

الفهرس

النظافة داخل المحيط المدرسي

تمهيد

I- نظافة المحلات.

- ✓ الموقع.
- ✓ محيط المدرسة.
- ✓ فناء المدرسة
- ✓ أقسام المدرسة.
- ✓ المراقد.
- ✓ الماء الصالح للشرب.
- ✓ دورات المياه.
- ✓ المحلات.
- ✓ التهوية.

II- نظافة التغذية.

- ✓ إجبارية اليقظة في كل الأوقات.
- ✓ تصنيف الحوادث الناتجة عن التغذية.
- ✓ التسمم.
- ✓ العدوى.
- ✓ التنبؤ للحوادث التي تنجم عن التغذية.
- ✓ تنقل البضائع.

- ✓ تسليم البضائع.
- ✓ تحضير و تقديم الوجبات.
- ✓ وقت تحضير الوجبات.
- ✓ الأوحال.
- ✓ تحضير المواد الغذائية.
- ✓ الطبخ.
- ✓ بقايا المواد.
- ✓ نظافة الأواني المطبخية.
- ✓ الوجبة الغذائية.
- III- نظافة الجسم.

- ✓ تجنب حاملي الأمراض المعدية.
- ✓ نظافة الجسم.
- ✓ نظافة الثياب.
- ✓ التدابير الوقائية.
- ✓ إعلام السلطة السلمية.
- ✓ تلقى التلاميذ.
- ✓ إجبارية المراقبة الصحية.
- ✓ تلقى الوسط المدرسي.

الخاتمة

الفصل الأول: نظافة المحلات
من الصفحة 05 إلى الصفحة 12

. I

الفصل الثاني: نظافة التغذية
من الصفحة 12 إلى الصفحة 19

. II

الفصل الثالث: النظافة البدنية
من الصفحة 19 إلى الصفحة 23

. III

تمهيد:

النظافة هي الوسيلة التي تبقى الجسم في صحة جيدة.

بدأت النظافة بالتطور السريع نتيجة لاكتشافات باستور وبهذا التوسع مجال النظافة داخل الوسط المدرسي وأصبح من اهتمامات الأساسية للبشرية جمعاء.

تعريف النظافة: هي في وجهة نظر ابستولوجية: علم الصحة وهدفها موضوعه هو حفظ الصحة البشرية الجسمية والأخلاقية. إن الأمر رقم 76/79 بتاريخ 23 أكتوبر 1976 تحدد النظافة داخل الوسط المدرسي وخاصة المادة رقم 121 من الأمر وتشير إلى ترقية نظافة التلاميذ في وسطهم المدرسي من خلال ما يلي:

- (1) مراقبة حالة الصحة كل تلميذ وكل معلم وكل عامل.
- (2) تنظيم مختلف النشاطات التربوية الصحية حيث لا تقتصر فقط على التلاميذ وحدهم بل تشمل أيضا أوليائهم وجميع عمال المؤسسة.
- (3) مراقبة حالة جميع المحلات وملحقاتها للمؤسسات التربوية بما فيها العمومية والخاصة.

(4) اتخاذ التدابير للمكافحة ضد الأمراض المتنقلة.

وهذا التعريف جاء نتيجة تطبيق قانون الصحة الذي صدر بعد مضي سنوات عديدة كان فيها التسيير ناقصا وغير مقبول.

لمحة تاريخية حول تطبيق النظافة منذ الاستقلال:

المرسوم رقم 63/394 الصادر بتاريخ 07 أكتوبر 1963 ربط الصحة المدرسية مبدئيا إلى وزارة التربية الوطنية ووزارة الصحة العمومية والسكان إدماجها في مكتب حماية الصحة protection médical وبقي ينشط حسب النظام الساري العمل به أثناء الاستعمار في محلاته القديمة أي المركز الطبي المدرسي تحت

إشراف المتخصصين في النظافة والأعوان شبه طبيين الذين عينتهم وزارة الصحة العمومية داخل مراكز الطب المدرسي إلا أن هذه المراكز لم تغط جميع القطر الجزائري بل كانت فقط في المدن الكبرى بينما انعدمت بالريف مما أدى إلى عدم توسيع نسبة التمدرس خارج المدن وكانت لا تلبي جميع حاجيات التمدرس ولو داخل المدن في حد ذاتها إلى غاية صدور المرسوم 74/2 الصادر بتاريخ 16 جانفي 1974 المتعلق بالطب المجاني الذي فتح بدوره طريق إمكانية نظامية للصحة المدرسية إذا بهذا نستنتج ما يلي: هي مجموعة من التقنيات الطبية والإدارية مهمتها حماية صحة الطفل المتمدرس وإعطائه كل التوجيهات الضرورية للعناية بصحته وكذا عائلته هذا من جهة ومن جهة أخرى متابعة تطور حالة صحة هذا الطفل.

