משרד החינוך
המינהל הפדגוגי
אגף זה"ב, בריאות ונגישות

בוחרים בריא
نختار أن نكون أصحاء

משרד הבריאות
לחיים בריאים יותר

ننتبه إلى ♥ السيلياك

نموذج لبيئة واعية
للطلاب المصابين بمرض السيلياك
في رياض الأطفال

الافتتاحية

الصحة مفهوم شامل يتضمن الصحة البدنية والنفسية والعاطفية والاجتماعية والبيئية. يهدف التثقيف الصحي إلى تعزيز المعرفة والوعي الاجتماعي، وغرس العادات الصحية، والحفاظ على أنماط حياة صحية، وبالتالي خلق بيئة واعية لجميع الطلاب في النظام التعليمي.

يتعلّم في رياض الأطفال طلاب مصابون بالسيلياك، هؤلاء الطلاب المصابون بداء السيلياك هم طلاب كغيرهم من الأطفال. في الوقت نفسه، يُطلب من هؤلاء الطلاب اتباع نظام غذائي صارم طوال حياتهم، والتعامل مع التحديات الصحية والاجتماعية والعاطفية.

للبيئة التعليمية تأثير كبير على هذه الجوانب: بصفتنا مربين، يتمثل دورنا في تعزيز بيئة شاملة ومتقبلة، تعمل على خلق مساحة للانتماء في المجتمع التعليمي، إلى جانب تمكين نقاط قوة الطالب وقدراته، مع تقديم القدوة الحسنة.

تم تطوير نموذج "الاهتمام بداء السيلياك - بيئة واعية للطلاب المصابين بداء السيلياك في المدارس الابتدائية" من منظور شامل ومتساوٍ. كمجتمع يُربي على المسؤولية المشتركة، نرى في هذا النموذج فرصة مهمة لتطبيق التربية القيمية عمليًا.

أفرات لاوفر
مديرة شعبة الحذر على الطرق، والصحّة والمنالية

أورنه باز
مديرة شعبة كبيرة للتربية في الطفولة الغضّة

د. ميراف تورجمان
مسؤولة رياض الأطفال

الإدارة التربوية، وزارة التربية والتعليم

طاقم الكتابة

شعبة الحذر على الطرق ("زهاف")، والصحّة والمنالية، الإدارة التربوية، وزارة التربية والتعليم:
إفرات لاوفر، مديرة الشعبة؛
التحرير وتركيز الكتابة: دغانيت هلر-إرام، سيغال دلال، مرشدات قُطريّات للصحّة؛
طاقم الإرشاد القُطريّ: أفيتال برزيلاي، معيان بار يهودا، رافيت تسيتيات، ربى جابر؛

قرأوا وقدّموا ملاحظاتهم (بالترتيب الأبجديّ العبريّ):
أورنه باز، مديرة شعبة كبيرة للطفولة الغضّة، الإدارة التربوية، وزارة التربية والتعليم؛
أورلي ناعيم، مسؤولة الدمج والاحتواء، شعبة كبيرة للتربية في الطفولة الغضّة، الإدارة التربوية، وزارة التربية والتعليم؛
أييلت رايخ، مديرة مواقع الإنترنت والمنالية الرقمية، إدارة التكنولوجيات الرقمية والمعلومات، وزارة التربية والتعليم؛
إيتي ليفي، مرشدة قُطرية للاحتواء والاندماج، شعبة كبيرة للتربية في الطفولة الغضّة، الإدارة التربوية، وزارة التربية والتعليم؛
الدكتوره دينا تسيمرمان، مديرة قسم الأمّ والطفل والمراهق في شعبة صحّة الجمهور التابعة لوزارة الصحّة؛
الدكتوره موران بلايخفلد ماغنزي، مديرة شعبة الغذاء، وزارة الصحّة؛
الدكتوره ميراف تورجمان، مسؤولة رياض الأطفال، شعبة كبيرة للتربية في الطفولة الغضّة، الإدارة التربوية، وزارة التربية والتعليم؛

