



BORLÄNGE



REGION DALARNA

النظام الغذائي الخاص والنظام الغذائي الملائم

المبادئ التوجيهية المشتركة التي تخص Dalarna

نريد في بلدية Dalarna ان نقوم بالتأكيد على سلامة وجبات الطعام وخلق الثقة بها بحيث تكون ذات نوعية جيدة للأطفال والتلاميذ الذين هم زبائن الطعام عندنا. ان جميع بلديات Dalarna قامت بالتعاون مع Region Dalarna (منطقة أو إقليم Dalarna) بوضع وتطوير المبادئ التوجيهية المشتركة الخاصة بنظام الغذاء الخاص ونظام الغذاء المناسب لوجبات الطعام. ونقوم ضمن هذه المادة المكتوبة بوصف أنظمة الطعام الخاصة وكذلك الملائمة والتي يتم توفيرها والشروط اللازمة لها.

إن تقديم الطلب بخصوص الغذاء الخاص والغذاء الملائم يجب أن تقوم به شخصيا وذلك كحاضن أو تلميذ بالغ وتسليمه في وقت مناسب قبل بدء الدورة الدراسية الخريفية كل عام. هناك على www.borlange.se خدمة الكترونية أي E-tjänst من اجل تقديم الطلب، انقر على [Anmälan specialkost](http://www.borlange.se) أي تقديم طلب الغذاء الخاص. وإذا ما حصل تغيير ما خلال الدورة الدراسية السنوية، فيجب حينئذ تجديد الطلب حالا وإذا ما بات الطلب معدوما، فلا داعي إلى تقديمه أساسا.

إن الحاجة إلى الغذاء الخاص بسبب الحساسية المتعلقة بالطعام وكذلك الأمراض ذات العلاقة بالأطعمة والأعراض تبعا لذلك، يجب أن يتم توثيقها من قِبَل الطبيب أو أخصائي الغذاء، مع بعض الاستثناءات (انظر معلومات إضافية). أما الحاجة إلى وجبات الطعام الملائمة على أساس أية إعاقة عصبية نفسية أو ما شابه ذلك، فإن ذلك يتم توثيقه من قِبَل مجموعة صحة التلميذ في المدرسة أو مدير المدرسة التمهيديّة أو الطبيب أو أخصائي الغذاء. إن هذه الوثائق تساعدنا في تأمين كوننا قد حصلنا على المعلومات الصحيحة بخصوص حاجات طفلك أو أطفالك.

نظام الغذاء الخاص بسبب حساسية الطعام أو أعراض ذات العلاقة بالطعام

الحساسية

إذا ما كنتَ أو كان طفلك بحاجة إلى الغذاء الخاص بسبب حساسية الحليب، البيض،



الصويا، السمك، المكسرات، الفول السوداني وغيرها من المواد المسببة للحساسية في الطعام، عليك تسليم أو جلب وثيقة حول الحساسية من قِبَل الطبيب المعالج أو أخصائي الغذاء. يجب تسليم الوثيقة في مدة أقصاها شهر بعد أن نكون قد بدأنا عملنا في تقديم الغذاء الخاص. يجب أن يكون مذكورا في تلك الوثيقة نوع المادة التي تعاني أنت أو يعاني طفلك الحساسية منها وكذلك المدة التي تكون فيها الوثيقة نافذة المفعول. هناك الكثير من الحساسيات التي تزول مع العمر، وعليه فإن على الطبيب المسؤول متابعة الطفل بصورة منتظمة كي لا يتم استبعاد الطعام من دون سبب. عندما ينتهي مفعول الوثيقة أي تاريخها، عندئذٍ يجب تسليم وثيقة جديدة مكتوبة من قِبَل الطبيب المسؤول أو أخصائي الغذاء كي تحصل أنت وطفلك على الغذاء الخاص.

لو أنك تعاني أو طفلك يعاني من حساسية مفرطة، عليك التحدث بصورة خاصة إلى صحة التلميذ في المدرسة أو إلى مدير المدرسة التمهيدية بخصوص ما يجب عمله في حالة وجود ضمني لرد فعل متعلق بالحساسية.

