

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

مدارس
مروج سلامت



تعريف

- HPS به منزله يك نظام براي ارتقاي سلامت است كه با مشاركت فعالانه اولياء، مربيان و دانش آموزان و با رويکرد توانمند سازي دانش آموزان در زمينه مراقبت از خود، فرهنگ خود مراقبتي (Selfcare) و آموزش همسانان و همسالان، منجر به افزايش ظرفيت ها و توانمند سازي مردم در مورد سالم زندگي كردن، سالم كار كردن و آموزش با كيفيت خواهد شد

فواید مدرسه مروج سلامت

- اعتماد به نفس، عزت نفس، ارتباطات و مهارت های ارتباطی برای رفاه و سلامت روانی حیاتی هستند.
- تشویق دانش آموزان به ورود در تصمیم گیری ها بسیار مهم است.
- یادگیری و تجارب در مدرسه دانش آموزان را برای رسیدن به سلامت کامل کمک می کند.
- به احتمال زیاد رفتارهای بهداشتی و ارزش های کسب شده در دوران کودکی و نوجوانی در طول زندگی ادامه پیدا می کند.

هدف کلی

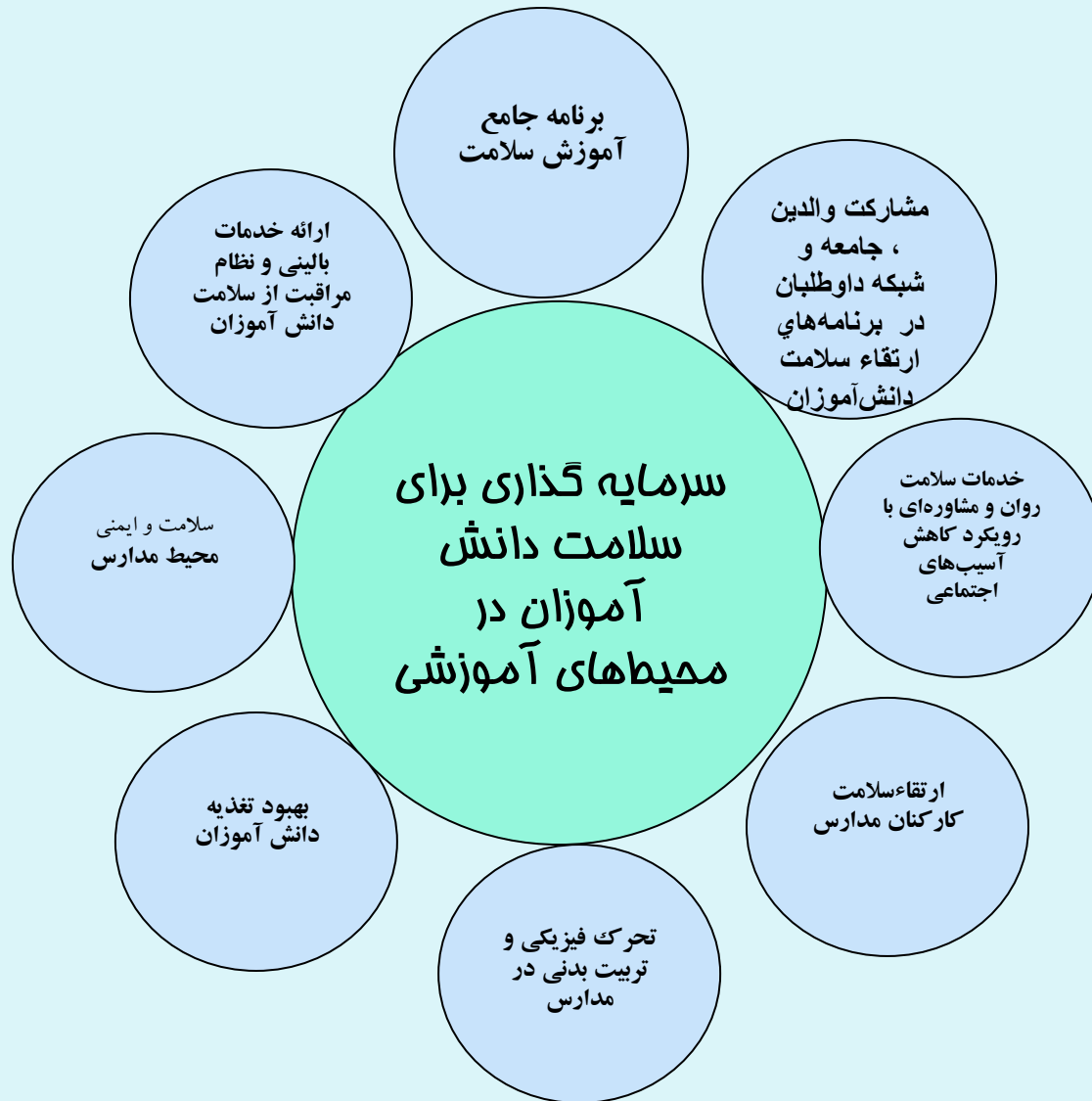
:

ترویج و استقرار مفاهیم ارتقای سلامت در بین
دانش آموزان مدارس کشور از طریق استقرار نظام
مدارس مروج سلامت

اهداف اختصاصی:

- ✓ توانمند سازی دانش آموزان ، پرسنل ، اولیاء و مربیان در زمینه مفاهیم ارتقای سلامت نوجوانان و جوانان و ساختار مدارس مروج سلامت
- ✓ ارائه خدمات سلامت در یک مجموعه ادغام یافته و ارتقای شاخص های آن در سطح کلیه مدارس کشور
- ✓ گرد آوری و استفاده از حداقل داده ها برای جمع آوری شاخص ها و اطلاعات به منظور پایش ، برنامه ریزی ، ارزشیابی و رتبه بندی مدارس مروج سلامت
- ✓ بهبود وضعیت بیماریابی و درمان دانش آموزان مبتلا به اختلالات و مشکلات سلامتی
- ✓ بهبود الگوهای تغذیه ای دانش آموزان
- ✓ پیشگیری از رفتارهای مخاطره آمیز سلامت در دانش آموزان
- ✓ بهبود شرایط فیزیکی و بهداشت محیط در مدارس
- ✓ افزایش مشارکت دانش آموزان ، کارکنان ، اولیاء و مربیان در زمینه ارتقای سلامت نوجوانان و جوانان و جامعه در قالب شکل گیری برنامه داوطلبان سلامت

Health Promoting Schools (HPS)



مدارك و مستندات مورد نیاز

- 1- دستورالعمل اجرایی مدرسه مروج سلامت
- 2- برنامه مدون آموزشی براساس نیازسنجی
- 3- برنامه تغذیه سالم
- 4- پرونده سلامت مدرسه
- 5- دستورالعمل های ایمنی مدرسه
- 6- دستورالعمل پایگاه تغذیه سالم
- 7- نتایج غربالگری
- 8- شناسنامه سلامت دانش آموزان

مدارك و مستندات مورد نیاز

- 9- شناسنامه سلامت کارکنان
- 10- برنامه حضور و فعالیت های مشاورروانی اجتماعی
- 11- دفتر ثبت وقایع روزانه و گزارشات
- 12- جدول فعالیت های فوق برنامه
- 13- دفتر گزارش روزانه فعالیت های بهداشتی
- 14- منابع آموزشی مورد نیاز
- 15- چک لیست ارزیابی مدرسه مروج سلامت
- 16- فرم های خود ارزیابی مدرسه