AaO3k5F6

طاقم الكتابة

ميراف نوروبتي، مرشدة قُطرية للاحتواء والاندماج، الإدارة التربوية، وزارة التربية والتعليم؛

نعومي تسيبوري، مسؤولة وَحدة التفعيل التربويّ، شعبة كبيرة للتربية في الطفولة الغضّة، الإدارة التربوية، وزارة التربية والتعليم؛

عادي نوعام، المسؤولة عن الاستشارة القانونية، مكتب الاستشارة القانونية، وزارة التربية والتعليم؛

عيديت إلياس، مرشدة صحّة في رياض الأطفال، لواء تل أبيب؛

كيرن روت إيتاح، مديرة شعبة برامج الدعم والوقاية، شعبة كبيرة في الخدمة النفسية الاستشارية ("شفي")، الإدارة التربوية، وزارة التربية والتعليم؛

رافيت غولدنر لاهف، مسؤولة تطبيق الاحتواء والاندماج، الإدارة التربوية، وزارة التربية والتعليم؛

شاني بارزلاي، نائبة مديرة شعبة الغذاء، وزارة الصحّة؛

نتوجّه بالشكر إلى:

منظمة حقوق السيلياك

كُتب النموذج بصيغة المذكّر ولكنّه موجّه لكلا الجنسين

2026

مفهوم النموذج

الرفاهية Well-being

تُعرَّف "الرفاهية" بأنها حالة من السلامة البدنية والنفسية والاجتماعية. ووفقًا لمنظمة التعاون الاقتصادي والتنمية - OECD، فإن هذا هو الهدف الأساسي للتعليم - حالة تمكّن الفرد من الازدهار في جميع جوانب الحياة.

مفهوم النموذج

الطالب المصاب بداء السيلياك هو في المقام الأول طالب كغيره من الطلاب، له هواياته وتفضيلاته واحتياجاته الخاصة. إن توفير بيئة واعية يُساهم في تقديم رعاية شاملة وتعزيز الشعور بالانتماء والسلوك الأمثل في المناسبات العادية والخاصة.

وتُعدّ البيئة الواعية جزءًا من مفهوم شامل للرعاية الصحية والتعليمية.

الهدف من النموذج

خلق بيئة تعليمية واعية للطلاب المصابين بمرض السيلياك: إعداد شامل، وتطوير المعرفة، ورفع مستوى الوعي بالمشكلة، وتعزيز المسؤولية المتبادلة والتمكين الشخصي.

خلفية

خلفية عن السيلياك

ما هذا؟

مرض السيلياك (Celiac) هو مرض مناعي ذاتي وراثي مزمن ومنتشر في الأمعاء ينتج عن عدم تحمل الغلوتين، وهو بروتين موجود في بعض الحبوب، مثل القمح والشعير والجاودار والقمح المسلط.

ما الذي يحدث في الجسم؟

يتعرف الجهاز المناعي على الغلوتين كجسم غريب، فينتج أجسامًا مضادة له ويهاجمه. ونتيجة لذلك، يحدث التهاب في بطانة الأمعاء الدقيقة، مما يمنع الجسم من امتصاص المواد الغذائية المهمة من مختلف الأطعمة. لذا، فإن أي تعرض للغلوتين قد يُلحق ضررًا بالغًا بالأمعاء.

مرض السيلياك مرض مزمن لا يزول ولا يُشفى.

خلفية

العلامات

يُصاحب مرض السيلياك أعراضٌ ظاهرةٌ متعددة. عند الأطفال والمراهقين، تتمثل هذه الأعراض بشكلٍ رئيسي في مشاكل هضمية، مثل آلام البطن، والإمساك، والإسهال، ومشاكل النمو. يوجد أطفال مصابون بمرض السيلياك لا تظهر عليهم أي أعراض ظاهرة، ولكن ثمة مخاوف بشأن الأضرار الصحية الناجمة عن تناول الغلوتين.

العلاج

يُعدّ اتباع نظام غذائي خالٍ من الغلوتين مدى الحياة علاجًا فعالًا لمرض السيلياك. ويساعد هذا النظام على شفاء الأمعاء ويقي من الأضرار قصيرة المدى وطويلة المدى.