ونظرا للتطور النمو الديموغرافي والكثافة السكانية وخاصة في الوسط المدرسي استدركت السلطات هذه المعطيات باستنادها إلى الأمر 35/76 المؤرخة في 16/04/1976 رقم 05/85 المؤرخ في 16/02/1985 المعدل والمكمل المتعلق بحماية وترقية الصحة يقرر ما يلي :

المادة الأولى: إنشاء فوج وزاري للتنسيق بين مختلف القطاعات في مجال الصحة والوسط المدرسي.

المادة الثانية: الفوج الوزاري للتنسيق فوج دائم للتشاور والتنسيق بين المؤسسات والهيكل الفاعلة التي تشارك في ضمان حماية صحة الطفل في الوسط التربوي وهذا يخص ما يلي:

- ترقية العلاقات بين جميع الشركاء المعنيين بالصحة في الوسط التربوي.
- انجاز واقتراح برنامج سنوي أو على مدى عدة سنوات .

➤ تشجيع كل نشاط يرمي إلى ترشيد استعمال الإمكانيات المتوفرة قصد تحقيق الأهداف المحددة.

➤ السهر على تطبيق البرنامج المحدد وتقسيم نتائجه وتحرير تقرير بذلك للوزراء المعنيين.

➤ توجيه التقرير السنوي لرئيس الحكومة من 07/31 من كل سنة.

➤ القيام بالزيارات التفثيشية لمعينة مدى تطبيق القرارات المتخذة.

إن هذا الفوج الوزاري للتنسيق يوضع تحت رئاسة وزير التربية والمكون من:

❖ ممثلي الوزارات

1- التربية الوطنية

2- الصحة والسكان

3- الداخلية والجماعات المحلية

4- المالية

5- التكوين المهني

6- الشبيبة والرياضة

7- التعليم العالي والبحث العالمي

8- التضامن الوطني

9- الاتصال والثقافة

10- الشؤون الدينية

11- ممثل الفيدرالية لجمعية أولياء التلاميذ

وعلى مستوى الولاية توضع تحت رئاسة مدراء التربية والمدراء المكلفين التابعين للوزارات المذكورة.

ولما أسندت هذه المهمة لوزارة التربية الوطنية تابعة هذه الموضوع بإصدار عدة تعليمات ومناشير تطبيقية في الميدان وهذا بعد إنشاء مجموعة من وحدات الكشف والمتابعة عبر كل ولايات القطر، تتمركز جلها في الثانويات وتسهر على التكفل بالمقاطعة المسندة لها في مجال التربوي بمختلف أطواره وهذا بوضع عدة مناشير منها:

■ المنشور الوزاري رقم 698 المؤرخ في 1996/07/01.

■ المنشور الوزاري رقم 233 المؤرخ في 1996/10/09.

■ المنشور المتضمن قائمة التجهيزات التي ينبغي اقتناؤها.

■ المنشور الوزاري المشترك رقم 144 الصادر في

1997/03/24 المتضمن تحديد المقاييس المحلات والتجهيزات الخاصة
بوحدات الكشف والمتابعة.

■ المنشور الوزاري رقم 99/1128 المؤرخ في 1999/08/21 والذي

يحدد كيفية استغلال الموارد المالية المحصلة من مساهمة التلاميذ في
ميدان الصحة المدرسية والتعليمية الصادرة ضمن ميزانية التسيير
2001 التي تحدد كيفية استغلال الميزانية 2001 الخاصة بالصحة
المدرسية وهذا بنسبة لتوسيع وحدات الكشف وإعادة التهيئة ووضع
خريطة صحية مدرسية وهذا:

- بدراسة وضعية الوحدات الغير وظيفية.
- الأبعاد المتوخاة من عملية تنصيب الوحدات.
- مسائل سير وحدات الكشف والمتابعة الصحية.

أ- الوسائل البشرية.

ب- الوسائل المادية.

ج - الوسائل المالية.

■ ومن سنة 1999 قامت الوزارة بتوسيع الوحدة لتشمل كذلك المواد الأساسية لعيادة الأسنان وتحديد التجهيزات والمواد التي ينبغي اقتناؤها ولبلوغ الأهداف المتوخاة أصبحت الوزارات تقدر مبالغ مالية هامة ضمن ميزانية التسيير قصد التحكم في عمل وحسن تسيير الوحدة، وما زال إلى يومنا هذا تصدر مناقشير في هذا الشأن.

