

معاون محترم بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ...

موضوع: آموزش مادران در برنامه مشارکتی - حمایتی

با سلام و احترام

همانطور که مستحضر هستید یکی از اهداف آموزشی در برنامه مشارکتی - حمایتی بهبود وضع تغذیه کودکان، آموزش تئوری و عملی مادران در زمینه تغذیه کودکان می باشد. به طوری که اهدای سبد غذایی در برنامه حمایتی نیز منوط بر آموزش مادران بطور ماهانه می باشد. با توجه به نقش دانش تغذیه ای مادران در بهبود وضع تغذیه کودکان خواهشمند است در تدوین برنامه آموزشی ویژه مادران در سال جاری موارد زیر مد نظر قرار گیرد.

- کلیه آموزشها بر اساس فرهنگ و سواد، وضعیت اقتصادی - اجتماعی، عادات غذایی، غذاهای بومی و دسترسی خانواده برنامه ریزی و ارائه شود.
- مادرانی که کودکانشان سبد غذایی دریافت می کنند هر ماه در کلاس های آموزشی شرکت نموده و فهرست آنان به کمیته امداد امام خمینی (ره) جهت دریافت سبد غذایی ارسال گردد.
- در جلسات آموزشی با بحث های گروهی و استفاده از تجارب مادران موفق در امر تغذیه کودکان می توان انتقال اطلاعات را افزایش داد و در صورت امکان در کلاس ها برخی غذاها به طور عملی تهیه گردد.

سرفصل های آموزشی در کلاس ها عبارتند از:

- تغذیه انحصاری با شیر مادر
- آشنائی با گروه های غذایی و جایگزین ها در هر گروه
- اصول تغذیه تکمیلی (سن شروع، ترتیب معرفی غذاهای کمکی، ویژگی های غذاهای کمکی و...)
- نحوه ی مقوی و مغذی کردن غذای کودک با تاکید بر استفاده از غذاهای بومی
- پیشگیری و کنترل کمبود ریز مغذی ها از جمله نحوه ی استفاده از مکمل های ویتامینی و منابع غذایی آنان)
- ویتامین A، مولتی ویتامین، آهن و... و توصیه های تغذیه ای کاربردی در زمینه منابع غذایی آنها
- تغذیه کودکان ۱ تا ۲ سال
- تغذیه کودکان ۲ تا ۵ سال
- میان وعده های غذایی
- بد غذایی در کودکان
- رفتارهای تغذیه ای کودکان
- تغذیه در دوران بیماری و نقاهت

شماره: ۵۳۱۱/۵۱۱۱
تاریخ: ۱۳۹۳/۰۴/۱۵
پوست بدارد


جمهوری اسلامی ایران
وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی



- اصول بهداشتی در تغذیه کودک