العلامات على عبوّات الموادّ الغذائية

في إسرائيل لوائح إلزامية لوضع ملصقات الغلوتين. وبحلول عام 2028، سيظهر نموذجان متوازيان في قنوات التسويق:

1. **التمييز في القائمة** (الطريقة الجديدة): سيظهر الغلوتين بخط غامق وبارز كجزء من قائمة المكونات (على سبيل المثال: دقيق القمح **(الغلوتين)**، الماء ...).
2. **مربّع المعلومات** (الطريقة القديمة): يظهر الغلوتين في قائمة منفصلة مباشرة بعد قائمة المكونات (على سبيل المثال: **"يحتوي على: الغلوتين")**.

اقرأوا المزيد عن مرض السيلياك في بوّابة وزارة الصحّة

خالية

أين نجد الغلوتين؟

في الغذاء:

الغلوتين موجود في الحبوب مثل القمح والشعير والجاودار والقمح المسلوق، وفي بعض الحالات في الشوفان أيضًا. وهو موجود في الخبز والمعكرونة والحبوب والكعك والوجبات الخفيفة وغيرها، وكذلك في المنتجات المصنعة مثل الصلصات ومساحيق الحساء. لا يعني مصطلح "حلال لعيد الفصح" بالضرورة خلوه من الغلوتين (فخبز المتساه، على سبيل المثال، يحتوي على الغلوتين).

في الموادّ الإبداعية:

يُعدّ الغلوتين شائعًا جدًا في مواد الحرف اليدوية مثل الصلصال والمعجون، وفي الأنشطة التي تتضمن مكونات المطبخ مثل المعكرونة الجافة والسميد والدقيق. وتتوفر بدائل خالية من الغلوتين في الأسواق.

في بيئة مشتركة :

يمكن أن تنتقل بقايا الغلوتين من الأسطح، أو أدوات التقديم، أو الأيدي التي لامست مواد حرفية تحتوي على الغلوتين.

يكفي مسح السطح بمسحة بسيطة وغسل اليدين بالماء والصابون بانتظام لإزالة آثار الغلوتين.