ولهذا الغرض أحاول أن أدارس هذا الموضوع الذي كلفت به والذي يتطلب جمع معلومات دقيقة فقط لأننا لسنا أطباء ولا خبراء في هذا المجال. لنتعمق فيه إلى النهاية وإنما كل ما في الأمر جمع بعض المعلومات من خلال البحوث التي قمت بها والبعض الآخر من التكوين واعتمادا على التجربة في الميدان والمسار المهني سهل لي إن احضر المعلومات الأساسية في الموضوع والتي تمكن كل مسئول يحب مهنته أن يطبقها بدون أي صعوبات وهذا الموضوع يقتصر على ثلاث مجاور كبرى: نظافة المحلات / النظافة الجسمانية / نظافة التغذية. ولعل المحور الثالث أخذ أهمية بالغة لما فيه من خصوصيات، ولما يترتب عليه من عواقب .

إن هاجس تقريب المدرسة من الطفل يقتضي تمركز المدرسة في المجتمع السكني الأكثر كثافة سكانية، إلى أن المدرسة الأساسية أصبحت تابعة للتهيئة العمرانية بضرورة من جهة و من جهة أخرى إنشاء مدرسة تركز أساسا على خريطة مدروسة تأخذ بعين الاعتبار ضرورة إنشاء الشبكة الممتدة للمدارس الأساسية التكاملية المكان و الأرضية البعيدة عن الطرق الكبرى التي يكثر فيها حركة السيارات تفاديا للتلوث و ضجيج حتى نضمن الظروف الأمنية و الصحية و بصورة عامة لا بد من أن تأخذ المدرسة الأساسية بقواعد النظافة الطبيعية:

- إيجاد المدرسة.
- إيجاد فناء للاستراحة و البهو.
- إيجاد قاعات الدراسة وفق الشروط اللازمة.
- إيجاد مرآقد.
- إيجاد مياه صالحة للشرب.
- إيجاد دورات المياه.
- إيجاد محلات أخرى مرفقة.
- التهوية.

إن اختيار المكان يعتبر من القواعد الأساسية إذ يستوجب شروط جد هامة كالإنارة الطبيعية في قاعات الدراسة. و في المدن الأخرى يجب تفادي كل ماله علاقة بالغبار، الغازات، الأوحال، الروائح الكريهة و كذا الضجيج الذي يعيق التلاميذ و لهذا لا يمكن بناء مدارس بالقرب من المصانع أو خطوط السكك الحديدية الأكثر نشاطا أو المطارات.

أما في المناطق النائية لابد من اختبار المكان الملائم ذي طريق السهل لجميع التلاميذ بعيدا عن مجاري المياه و كذا قطع الطرقات و من مهام تقني الصحة أن يلاحظوا مدى تهيئة الأرض من جهة إبعاده عن مكان تواجد أماكن رمي الفضلات تجنباً للحشرات و الفئران التي تجد من هذه الأماكن مأوى لها و لذلك تنقل الأمراض إلى الوسط المدرسي.

1-2-1) فناء الاستراحة و البهو:

أ- فناء الاستراحة: لابد أن يضمن الفناء حيزا بقدر 5 م لكل تلميذ و لا يقل في مجموع عن 200م² لابد أن يكون معرضا لأشعة الشمس و مهوى و لكن مع

تفادي مكوث مطولا في الشمس لابد من غرس الأشجار ليستظل بها التلميذ في وقت الحرارة بحيث تكون بعيدة عن محيط الأقسام نحو 6 أمتار.

ب-البهو: يستحسن انجاز بهو يضمن مساحة 2م لكل طفل، بعلو 4 أمتار يستعمل في أوقات الأمطار به إضاءة كافية و تهوية يقابل الفناء على مدى طوله و لا يكون معرض للرياح و الأمطار.

قاعات الرياضة أن وجدت تكون هي الأخرى المهيأة ذات علو معرضة للتهوية و الإنارة.