ردود الفعل المتقاطعة أو المتفاعلة عند وجود حساسية حبوب اللقاح

بما أن ردود الفعل المتقاطعة ضد التفاح، الفاكهة ذات النواة وكذلك الجزر في حالة وجود حساسية حبوب اللقاح، فإن ذلك من شأنه أن يؤدي إلى خلق المشاكل أو ردود الفعل السلبية كالألم أو الانزعاج. إذا ما كنت بحاجة أنت وكذلك طفلك إلى استبعاد هذه الأنواع من الطعام، فيجب أن تكتب ذلك في الورقة الخاصة بتقديم الطلب من دون الحاجة إلى أية وثيقة من الطبيب أو أخصائي الغذاء إذا ما كان الأمر متعلقا بالمواد الغذائية النيئة أي الخام. أما إذا كانت هذه المواد الغذائية بحاجة إلى الاستبعاد بعد طبخها أي في شكل مطبوخ، فإن الأمر يطلب حينئذٍ وثيقة من قِبَل الطبيب أو أخصائي الغذاء.

الحساسية ضد المواد الغذائية ذات اللون الأحمر

هناك أطفال في المدرسة التمهيدية والذين يُصابون بالمشاكل أو الانزعاج بسبب المواد الغذائية الحمراء، مثلا الفراولة والطماطم. إن هذه المشاكل لا علاقة لها بالحساسية وليست من النوع الخطير. إذا ما كان طفلك بحاجة إلى تجنب بعض المواد الغذائية ذات اللون الأحمر، عليك القيام بتسليم ورقة تقديم طلب بخصوص الغذاء الخاص حيث تكتب فيها أسماء المواد الغذائية التي يجب تجنبها، بيد أن هذا لا يتطلب وثيقة من طبيب أو من أخصائي الغذاء. ومن أجل حصول طفلك على الغذاء الخاص من دون المواد الغذائية ذات اللون الأحمر في شكل طعام مطبوخ، حينئذٍ لا بد من وثيقة طبيب من الطبيب أو من أخصائي الغذاء.

عدم تحمّل اللاكتوز

إن الأعراض التي تتعلق بعدم تحمّل اللاكتوز من الممكن أن تكون غير سارة وبغيضة بيد أنها ليست خطيرة. إن الأكثرية التي تعاني من عدم تحمّل اللاكتوز بإمكانها أن تأكل أو



تتناول القليل من اللاكتوز. إن عدم تحمّل اللاكتوز لدى الأطفال في المدرسة التمهيدية نادر في السويد، والأعراض التي قد تظهر لا بد من التحقق منها والتحقق حولها من قبل الطبيب. وفي هذه الحالة يجب أن تقوم بتسليم وثيقة من الطبيب أو أخصائي الغذاء كي يحصل طفلك على الغذاء الخالي من اللاكتوز في المدرسة التمهيدية. أما إذا كنت أنت أو طفلك تداوم أو يداوم في المدرسة، فليس هناك من حاجة إلى وثيقة من الطبيب أو أخصائي الغذاء كي تحصل على الغذاء الخالي من اللاكتوز.

الاضطرابات الهضمية

يتم توفير الغذاء الخالي من بروتينات الحبوب إذا ما كنت/طفلك تعاني من المرض celiaki أي الاضطرابات الهضمية. إن هذا المرض يُعتبر من الأمراض طويلة المدى بحيث تبقى طول العمر وحيث العلاج الوحيد هو تجنب تناول الغذاء الحاوي على الغلوتين أي الدابوق الذي هو عبارة عن بروتينات الحبوب. يجب أن تقوم بتسليم وثيقة مكتوبة من قبل الطبيب المعالج أو أخصائي الغذاء تؤكد الإصابة بمرض celiaki المتعلق بالاضطرابات الهضمية كي تحصل أنت/طفلك على الغذاء الخالي من بروتينات الحبوب. أن تقوم بنفسك أو تتجرأ على إبعاد بروتينات الحبوب من الطعام بسبب مشاكل البطن أو الجهاز الهضمي بصورة عامة، فإن ذلك من شأنه أن يؤدي إلى عدم الكشف عن السبب الحقيقي وراء مشاكل البطن. وعليه فإننا لا نقوم بتقديم الغذاء الخالي من بروتينات الحبوب في حالة عدم توثيق الحاجة إلى ذلك الغذاء عن طريق وثيقة من الطبيب أو أخصائي الغذاء.

متلازمة القولون العصبي (IBS)

إذا ما كنت/طفلك بحاجة إلى الغذاء الخاص بسبب الإصابة بمرض القولون العصبي أو أي مرض آخر متعلق بأمراض البطن والأمعاء، فإن عليك تسليم وثيقة من الطبيب المعالج أو أخصائي الغذاء. يجب أن يظهر في الوثيقة أسماء المواد الغذائية التي يجب إبعادها عن الطعام والمدى الزمني الذي تكون الوثيقة فيه نافذة المفعول. عند انتهاء فترة الوثيقة من سيران مفعولها، يجب تسليم وثيقة جديدة من الطبيب المعالج أو أخصائي الغذاء.