خلفية

السلوك في رياض الأطفال

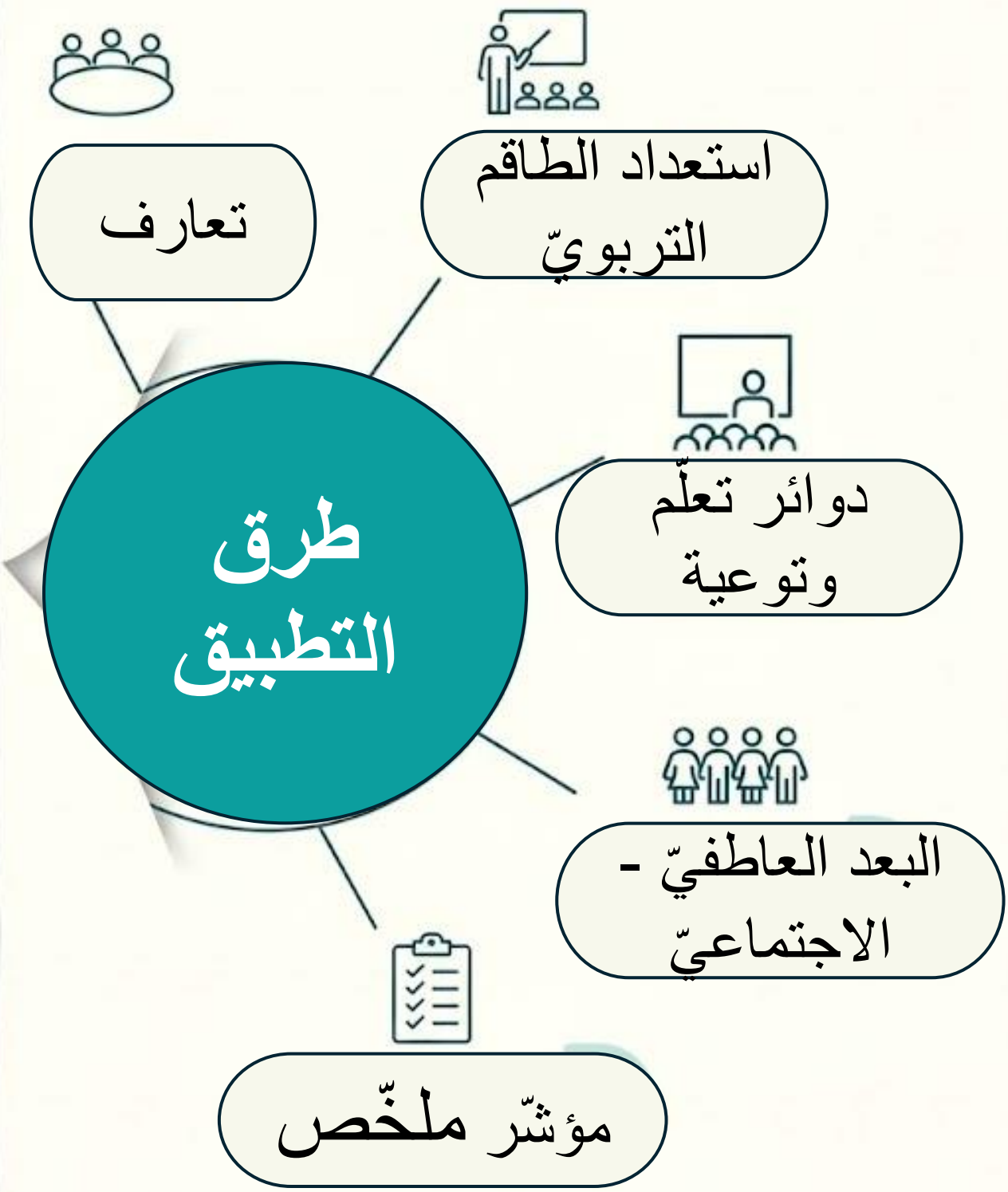
إن تهيئة بيئة تعليمية مثالية للطلاب المصابين بمرض السيلياك تعتمد على ثلاثة مبادئ أساسية:

الإعداد المهنيّ	إتاحة المعرفة لخلق مجتمع واعٍ	تنمية الحساسية الاجتماعية لتعزيز الشعور بالانتماء

يخلق التعاون بين الفريق التعليمي وأولياء الأمور بيئة شاملة للطالب لا تشكل فيها القيود الغذائية عائقاً أمام ممارسة روتين أكاديمي واجتماعي كامل.

فيما يلي بعض أساليب التنفيذ لتحقيق السلوك الأمثل وفقًا لتعميم المدير العامّ: الطلاب المصابون بمرض السيلياك.

ننتبه إلى السيلياك



طرق التطبيق

تعارف

لحظة قبل...

يُعدّ التعرّف على الطالب المصاب بداء السيلياك وفهم احتياجاته الشخصية خطوةً تمهيديةً هامةً لكي يتفاعل طاقم المدرسة على النحو الأمثل مع الطالب ووالديه والمجتمع.

ويُشكّل التعاون بين والدي الطالب والطاقم التعليمي مفتاحًا أساسيًا لإدارة برنامج علاج السيلياك في المؤسسة التعليمية على النحو الأمثل.

سيتم تنفيذ السلوك وفقًا للإقرار الصحّيّ والوثيقة الطبية المرفقة به، والحالة الصحية للطالب، وعمره، ونضجه.

إعداد شامل:

- محادثة تمهيدية مع الطالب ووالديه
- تحديث الفريق
- تخطيط مسارات العمل لزيادة الوعي وإجراء التعديلات اللازمة

* **الكادر التعليمي –** معلّمة، مستشارة، مديرة

توصية بشأن عملية قبول الطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة في المدرسة

طرق التطبيق

محادثة تعارف

يُنصح بإجراء محادثة تعارف مع الطالب ووالديه.
فيما يلي هيكل مقترح للمحادثة:

التعرف على الطالب، وخصائصه الفريدة، وفهم حالته الطبية، والآثار الجانبية، والمساعدة اللازمة.