1-2-2) قاعات الدراسة: يشترط أن تكون القاعات واسعة من حيث حجم الهواء و كذا مبنية على قواعد أمنية بدراسة شاملة تضمن اكبر قسط من الراحة سهلة التنظيف لمعدل 1.5 م لكل تلميذ و إن يتجاوز طولها 10 أمتار حتى تمكن الطفل من قراءة ما هو مكتوب على السبورة عن بعد لابد أن تكون موجهة لاستصعاب الإنارة الطبيعية و أشعة الشمس و هذا بجعل النوافذ من الجهة اليسار في الجانب العلوي للقاعة على مدى طولها و مباشرة تحت سقفها أولا و تكون قابلة للفتح و الغلق قصد السماح لتهوية من الجانب العلوي لكامل القاعة و لهذا لا يمكن تفوق طاقة استعان القاعة 30 تلميذا (40/26) .

1-2-3) المرافق:

هذا النوع من المرافق يوجد في الداخليات مرفوعة بقاعات الاستحمام و الطبخ و قاعات الأكل، إذا لابد أن تكون واسعة من حيث المساحة و حجم الهواء.

1-2-4) المياه الصالحة لشرب:

لابد من ربط المؤسسة بشبكة تزويد المياه الصالحة لشرب ذات جودة و استعمال خزان الماء مع مراقبة دائمة و كيفية إيصال قنواته عبر مختلف المرافق تضمن لنا التحكم فيه عن قرب و باحترام قواعد النظافة من معالجته و فحصه قبل استعماله.

1-2-5 دورات المياه:

من الضروري وجود دورات المياه في جميع المؤسسات دون استثناء سواء كانت في المناطق الحضرية أو الريفية إن وجدت خارج البنيات و الأجنحة التربوية فلا بد أن تكون قريبة و لا مقابلة لها حتى لا تتسرب الغازات اتجاهها بدافع من الرياح، و إن وجدت داخل المحلات كالمراقد و التي تعتبر جد ضرورية لابد ان يرفق معها المغسل بكمية كبيرة من المياه و كذا المرشات و باحترام القواعد الأمنية لابد من المقاييس في هذا الشأن:

- بيت واحد(مجدلة) لكل من تلميذ إضافة إلى ثلاث EPISSOIRE.

- ثلاث بيوت لكل 100 تلميذة

- 1 مغسل لكل 60 تلميذ LAVABO

1-2-6 محلات:

من الواجب مسك المحلات بصورة نظيفة خالية من الغبار و الحشرات خاصة أوقات الحرارة وكذا المرافق الملحقة لها يوميا ولهذا لا تقتصر فقط على المطبخ والمطعم وغرفة التبريد التي لابد من مراقبة سلامتها يوميا. إن أحسن التحكم في نظافة المحلات واستمرارية ترميمها من التصدعات والتشققات وكذا طلائها وحتى تزينها يجعلنا نضمن بقائها سالمة لمدة اطول ولذا ينبغي بتزويدها بالماء.

1 - نظافة التغذية:

1-2) ضرورة الحذر في كل وقت:

وتبدأ بالوقاية من الحوادث الناجمة عن التغذية وهذا بإعطاء الأهمية البالغة للمطبخ الجماعي ومواجهة لأي خطر من هذا النوع قد يجعل المسؤول عنه يتحمل مدى حياته المسؤولية على الأقل الأخلاقية أو المعنوية و على وجه الخصوص مدير المؤسسة ومقتصدها وانه من الواضح جدا الإشارة إلى ضرورة التحلي رئيس المطبخ باليقظة في كل لحظة سواء في ما يخصه أو يخص العاملين معه احترام قواعد حفظ الصحة التي يتطلبها مجال عمله.

2- تصنيف الحوادث الناجمة عن التغذية:

يمكن وجود صنفين من الحوادث داخل المؤسسة من هذا النوع.

2-2-1) التسمم: هذه الحالة الناتجة عن سوء التسيير وسوء استعمال المواد ذات المركبات الكيماوية والطبيعية التي توضع في إناء مجمع.

2-2-2) العدوى:

تأتي نتيجة لسوء استعمال مواد التي تتطور في الجسم لتحدث بهذا تسممات إضافة إلى هذه الحوادث هناك أمراض ناجمة عن التغذية والتي لا تظهر في الحين بل تأتي مع مضي وقت معين طويلا كان أو قصير كالحمى أو حمى الأمعاء.

2-2-3) تقديرات الحوادث الناجمة عن التغذية:

لا نحصر هذه الأمراض داخل المطبخ فقط بل أحيانا تأتي من الخارج بدا بمصدرها أو تصنيعها داخل الورشات كالمواد الغذائية المصنعة أو الظروف التي سلمت بها البضاعة أو حين تسويقها وتسليمها للمؤسسة وكذا كيفية تخزينها.

