

Số: /QĐ-TXGD

Thành phố Hồ Chí Minh, ngày tháng năm 2025

QUYẾT ĐỊNH
Ban hành Quy định thực hiện dinh dưỡng hợp lý cho học viên
Năm học 2025 - 2026

GIÁM ĐỐC TRUNG TÂM GIÁO DỤC THƯỜNG XUYÊN GIA ĐỊNH

Căn cứ Thông tư liên tịch số 13/2016/TTLT-BYT-BGDĐT ngày 12 tháng 05 năm 2016 của Bộ Y tế và Bộ Giáo dục Đào tạo quy định về công tác Y tế trường học;

Căn cứ Thông tư số 10/2021/TT-BGDĐT ngày 11 tháng 7 năm 2021 của Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành Quy chế tổ chức và hoạt động của Trung tâm giáo dục thường xuyên;

Căn cứ Kế hoạch số 306/KH-TXGD ngày 30 tháng 9 năm 2025 của Trung tâm Giáo dục thường xuyên Gia Định về thực hiện nhiệm vụ năm học 2025 – 2026;

QUYẾT ĐỊNH:

Điều 1. Ban hành Quy định thực hiện dinh dưỡng hợp lý cho học viên của Trung tâm Giáo dục thường xuyên Gia Định năm học 2025 – 2026.

Điều 2. Quyết định này có hiệu lực kể từ ngày ký.

Điều 3. Toàn thể cán bộ quản lý, viên chức, giáo viên, người lao động, học viên và cha mẹ học viên Trung tâm Giáo dục thường xuyên Gia Định và các cá nhân, tổ chức có liên quan chịu trách nhiệm thi hành Quyết định này.

Nơi nhận:

- Như Điều 3;
- Ban Giám đốc Trung tâm;
- GVCN và học viên các lớp;
- Lưu: VT-TCTC (QT).

GIÁM ĐỐC

Hà Ngọc Minh Thi

SỞ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO
THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH
**TRUNG TÂM GIÁO DỤC
THƯỜNG XUYÊN GIA ĐỊNH**

CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM
Độc lập - Tự do - Hạnh phúc

QUY ĐỊNH

Về việc thực hiện dinh dưỡng hợp lý cho học viên Năm học 2025 - 2026

*(Ban hành kèm theo Quyết định số 332/QĐ-TXGD ngày 10 tháng 10 năm 2025
của Trung tâm Giáo dục thường xuyên Gia Định)*

I. ĐỐI VỚI TRUNG TÂM

- Thực hiện dinh dưỡng cho học viên là một trong những nhiệm vụ quan trọng của Trung tâm có tổ chức hoạt động phụ trợ phục vụ ăn uống cho học viên. Thông qua khám sức khỏe định kỳ, Trung tâm có thể phân loại sức khỏe cho học viên để có lưu ý, thông báo đến cha mẹ học viên về chế độ chăm sóc dinh dưỡng hiệu quả.

- Tiếp tục lồng ghép giáo dục dinh dưỡng vào chương trình dạy chính khóa và sinh hoạt ngoại khóa để giảng dạy, nâng cao hiểu biết của học viên về dinh dưỡng và đề cải thiện sức khỏe cho tất cả học viên.

- Luôn quan tâm đề nghị bộ phận cung cấp hoạt động phụ trợ tổ chức bữa ăn bảo đảm dinh dưỡng đầy đủ, hợp lý, đảm bảo an toàn vệ sinh thực phẩm cho học viên tại Trung tâm; tạo điều kiện thúc đẩy các hoạt động thể lực để học viên toàn Trung tâm luôn có sức khỏe và thể lực tốt, có khả năng tập trung hơn trong học tập để đem lại thành tích học tập cao.

- Tăng cường mối liên hệ với gia đình học viên trong chăm sóc, giáo dục để phát triển toàn diện về thể chất và tinh thần cho học viên.

II. ĐỐI VỚI HỌC VIÊN

- Không được bỏ bữa sáng.

- Ăn nhiều rau xanh và trái cây để cung cấp đủ vitamin, khoáng chất và chất xơ cho cơ thể.

- Hạn chế ăn uống thực phẩm có nhiều chất ngọt như bánh, kẹo, kem, chè, nước ngọt đóng chai nhất là trước khi ăn cơm và trước khi đi ngủ để phòng chống sâu răng, béo phì và các bệnh liên quan đến đường tiêu hóa và các bệnh lý khác.

- Hạn chế thức ăn chứa nhiều chất béo như thịt mỡ, thức ăn rán, chiên, xào các đồ ăn nhanh như gà rán, khoai tây chiên ...

- Giảm sử dụng muối và gia vị chứa nhiều muối trong thực phẩm chế biến.

- Tăng cường hoạt động thể lực, nhất là tham gia các hoạt động thể dục thể thao do Trung tâm tổ chức để nâng cao sức khỏe, thể chất và tinh thần.

- Hạn chế xem tivi, sử dụng điện thoại, máy vi tính (laptop) với thời gian dài để không ảnh hưởng xấu đến thị lực và phòng chống các bệnh về mắt.

III. ĐỐI VỚI GIA ĐÌNH HỌC VIÊN

- Gia đình đóng một vai trò quan trọng trong việc hình thành thói quen ăn uống của học viên, đặc biệt là người trực tiếp chăm sóc học viên.

- Cung cấp cho các em bữa ăn với thực phẩm bổ dưỡng cho sức khỏe tại nhà.

- Luôn tạo không khí và bữa ăn thật đa dạng, phong phú để giúp các em ăn ngon miệng.

- Cha mẹ (người giám hộ) phải làm gương cho con, em trong việc ăn uống đầy đủ dinh dưỡng.

- Gia đình hạn chế cho học viên ngồi xem tivi, sử dụng điện thoại, máy vi tính với thời gian dài.

- Khuyến khích các em tích cực vận động cơ thể bằng cách cho các em phụ giúp việc nhà, tham gia các hoạt động thể dục thể thao do Trung tâm tổ chức...

- Cần có sự liên hệ chặt chẽ giữa gia đình và Trung tâm trong việc giáo dục thực hiện dinh dưỡng hợp lý cho các em học viên.

Trên đây là Quy định về việc thực hiện dinh dưỡng hợp lý cho học viên năm học 2025-2026 của Trung tâm Giáo dục thường xuyên Gia Định.

TRUNG TÂM GIÁO DỤC THƯỜNG XUYỀN GIA ĐỊNH