تنسيق التوقعات فيما يتعلق بالسلوك الروتيني والسلوك في المناسبات الخاصة. وضع آليات للتواصل على مدار العام، استعداداً للرحلات أو الأنشطة التي تتضمن الطعام.

تنسيق الإجراءات من أجل تبادل المعلومات وزيادة الوعي على مستوى الفصل الدراسي والمجتمع المدرسي.

من المهم احترام خيار الطالب ووالديه..

طرق التطبيق

استعداد الفريق التعليمي

بعد المناقشة الأولية مع الطالب ووالديه، والمعلومات الواردة في الإقرار الصحي، يجب على الفريق التعليمي العمل على رفع مستوى الوعي وإجراء التعديلات التالية:

- ✓ **إدارة المعلومات وإمكانية الوصول إليها** - تحديث جميع الموظفين التعليميين الذين يقومون بتدريس الطالب المصاب بمرض السيلياك

- ✓ **تخطيط وصياغة مسارات العمل**

يُنصح بوضع **أنظمة واضحة** مسبّقًا للتعامل مع مسائل الطعام وتقديمه في المدرسة. يشمل التحضير الروتين اليومي للمدرسة، والأنشطة اللامنهجية (الرحلات والجولات)، والفعاليات الخاصة.

- ✓ **تنسيق الأنشطة المتعلقة بالغذاء:**
  - **مع الطالب ووالديه**
  - **مع قيادة أولياء الأمور في الروضة** (حسب نوع الحدث) - في الحالات التي تشارك فيها قيادة أولياء الأمور أو قيادة الطلاب في طلب المرطبات، يجب تحديث المتطلبات الغذائية وتنسيقها.

- ✓ **منع الإقصاء: في جميع الأحوال، ينبغي تجنب إقصاء الطالب من الأنشطة الأكاديمية والاجتماعية.**

طرق التطبيق

دوائر التعلّم والتوعية

يُعدّ توفير المعلومات حول مرض السيلياك خطوة أساسية في خلق بيئة داعمة وشاملة. فالوعي والفهم لدى أفراد المجتمع يُسهمان في ضمان التعاون الأمثل والسلوك المحترم.

- **الشراكة مع الكادر التعليمي:** يوصى برفع مستوى الوعي حول مرض السيلياك من خلال عرض نموذج "انتبهوا لمرض السيلياك" على جميع الكادر التعليمي.

- **الشراكة المجتمعية:** بالتنسيق مع الطالب ووالديه وبموافقتهم، يوصى برفع مستوى الوعي بين أولياء أمور الفصل (على سبيل المثال، في اجتماع أولياء الأمور)، بهدف خلق بيئة داعمة حتى خلال أوقات الفراغ، مثل الاستضافة في المنازل والحفلات وأعياد الميلاد.

- **معلومات للطلاب:** دمج محتوى معلوماتي مناسب للفئة العمرية لتعريف الطلاب بمرض السيلياك، وتشجيع الدعم المتبادل، ومنع الإقصاء.

- **لخُطّة درس مخصّصة لرياض الأطفال**

طرق التطبيق

الجانب الاجتماعي والعاطفي

يحتاج الطلاب المصابون بداء السيلياك إلى بيئة تعتبر احتياجاتهم الغذائية جزءًا طبيعيًا من روتينهم اليومي. ويتحقق هذا النهج من خلال مسارين عمليين:

تمكين الطالب من خلال الحوار معه ومع أسرته،

إلى جانب **تعزيز الثقة المتبادلة** في مجموعة الأقران.

عندما تصبح التعديلات جزءًا من الشراكة الاجتماعية، يشعر الطالب بأن البيئة المحيطة به تتفهمه وتستجيب له. وبهذه الطريقة، يصبح التكيف الشخصي فرصةً لبناء مجتمع حساس وشامل.