2-3-1) تسليم السلع:

إن هذه العملية تستوجب شروطا لابد من مراعاتها كالظروف التي أنتجت فيها أو الوسائل التي استعملت حين نقلها والأجهزة التي حفظة فيها وكيفية استعمالها وبصورة واضحة تكون ذات جودة عالية ونظيفة خالية من الغبار المتداول عليها

في السوق بدا بمعرفة من يسوقها والتأكد من سلامة الممون باحترام مقاييس النظافة.

2-3-2) التسويق (استلام البضائع):

لابد من مراقبة السلع عند اقتنائها ومراقبة الوسيلة التي استعملت لنقلها خاصة بالنسبة للحم ، الدجاج، السمك، والمواد المشتقة من الحليب والزبدة ولهذا الغرض لابد على المسير أن يستوفي جميع الشروط ويجسدها ميدانيا كما يطلب فحصه دوريا من قبل مفتشي البيطري معين من مصالح البيطرية للولاية.

2-4) تحضير وتوزيع الوجبة:

2-4-1) وقت تحضير الوجبة:

2-4-1-1) الأوساخ:

بقدر ما توزع الوجبات وتحضر قبل وقتها بقدر ما نسهل عملية انتشار المكروبات وتطورها خاصة لما نقوم بقطعها إلى عدة أجزاء وهذا بالنسبة للمواد التي لا نقدمها خلال ذلك اليوم.

المطلوب الحذر أثناء طهي الطعام ويستحسن أن تفوق درجة حرارته 65 درجة وان لا نتركها خارجا في حدود 37 درجة وإذا انقضت مدة ساعتين فقط قد يتطور المكروب بصورة خطيرة جدا ويحدث ما لا يكون في الحسبان إضافة إلى تلك التي تتطور بسرعة.

2-4-2) الذواقة (فن حسن الأكل):

إن عملية التذوق للأكل لا تتم إلا إذا كان هذا الأخير متحفظ بدرجة حرارته الأزمة وتفقد الوجبة قسط كبير من جاذبيتها وإغرائها حين تأخذ باردة ولهذا يستحسن أن نبقى بعض المواد داخل الفرن ويتم تجزئتها إلى قطع قبيل توزيعها حتى تحتفظ بمذاقها.

2-4-2) تحضير المواد:

يستلزم حين تحضير الوجبات مراقبة أخيرة للمواد المستعملة وتفحصها بصورة جيدة إذ تعتبر شيء ضروري بالنسبة للمقتصد أو احد أعوانه كل صباح و خاصة إذا استعمل اللحم المرحي الخالي من العظام، وإذا لاحظ رئيس المطبخ أو احد أعوانه شيء يلفت الانتباه أو محل شك عليه بتبليغ المسؤول على جناح السرعة.

2-4-2-1) القلي أو الطهي السريع:

هذه العملية تكون ممددة بغية جميع المواد المضرة المتواجدة داخل اللحم لان من الممكن أن يحدث عكس هذا رغم اتخاذ جميع التدابير اللازمة لتفادي المشاكل وان درجة الحرارة المطلوبة لهذا الغرض هي ما بين 60 درجة و 70 درجة هذا من جهة ومن جهة أخرى لابد من تفادي عملية قلي اللحم بشكل قطع كبيرة وان تجزئته يمكن من محاربة الأضرار بصورة سهلة وسريعة باقتحام درجة الحرارة لكل جزيء من المادة عكس ما هو الحال عليه بالنسبة للقطع الكبيرة الحجم التي من شأنها أن تساعد على تكثف المواد الضارة وإنتاجها لمواد أخرى سامة بمضاعفة المكروبات، أما فيما يخص السمك المجمد في شكل قطع يقص بمنشار ويتم قليه دون عملية الذوبان المسبقة.

- السلاطة:

إن هذه المادة الغذائية الهامة تخزن في نفس الوقت مواد ضارة ولذلك يجب غسلها بالماء الجاري بشكل جيد مع وضعها في إناء بداخله الماء لمدة ساعتين مع إضافة خمس إلى ست قطرات ماء جافيل لكل لتر من الماء.

• ملاحظة:

يمنع تحضير الوجبات ليلة الاستهلاك.

2-4-2-2) بقايا المواد:

لا يسمح بحفظها أكثر من 24 ساعة ويتم ذلك داخل ثلاجة في حالة جيدة الاستعمال ولا يسمح باستخدام المواد الأخرى للمرة الثانية، والشيء الملاحظ حين حفظ المواد بين 20 إلى 40 درجة سهولة مهمة مضاعفة المكروبات وإعادة إنشائها للمواد السامة كظهور عامل جديد لتسمم المواد وتركه في حرية كاملة لنشاطه الضار.