مدارك و مستندات مورد نیاز

- 17- آمار داوطلبین سلامت دانش آموزی
- 18- گزارش فعالیت های داوطلبین
- 19- فرم های گزارش موارد بیماری
- 20- فرم و دستورالعمل تکمیل فرم گزارش حوادث
- 21- برنامه آموزشی و مراقبت کارکنان
- 22- برنامه های جلب مشارکت
- 23- نقشه موقعیت مدرسه با توجه به مراکز بهداشتی درمانی، مراکز فرهنگی، ورزشی، موقیت های خطرناک و...
- 24- فهرست اسامی تیم سلامت مدرسه و گزارش فعالیت

اعضاء کمیته سلامت مدرسه

- رئیس کمیته: مدیر مدرسه یا معاون اجرایی مدرسه
- دبیر: مربی بهداشت یا رابط بهداشت مدرسه
- مراقب پرورشی مدرسه
- نمایندگان معلمان مدرسه
- منتخب داوطلبان سلامت
- نمایندگان دانش آموزان یا شورایی دانش آموزی مدرسه
- مسؤول بوفه و تهیه و توزیع مواد غذایی
- نماینده شوراها محلی
- نماینده انجمن اولیا و مربیان

اعضاء کمیته سلامت مدرسه

- توجه: اعضا کمیته مدرسه با نظر و صلاحدید رئیس کمیته مدرسه و کمیته شهرستانی و با توجه به نیازهای بهداشتی و ماهیت جامعه قابل افزایش است.
- این تیم رهبری و هدایت فعالیت های سلامت را در مدرسه به عهده دارد و کارکنان و دانش آموزان مدرسه را جهت ترویج مفهوم مدارس مروج سلامت آماده می کند

فعالیت تیم مدرسه:

- مدیریت در توسعه و ایجاد یک دیدگاه مشترك و تدوین یک برنامه عملیاتی
- تهیه برنامه زمانبندی برای اجرای برنامه
- اجرای برنامه مطابق برنامه عملیاتی و زمانبندی
- طراحی شیوه نظارت بر فعالیت های انجام شده از برنامه عملیاتی و تعیین مسئولیت ها برای اجرای فعالیت ها به طور آشکار

فعالیت تیم مدرسه

- تهیه گزارش فعالیت های انجام شده
- تشریح وظایف و توقعات اعضای تیم و نیز زمان برگزاری جلسات
- هدایت یا هماهنگی در جهت ارائه روش های ارائه اطلاعات به کارکنان مدرسه و اعضای جامعه و برنامه ریزی و اجرای دوره های آموزشی برای دانش آموزان، اولیا و کارکنان
- برقراری ارتباط با کارکنان بخش آموزش و بهداشت و درمان
-
- به طور ایده آل تیم سلامت مدرسه بین 8 و 14 عضو دارد

اجرای ۸ محور
برنامه های مدارس مروج سلامت
در مدرسه

۱- برنامه جامع آموزش سلامت در مدارس

* وجود یک برد که در آن عناوین آموزشی مشخص باشد

* نصب پوستر مدرسه مروج سلامت در مدرسه

* برنامه توجیهی دانش‌آموزان، معلمان، کارکنان در ارتباط با اهداف برنامه و مروج سلامت

* مطالب و منابع آموزشی مرتبط با سلامتی در قالب بروشور و پمفلت یا نصب تراکت و پوستر آموزشی و فیلم‌های آموزشی در ارتباط با موارد هشت‌گانه اجزاء HPS و بیماریها/بهداشت فردی/بهداشت تغذیه/بهداشت محیط/بهداشت روان و رفتارهای پرخطر

* اجرای برنامه فعالیت‌های بهداشتی طبق تقویم مناسبت‌های بهداشتی

* ارائه آموزشی‌های بهداشتی توسط رابط یا دعوت از سخنران ویژه دانش‌آموزان و کارکنان و اولیاء

ایستگاه بهداشت مدرسه مروج سلامت

چگونه

این پوستر شامل تصاویر یک کودک با کوله‌پشتی، یک قلب بزرگ، و یک کودک که در حال راه رفتن است. همچنین شامل متن آموزشی در مورد بهداشت و ایمنی است.