أسباب أو دواعي أخرى للحصول على الغذاء الخاص

إذا ما كنت/طفلك بحاجة إلى الغذاء الخاص بسبب أمراض أخرى، مثل مرض السكري، عليك تسليم وثيقة من الطبيب المعالج أو أخصائي الغذاء. يجب أن تكون في الوثيقة معلومات ذات أهمية وان تظهر المدى الزمني لسيران مفعول الوثيقة. وفي حال انتهاء مدة الوثيقة، يجب تسليم وثيقة جديدة من أجل الحصول على الغذاء الخاص.

وجبات الطعام الملائمة

إذا ما كنت/طفلك بحاجة إلى وجبات الطعام التي تكون ملائمة أو مناسبة بسبب الإعاقة الوظيفية من الناحية الجسمية، الحسية، الذهنية أو المتعلقة بالنمو العام، مثل الإعاقة



الوظيفية العصبية النفسية (NPF) أو اضطراب الأكل، ففي هذه الحالة تستطيع أنت/طفلك الحصول على وجبات الطعام الملائمة للحاجات الخاصة. ومن أجل الحصول على وجبات الطعام الملائمة لتلك الحاجات، يجب أن يتم توثيق ذلك من قِبَل مدير المدرسة التمهيديّة، مجموعة صحة التلميذ في المدرسة أو من الطبيب المعالج أو أخصائي الغذاء. يتم في المدرسة التمهيديّة ودائماً الإقدام على التكييف الفردي لوجبات الطعام. وبالنسبة لتلاميذ المدرسة الذين هم بحاجة إلى مثل هذا التكييف لتكون وجبات الطعام مناسبة لهم بسبب من (NPF)، فإن بلدية Borlänge تقوم في المقام الأول بتوفير قائمة طعام ثابتة مداها الزمني 5 أيام مع أطباق بديلة. إضافة إلى هذه القائمة فإن التلميذ مرحّب به أن يتناول الطعام الذي يتم توفيره ضمن تقديم الطعام العادي. إذا ما كنت/طفلك بحاجة إلى تكييف إضافي متعلق بوجبة الظهيرة أي الغداء، الفطور أو الوجبات الخفيفة التي عادة ما يتم تناولها بين الوجبات الرئيسية، فإن ذلك ممكن عمله بالتنسيق معك/طفلك، مجموعة صحة التلميذ المدرسية والمسؤولين في المطبخ. إن مجموعة صحة التلميذ المدرسية أو مدير المدرسة التمهيديّة يقومان بمساعدتك ومساعدة طفلك إذا ما كنت أنت/طفلك بحاجة إلى أي نوع من التكييف بخصوص البيئة أو المكان الذي تأكل أنت/طفلك فيه.

وجبات الطعام الملائمة لأسباب دينية

إذا ما كنت أنت/طفلك بحاجة إلى إبعاد وتجنب بعض المواد الغذائية المعينة ذات العلاقة بأحد من الأديان العالمية المسيحية، اليهودية، الإسلام، البوذية والهندوسية، ففي هذه الحالة يتم توفير وجبات طعام مناسبة تبعاً لذلك. إن هذا النوع من الطعام الملائم قد يكون طعاماً نباتياً. وهذا النوع من الطعام ليس من الضروري الإبلاغ عنه في الخدمة الإلكترونية التابعة لبلدية Borlänge إذ انه - أي هذا النوع من الطعام - يكون عادة موجوداً في المدارس وذلك في البوفيه. انه وفي المدرسة الابتدائية فانك تتكلم مع أخصائي التربية المسئول حيث يقوم بإبلاغ هذا الأمر إلى المطبخ.

الطعام النباتي

إذا ما كنت أنت/ طفلك تختار إبعاد الطعام الذي هو من أصل حيواني، فإن الطعام النباتي يتم توفيره تبعاً لذلك، وفي هذا الحالة فانك لست بحاجة إلى الإبلاغ عن ذلك في الخدمة الإلكترونية التابعة لبلدية Borlänge، إذ أن المدارس هناك عادة ما تقوم بتوفير البدائل النباتية وذلك في البوفيه. تستطيع في المدرسة التمهيديّة التحدث عن ذلك مع أخصائي التربية المسئول الذي بدوره يقوم بإبلاغ المطبخ بخصوص هذا الأمر.

الحمية النباتية (الشكل الحاد والمتطرف من الغذاء النباتي)

في حالة وجود حاجة إلى الحمية النباتية، يتم ذلك بالإبلاغ عنه في الخدمة الإلكترونية التابعة لبلدية Borlänge، بيد انه لا يمكن ضمان الدقة الغذائية فيها.



BORLÄNGE