إن اختيار مادة الزيت للقلي يعتبر عملية جد ضرورية لنظافة التغذية وهذا باستعمال النوع المستخرج من مادة طبيعية واحدة وان درجة الحرارة المطلوبة لهذه العملية هي 140 درجة للمرة الأولى وحوالي 175 درجة للمرة الثانية مع مراعاة التنظيف الجيد للجهاز المستعمل لهذا الغرض ونقصد بهذا المواد الكربونية المتبقية من على سطح وجانب الجهاز.

2-4-2-3) غسل الأواني:

إن الماء المستخدم لغسل الأواني لا يمكن مزجه بالمواد المذيلة الغير مسموحة حيث يمنع أي اثر لهذه المواد حتى وان كانت بكمية ضئيلة جداً، المطلوب استعمال الماء الجاري والساخن في نفس الوقت بشكل عقلائي دون تبذير لهذه المادة الحية، كما يستوجب منا مراقبة آلات الغسيل المخصصة لهذا الغرض. أن الماء المستعمل الممزوج ببعض المواد المسموحة لنظافة الأواني لنظافة الأواني لا يكف أن لم يتبع ببعض الخطوات الواردة في المعادلة الخاصة بالنظافة.

- العملية التي تسبق الغسيل:

هي رش الأواني بالماء من غير مادة إضافية بدرجة حرارة 40 درجة لإزالة بعض المواد العجينية والدهنية.

- العملية الموالية:

الغسيل بطريقة رش الماء المضاف إليه مادة مسموحة بدرجة حرارة تتراوح من 55 إلى 60 درجة.

- الخطوة الأخيرة:

هي عملية رش الأواني بالماء الخالي من أي مادة مضافة حتى وإن كانت مسموحة في درجة حرارة تقدر بـ 90 درجة.

2-4-3 الوجبة:

إن ضرورة الوجبات تخضع إلى قواعد التغذية والانضباط العام، وفي إطار الوقاية من الاضطرابات الناجمة عن التغذية من الضروري تسجيل ما يلي:

المدة المخصصة لتناول الوجبة لكونها تكتسي طابع ذا فائدة وأهمية بالغة، وإن التلاميذ المستفيدين من الوجبات داخل المؤسسات التربوية اعتمدوا على الأكل بسرعة فائقة رغم أن عمليتي سحق وهضم المواد الغذائية يلعبان دوراً أساسياً والاستغناء عنهما يحدث اضطرابات تؤدي حتماً إلى وقوع أمراض خاصة بالجهاز الهضمي وعلينا أن نعود التلاميذ على الطريقة العقلانية المتبعة لتناول وجبة غذائية كاملة بأخذ الوقت الكافي لتجزئة وسحق المواد بصورة ملائمة وبذلك نكون قد استبدلنا العادة السيئة بأخرى تضمن استمراريتها طيلة حياتهم.

نموذج للتوقيت المخصص للوجبات:

- | | |
|-----------------|---------------|
| 15 دقيقة | - فطور الصباح |
| 30 إلى 45 دقيقة | - الغذاء |
| 15 دقيقة | - العصر ونية |
| 30 إلى 45 دقيقة | - العشاء |

المطلوب من موظف المصلحة الاقتصادية السهر على هذا النظام المتبع وعلى المدير والمستشار التربوي توعية التلاميذ وإفادات انتباههم عن الأخطار الناجمة

عن تناول الوجبة بشكل سريع ويسهران على أن تأخذ الوجبة بشكل عادي حتى وان اضطررنا إلى معاقبة كل من يخالف هذه القواعد الخاصة بالتغذية كتوجيه إنذارات شفوية أو كتابية للتلاميذ بغية سلامة صحتهم والابتعاد عن الأخطار الناجمة عن عملية سوء الهضم من جهة ومن جهة أخرى التعود على العادات الحسنة منذ الطفولة وان المراقبة داخل قاعة الأكل تكون متسمة خاصة على الأطفال الصغار.

إن توفير قسط من الوقت للاستراحة بعد تناول كل وجبة لا يقل أهمية عن سابقه وان القصد منه ترك الجهاز الهضمي يكمل دوره بارتياحه، ربع ساعة بعد فطور الصباح ساعة ، بعد الفطور نصف ساعة، بعد العصرية وساعة أخرى بعد العشاء.

الهضم الجيد:

ينتج عنه وبصورة فعالة هدوء عند التلاميذ والابتعاد من القلق وخاصة إذا أتمناه ببعض الحركات الرياضية البسيطة أثناء وقت الاستراحة إذ يعتبر أسلوبا حضريا مستعمل.