بهداشت

این پوستر شامل تصاویر کودکانی که در حال شستن دست‌ها و مسواک زدن هستند. همچنین شامل متن آموزشی در مورد بهداشت شخصی است.

سلامت

این پوستر شامل تصاویر کودکانی که در حال راه رفتن و نشستن هستند. همچنین شامل متن آموزشی در مورد سلامت جسمانی است.

این پوستر بزرگ شامل چندین پنل است که هر یک شامل متن آموزشی و تصاویر مرتبط است. همچنین شامل لوگوهای سازمان‌های بهداشتی است.

بهداشت

این پوستر کوچک شامل تصاویر یک کودک که در حال نشستن در میز است. همچنین شامل متن آموزشی در مورد بهداشت است.

چربی

این پوستر شامل تصویر یک چاقو که در حال بریدن یک پرتقال است. همچنین شامل متن آموزشی در مورد چربی است.

روستای

این پوستر شامل تصاویر کودکانی که در حال نشستن و ایستادن هستند. همچنین شامل متن آموزشی در مورد وضعیت بدن است.

روستای

این پوستر شامل تصاویر کودکانی که در حال ایستادن و نشستن هستند. همچنین شامل متن آموزشی در مورد وضعیت بدن است.

۲- ارائه خدمات بالینی در مدرسه

- * وجود یک شناسنامه سلامت برای هر دانش آموز
- * تکمیل واکسیناسیون برای دانش آموزان مدرسه
- * انجام غربالگری در مدارس
- * وجود جعبه کمک‌های اولیه در مدرسه
- * وجود حداقل ۱ نفر، فرد آموزش دیده برای انجام کمک‌های اولیه
- * هماهنگی با سیستم ارجاع در مدارس
- * وجود پزشک، پرستار و یا مراقب سلامت یا رابط بهداشت در مدارس به طور منظم و یا با برنامه تعیین شده

انجام معاینات غربالگری دانش آموزان



انجام معاینات پزشکی دانش آموزان



۳- سلامت محیط در مدرسه

فراهم نمودن موارد زیر :

*دسترسی کامل به آب آشامیدنی سالم

*دستشویی و توالت‌های بهداشتی

* دفع بهداشتی زباله و وجود سطل زباله‌های کافی

*نور و حرارت کافی در کلاس‌ها

*اقدامات مؤثر در ایمن سازی مدرسه در پیشگیری از حوادث

*بهداشت محیط مناسب مدرسه

*اهتمام در ایجاد فضای سبز در مدارس

نظافت و پاکیزگی محیط مدرسه



۴- بهبود تغذیه در مدارس

- * رعایت فروش و مصرف مواد غذایی سالم (مجاز و غیر مجاز)
- * نظارت و بازدید منظم از بوفه توسط رابط بهداشت
- * داشتن گواهی صحت سلامت و مجوز فعالیت متصدی بوفه
- * برنامه‌های فرهنگ سازی و نظارت بر شیر مدارس

تغذیه سالم جهت دانش آموزان و پرسنل مدرسه





۵- تحرک فیزیکی و فعالیت بدنی در مدارس

- * حداقل ساعاتی برای فعالیت جسمی دانش آموزان در برنامه درسی
- * فراهم آوردن فرصت مناسب برای حضور تمامی دانش آموزان و کارکنان در ورزش صبحگاهی
- * فراهم آوردن حداقل امکانات لازم برای فعالیت جسمی دانش آموزان و کارکنان در مدرسه

مسابقات ورزشي مدرسه



۶- ارتقای سلامت کارکنان مدرسه

- * ایجاد تسهیلات لازم غربالگری سالیانه کارکنان توسط مرکز بهداشت
- * آموزش کارکنان در زمینه حداقل ۲ مورد بهداشتی
- * اهتمام در ایجاد یک تسهیلات ورزشی در مدرسه
- * اقدام در ایجاد یک برنامه تغذیه صحیح برای کارکنان
- * تهیه و توزیع بسته‌های بهداشتی آموزشی جهت کارکنان