طرق التطبيق

تأكيدات للفريق التعليمي

الاستماع والحساسية: من المهم الانتباه إلى التغيرات السلوكية التي قد تشير إلى وجود ضيق بسبب اختلاف النظام الغذائي (مثل تجنب الأنشطة التي تتضمن الطعام)، وفي الوقت نفسه العمل على تمكين الطالب وإعطاء التعبير عن قدراته، مع فهم أن مرض السيلياك هو جزء من نمط حياة الطالب ولا يحدد هويته أو قدراته.

دعم وتعزيز الشعور بالانتماء: ضمان المشاركة الكاملة في جميع الفعاليات الاجتماعية من خلال التخطيط المسبق. وفي الوقت نفسه، تعزيز الوعي بين أولياء الأمور لخلق بيئة اجتماعية شاملة في الأنشطة الاجتماعية والفعاليات المشتركة بعد المدرسة.

الشراكة المهنية: مشاركة الوالدين والتشاور مع الطاقم المهني في المؤسسة، إذا لزم الأمر، لتوفير الدعم العاطفي الأمثل.

طرق التطبيق

فرص لتعزيز الضمان المتبادل

إليكم مجموعة متنوعة من الأفكار لتعزيز المسؤولية المتبادلة في الفصل الدراسي من خلال الأنشطة الاجتماعية التي تشمل الطعام (من المهم إبلاغ أولياء أمور الطالب المصاب بمرض السيلياك بهذه الأنشطة).

إعداد قائمة مشروبات ومأكولات خفيفة لفعالية صفية: مشاركة الطلاب في إعداد قائمة مشروبات ومأكولات خفيفة تناسب جميع الطلاب. يُفضّل اختيار المنتجات المعلبة والفواكه والخضراوات (صحية للجميع).

أنشطة الخبز والطبخ: جهّزوا مسبّقًا بدائل خالية من الغلوتين، وخصصوا أماكن عمل وأدوات منفصلة. يُنصح بإشراك طلاب إضافيين لتجنب استبعاد أي طالب.

التخطيط لبوفيه احتفالي لتقديم المرطبات، مع التركيز على فصل منطقة الطعام الخالي من الغلوتين ووضع علامات عليها.

الاستعداد للأعياد: من المهم التأكد من أن الطالب المصاب بمرض السيلياك لديه بدائل مناسبة لأطعمة العطلات التي يتم تقديمها في المؤسسة التعليمية.

الاحتفال بأعياد الميلاد: يمكنك تقديم وصفات لكعكات عيد ميلاد خالية من الغلوتين.

يتطلب الأمر **عناية خاصة** عند تبادل طلبات الوجبات، ولعب دور القزم العملاق، وما إلى ذلك.

المبادرات والأنشطة: يمكنك عقد ورشة عمل للطبخ الخالي من الغلوتين، أو إعداد كتاب وصفات للفصل الدراسي، أو صنع مقاطع فيديو تعليمية للخبز أو الطبخ كأنشطة لزيادة الوعي.

مؤشّر

مؤشّر ملخّص

لضمان الحصول على حزمة دعم مخصصة، يُنصح بالتحقق من الأقسام التالية:

- ❑ عقد اجتماع تعريفي مع الطالب المصاب بداء السيلياك ووالديه.
- ❑ التحقق من وجود إقرار صحي محدّث ووثيقة طبية.
- ❑ وضع آليات تواصل مع أولياء الأمور استعدادًا للفعاليات والرحلات والأنشطة التي تتضمن تقديم الطعام على مدار العام.
- ❑ تحديد إجراءات الفعاليات الروتينية والخاصة التي تتضمن تقديم الطعام.
- ❑ إطلاع كادر الروضة كلّه على آخر المستجدات.
- ❑ إطلاع لجنة أولياء أمور الروضة على التنسيقات اللازمة في تقديم الضيافة.
- ❑ الاهتمام بالجوانب العاطفية والاجتماعية للطالب ومنع عزله اجتماعيًا.
- ❑ رفع مستوى الوعي في مجتمع الروضة من خلال حلقات نقاش وأنشطة اجتماعية مُكيّفة، بالتنسيق مع الطالب ووالديه.
- ❑ الالتزام بتعميم المدير العامّ للطلاب المصابين بمرض السيلياك.