• ملاحظة:

أخرى تخص اللعب الخاصة لحفظ الوجبات، هذه الطريقة أن سمح باستعمالها لابد أن تخضع إلى مراقبة صارمة، ومعرفة محتواها، كون المواد المحفوظة بدرجة حرارة معينة معرضة للإتلاف بسرعة وتصبح في نفس الوقت ضارة.

3-1) نظافة الموظفين والعمل (وخاصة الذين يعملون داخل المطبخ

وملحقاته):

إن مجموعة من الخبراء في هذا الميدان ومن بينهم العالم اوريك شانك أكد أن الإنسان هو المصدر الرئيسي الذي يسبب التسممات الغذائية والتي تصبح

بدورها مصنع للبكتيريا السريعة النشاط إذ لابد من اتخاذ جميع التدابير اللازمة لتفادي هذه الظاهرة كي نضمن شروط جيدة من الأمن والنظافة.

3-1-1) تجب حاملي الأمراض المعدية:

إن العدوة أكثر انتشارا مصدرها الإنسان بطبيعته يتداول أشياء عديدة ويستعملها بكثرة ولهذا الغرض لابد أن نسهر عن قرب على حالة صحة وسلامة عمال المطبخ والمطعم بجدية ولا بد أن نبعد كل عال يحمل داء كحوى الأمعاء عن الأماكن التي لها علاقة بالتغذية بدءا من المخزن، المطبخ، قاعات الأكل حتى الشفاء التام والتأكد منه بعد التحاليل المطلوبة دون استثناء الأمراض الجلدية التي لها التهابات في اليدين والذراع كونها سهلة التنقل عبر المواد الغذائية المستعملة من إنسان لآخر وإذا لوحظ شيء من هذا القبيل نقوم بإبعاد العامل ع هذا المكان.

1-2) نظافة الجسم:

يشترط على عامل المطبخ والمطعم نظافة جسمية دائمة ومستمرة ولهذا يشترط على المسير مراقبة هذه العملية بكل يقظة كونه مربى يعطي بعض الإرشادات الصحية كغسل اليدين جيدا بالصابون عند خروجه من المرحاض ومسحهم بمنديل من الورق الذي لا يستعمل إلا مرة واحدة، نصحهم بقص الأظافر والحلاقة الجيدة ويمنع عنهم التدخين داخل المطعم والمخزن وكذا البصق في هذه الأماكن مع استعمال أيضا قفاز اليدين مع تنظيفه جيدا قبل وبعد استعماله والحفاظ عليه في مكان جاف.

3-4-3) نظافة الثياب:

وجوب ملابس العمال بيضاء اللون حتى تسهل متابعة مراقبتها باستمرار لأول وهلة.

يمنع دخول الموظفين الأجانب إلى المطبخ وأماكن تحضير الوجبات.
عدم وضع ملابس العمال في الأماكن المخصصة للمواد الغذائية ووضعها في
غرفة خاصة لهذا الغرض.

ترك الأحذية خارج المطبخ ولبس أخرى خاصة به.

3-2) النظافة الخاصة بالتلاميذ:

من المعلوم أن العلاج الطبي يعتبر من أول التدابير التي يجب أخذها عند
حدوث أي مشكل في هذا الشأن ولهذا يجب استدعاء طبيب على جناح السرعة
وينقلون المرضى إلى مؤسسات استشفائية بغية تعاطي العلاج الخاص بالتسمم
والعدوى.

3-2-1) الاحتياطات اللازمة:

إن تشخيص العامل المتسبب من أولوية الأمور وبمجرد حدوث أي مرض ناجم
عن التغذية يجب السهر على ما يلي:

- عدم رمي بقايا الأكل بل تحفظ عينة منها بغية إجراء تحاليل مخبرية لها
ربما تسربت مادة داسمة في مكوناته.
- جمع بعض التلاميذ المصابين بالسعال والقي والشهاق.
- إبعاد باقي التلاميذ الداخليين عن التلاميذ المصابين.
- حصر التلاميذ المصابين في جهة معينة لعدم انتشار المرض.
- أمثلة عن بعض الأمراض التي تصيب التلاميذ:
- السعال الديكي: إبعاد المصابين مدة 30 يوما
- الدفتيريا: إبعاد المصابين مدة 30 يوما بعد العلاج داخل المستشفى.
- البوتشر: يعزل المرضى في العيادة حتى الشفاء التام وتطعيم المرضى الذين
لم يسبق لهم هذه العملية.