معاینه کارکنان مدرسه



آموزش پرسنل و معلمان مدرسه



۸- مشارکت والدین و جامعه در برنامه‌های ارتقای سلامت در مدارس و شبکه داوطلبان سلامت دانش‌آموزان

- * بررسی مسائل سلامت مدرسه در انجمن اولیاء و مربیان
- * جلب مشارکت و پشتیبانی انجمن‌های محلی از مدرسه مروج سلامت (مالی و ...)
- * برنامه آموزش سلامت برای خانواده‌ها با همکاری انجمن اولیاء و مربیان و مراکز بهداشت حداقل ۲ جلسه
- * وجود تیم سفیران سلامت آموزش دیده در مدرسه حداقل در ۵ گروه اصلی
- * اقدامات مؤثر ارتقاء فعالیت سفیران سلامت (حداقل ۵ مورد)

فرآیند ارزیابی و اعطای نشان به مدارس

- بعد از انتخاب مدارس، چک لیست ممیزی داخلی در اختیار مدرسه قرار داده خواهد شد. این چک لیست توسط تیم ممیزی مدرسه تکمیل و نتیجه به کمیته شهرستانی منطقه اطلاع داده می شود.
- این کمیته موظف است چک لیست را بررسی و اولین ممیزی خارجی را با استفاده از چک لیستهای مربوطه انجام و به مدرسه فرصت دهد تا برای رفع مشکلات اقدام نماید.
- پس از آن مجدداً ممیزی خارجی انجام خواهد شد
- پس از انجام ممیزی خارجی نهایی و در صورت کسب امتیاز لازم (حداقل 55 امتیاز از 100 امتیاز کل) مدرسه بعنوان مروج سلامت شناخته شده و به ترتیب زیر رتبه بندی خواهد شد.

امتیاز دہی مدارس مروج سلامت

- مدرسہ مروج سلامت 5 ستارہ..... 91-100 امتیاز
- مدرسہ مروج سلامت 4 ستارہ 82-90 امتیاز
- مدرسہ مروج سلامت 3 ستارہ..... 73-81 امتیاز
- مدرسہ مروج سلامت 2 ستارہ..... 64-72 امتیاز
- مدرسہ مروج سلامت 1 ستارہ..... 55-63 امتیاز

اختصاص فضایی بعنوان اتاق بهداشت در مدرسه و تجهیز آن



ایجاد فضای سبز در مدرسه با مشارکت شهرداری



تهیه و نصب بورد بهداشت مدارس



برگزاری مناسبتهای بهداشتی در مدرسه



نظارت و بازدید از بوفه مدرسه و رفع مشکلات موجود



نظارت بر برنامه صبحانه دانش آموزان مدرسه



برپايي نمايشگاه هاي سلامت



جشنواره غذای سالم



گرامیداشت هفته ها و مناسبتهای بهداشتی



تهیه دوچرخه جهت دانش آموزان و کارکنان مدرسه با مشارکت شهر داری



جشنواره تغذیه با مشارکت والدین مدرسه



تهیه وسایل ورزشی جهت پرسنل مدرسه



ایجاد فضاي سبز با مشارکت شهرداری در مدرسه



نشان مدرسه مروج سلامت



جعبه کمک‌های اولیه



ایجاد فضای سبز با مشارکت دانش آموزان مدرسه



ایجاد فضای سبز در مدرسه با مشارکت دانش آموزان مدرسه



A close-up photograph of several pink and white plumeria flowers (Frangipani) in bloom. The flowers have five petals, with a gradient from light pink to white and a yellow-orange center. They are attached to dark brown stems. The background is a soft-focus green, suggesting foliage.

شادو خزه

باشيد