات في التنفس).
- عدم تحمّل الغلوتين.
- الحاجة إلى غذاء مناسب لمرض السكري.
- الحاجة إلى تكييف القوام عند العلك والبلع.
- الحاجة إلى غذاء غني بالطاقة.

- الحاجة إلى غذاء فقير بالطاقة.

في حال وجود أمور غير واضحة فقد تطلب المدرسة تسليم شهادة طبية.

أسباب تقديم الشهادة الطبية

تحتاج إلى تسليم شهادة طبية لكي نرى أن التلميذ لديه تحسس مثبت أو تشخيص وأنه يتلقى العلاج بالطريقة الأفضل. ولأسباب عملية يمكن قبول المستخلص من السجل الطبي الذي دونه طبيب أو أخصائي تغذية ليكون بمثابة شهادة طبية.

كيف تقدّم الشهادة الطبية؟

يقدم ولي الأمر الشهادة الطبية مع استمارة الطلب قبل بدء العام الدراسي الجديد. وقد تكون نسخة عن الشهادة الطبية السابقة أو شهادة جديدة.

ما مدة صلاحية الشهادة الطبية؟

تسري الشهادة الطبية خلال الفترة المذكورة في الشهادة. وإن لم تُذكر فيها مدة الصلاحية فيجب تجديدها مرة كل عامين.

فترة اختبار

إذا كان طفلك - بسبب تحسس أو فرط الحساسية - سوف يختبر حذف مادة غذائية أو يختبر مادة غذائية كان لديه تحسس منها سابقاً، فمن المهم أن تتصل أولاً بجهة الرعاية قبل أن تقدّم طلب إجراء فترة الاختبار.

إذا كان طفلك سوف يختبر حذف مادة غذائية

تقوم أنت ولي الأمر بتسليم استمارة الطلب وتذكر فيها طول مدة فترة الاختبار. وبعد انتهاء فترة الاختبار يجب عليك تسليم استمارة طلب جديدة مُحدّثة سوية مع شهادة طبية إن لزم الأمر. وإذا لم يقم ولي الأمر بتسليم استمارة طلب جديدة عند انتهاء فترة الاختبار فسوف تتوقف الجِمية الخاصة للطفل.

إذا كان طفلك سوف يختبر حذف مادة غذائية كان لديه تحسس منها سابقاً

الأفضل أن يقوم طفلك بتجريب المادة الغذائية الجديدة في البيت. وإن سارت الأمور على ما يرام في البيت فيمكن عندئذ إجراء فترة الاختبار في المدرسة أيضاً. تقوم أنت ولي الأمر بتسليم استمارة طلب جديدة وتذكر فيها طول مدة فترة الاختبار. وبعد انتهاء فترة الاختبار يجب عليك تسليم استمارة طلب مُحدّثة إلى المدرسة.

الغياب عند وجود جِمية خاصة ووجبة طعام مُعدّلة

يجب عليك أنت ولي الأمر دائماً أن تبليغ عن غياب طفلك بحيث يصل ذلك إلى القائمين على إعداد الطعام في مدرسة طفلك. وإلا فسوف يُبدل وقت ومواد غذائية وأموال لإعداد الجِمية الخاصة أو وجبة الطعام المُعدّلة التي لن يتناولها طفلك. يجب عليك أن تبليغ عن غياب طفلك وفق الروتينات المتبعة في المدرسة. ومن المهم أن تبليغ عن تاريخ عودة طفلك إلى المدرسة مجدداً.

سوف تتوقف الجِمية الخاصة أو وجبة الطعام المُعدّلة لطفلك في حال عدم جلب الطعام لمدة 14 يوماً بدون التبليغ عن الغياب إلى القائمين على إعداد الطعام في المدرسة. إذا كان طفلك لا يزال بحاجة إلى جِمية خاصة أو وجبة طعام مُعدّلة بعد غيابه 14 يوماً فيجب على ولي الأمر تقديم استمارة طلب جديدة.

اتصل بمدرسة طفلك

اتصل بمدرسة طفلك إذا كانت لديك أسئلة أو وجهات نظر تتعلق بالجِمية الخاصة أو وجبة الطعام المُعدّلة.