- **حمى الأمعاء:** نقل المرضى بسرعة إلى المستشفى قصد المتابعة الدقيقة منحهم راحة:

20 يوما بعد العلاج والتأكد من أن المصابين أجريت لهم تحاليل مرتين في ظرف 08 أيام والتأكد من أن النتيجة سلبية لا تحمل بقيا المرض.

- **الرمد:** يعالج داخل العيادة حتى الشفاء التام.
وهناك بعض الحالات التي يجب معالجتها داخل العيادة دون طرد التلاميذ أو عزلهم.

- **تبليغ السلطات الوصية والسليمة.**
لابد من تبليغ السلطات السليمة كمديرية التربية والولاية وحتى الوزارة إن اقتضى الأمر ويتم التبليغ عن طريق الهاتف، الفاكس ويتبع بتقرير شامل عن أسباب المرض وعدد المصابين والنتائج التي وصلت إليها هذه العملية والهدف من هذا إشراك المسؤولين لاتخاذ التدابير الضرورية قصد التقليل من حدة الخطر وتجنيد كل من يهمه الأمر.

3-3) تلقيح التلاميذ: جميع الطرق المتخذة لا فعالية لها ما لم يعرف فيها مسار الطفل القادم إلى المدرسة وهذا بحصر جميع المعلومات الخاصة به قبل التمدرس وأخذها بعين الاعتبار والرجوع إليها عند الحاجة وهذا في إطار حماية الطفولة. متابعة الطفل خاصة في الأطوار الأولى من التمدرس.
التأكد ان الطفل اخذ كل التلقيحات في المرحلة ما قبل التمدرس.
ضمان الوقاية من الوسط الجانبي.

نظافة الجسم واللباس

اجراء الفحوص الطبية للأطفال خاصة السنة 1-6-9 أساسي.
فحص النظر، الجسم، الأسنان، أمراض العيون.

3-4) ضرورة الوقاية الطبية للتربية البدنية والرياضية:

لابد على طبيب المدرسة أن يصنف تلاميذ إلى مجموعة أصناف الفوج (أ) يصلح لممارسة الرياضة.

الفوج (ب) يمكن له ممارسة بعض الأنشطة الرياضية الخاصة.

الفوج (ج) التلاميذ المعفيين من الرياضة.

● ملاحظة:

الطبيب هو الشخص الوحيد الذي من صلاحياته اتخاذ قرار الإعفاء من الرياضة.

3-5) تلقين الوسط المدرسي:

أ- بالنسبة للمعلم: تزويد المعلم ببعض المعلومات الخاصة حول المنطقة ومشاكلها وهذا من قبل مصلحة الوقاية خلال زيارتها الميدانية في هذا الشأن.

ب- بالنسبة للتلاميذ: إعطائهم بعض الدروس القصيرة المدة تشمل نظافة المحيط والبيئة وكذا الأمراض المتنقلة عبر المياه خاصة الأطوار الأولى.

- مراجع بعض العادات السيئة التي من شأنها أن تضر بصحة الطفل.

- إعطاء بعض الأمثلة وتطبيقها داخل القسم لاستدراك العادات الحسنة وإدماجها في ذهنية الطفل.

- إعطاء بعض الدروس للتلاميذ تمكنهم من الاتكال على الأنفس.

1- نظافة الجسم:

● نظافة الفم والأسنان

● نظافة العقل.

● نظافة البدن.

● نظافة الملابس.

2- نظافة المحيط والوسط المدرسي:

- الماء والماء الغير صالح.
- التلقينات.
- الأمراض المتنقلة
- نظافة التغذية.
- تجنب التدخين والكحول.

الخاتمة

وكخلاصة نستطيع القول أن الصحة المدرسية و النظافة لا بد أن تشمل جميع التلاميذ بدءا من المدرسة الأم.

إن إنجاح هذه المهمة النبيلة لا يمكن و لا ينتج عنها نتائج حسنة الا بما يلي:
نوعية الطفل عند سنه المبكر بقواعد النظافة في الوسط المدرسي.
منحه العادات الحسنة و هذا باشتراك كل فئات المجتمع بطريقة مباشرة أو غير مباشرة.

العلاقة مع السلطات المسؤولة عن النظافة.

تكوين المعلمين في هذا الشأن.

إشراك الطاقم الطبي في هذه المهمة و أولياء التلاميذ و السلطات المحلية كل هؤلاء المعنيين لا بد عليهم من بذل كل ما في وسعهم من اجل التلميذ.
و شكرا