

Healthy Eating Policy

Created	October 2025
Reviewed by	Health & Safety Officer Heads of Section
Approved by	Principal – Ms. Suheir Salah Vice Principal – Ms. Nadine Chamssudeen

Disclaimer: This policy has been developed in accordance with the school's national identity policy.

School Vision:

To be a leading private school in Al Ain which provides an exemplary learning environment in line with the vision of ADEK.

School Mission:

To provide an exemplary learning environment which

- Develops student abilities.
- Augment self-confidence.
- Prepares world class learners.
- Enables students to meet the challenges of the 21st century.
- Increases productivity and self-esteem.
- Inculcates values required to become responsible members of the society.

1. Vision

To foster a school environment where all students develop healthy lifelong eating habits, physical wellbeing, and awareness of nutrition, in alignment with ADEK's wellbeing objectives and the UAE National Health Strategy.

2. Mission

To provide students, staff, and families with the knowledge, skills, and support to make nutritionally balanced choices, while ensuring school meals, snacks, and celebrations reflect healthy eating standards.

3. Policy Statement

Future International Academy (FIA) recognizes the critical link between nutrition, physical health, cognitive development, emotional wellbeing, and academic performance. This policy ensures that all students have access to safe, balanced, and culturally appropriate meals, integrates nutrition education within curriculum and daily routines, and supports student safeguarding, mental health, and wellbeing.

4. Purpose

Promote lifelong healthy eating habits; ensure nutritionally balanced meals; integrate nutrition education; guide special dietary needs; safeguard students from unhealthy or unsafe foods; support mental health and wellbeing.

5. Scope

This policy applies to all students (PreK–Grade 12), all school-provided meals and snacks, parents/guardians providing packed lunches, and all staff involved in meal preparation, service, and supervision.

6. Guiding Principles

Safety & Hygiene; Inclusivity & Cultural Appropriateness; Educational Integration; Accessibility; Collaboration.

7. Nutrition Standards

Balanced Diet with fruits, vegetables, whole grains, proteins, and low-fat dairy; Limit Unhealthy Foods like sugary drinks and processed snacks; Encourage Hydration; Age-appropriate portions; Cultural & Religious Respect.

8. Healthy Eating Education

Nutrition education integrated in curriculum; workshops and campaigns for students and parents; weekly classroom discussions; student-led initiatives; links between nutrition, mental health, and academic performance highlighted.

9. Roles and Responsibilities

Role	Responsibility
Principal	Ensure policy implementation, allocate resources, oversee compliance with ADEK and UAE regulations.
Head of Sections / Wellbeing Lead / Social Workers	Monitor student eating habits, coordinate educational programs, manage dietary concerns.
Health and Safety Officer / Canteen Staff / Suppliers	Prepare and serve meals according to nutrition and safety standards; maintain hygiene.
Teachers	Educate students about healthy eating, monitor food brought from home, support initiatives.
Parents/Guardians	Provide nutritious packed lunches, reinforce healthy eating at home.
Students	Make healthy food choices, participate in nutrition education programs, respect school rules.

10. Special Dietary Needs & Allergies

Students with allergies or medical conditions must submit documentation; staff trained in allergy management; allergen-free options clearly labeled; no-sharing policy enforced.

11. Monitoring and Evaluation

Annual audits of meals; student and parent surveys; inspection of canteen and food storage; track BMI trends and wellness check-ins; adjust menus as needed.

12. Events, Celebrations, and Canteen Policies

School events promote healthy options; vending machines provide healthy snacks; menus updated termly; healthy birthday treats encouraged.

13. Integration with Wellbeing and Mental Health

Nutrition linked to cognitive function, emotional stability, and stress management; complements Student Wellbeing and Mental Health Policies; embedded in awareness programs.

14. Expected Outcomes

Improved physical health and energy; positive impact on mental health and academic performance; increased awareness of nutrition and hygiene; home-school collaboration; reduced diet-related health issues.

15. Alignment and Related Policies

Aligned with ADEK Student Wellbeing Framework, Safeguarding and Student Protection Policy, UAE Vision 2071, UAE National Health Strategy; read with Student Wellbeing Policy, Mental Health Policy, Health & Safety Policy, Food Allergy Policy, Inclusion Policy.

16. Approval and Review

Approved by Principal; reviewed by Head of Sections / Social workers; annual review.

سياسة التغذية الصحية

الرؤية

تهيئة بيئة مدرسية يكتسب فيها جميع الطلاب **عادات غذائية صحية مدى الحياة**، والرفاهية البدنية، والوعي بالتغذية، بما يتماشى مع أهداف الرفاهية لأديك واستراتيجية الصحة الوطنية لدولة الإمارات

المهمة

تزويد الطلاب والموظفين والأسر بالمعرفة والمهارات والدعم لاتخاذ **خيارات غذائية متوازنة**، مع ضمان أن تعكس الوجبات والخفيفة واحتفالات المدرسة **معايير الأكل الصحي**

بيان السياسة

تعترف أكاديمية المستقبل الدولية **بالصلة الحيوية بين التغذية، الصحة البدنية، التطور العقلي، الرفاهية العاطفية، والأداء الأكاديمي**

تضمن هذه السياسة

وصول جميع الطلاب إلى **وجبات آمنة ومتوازنة وملئمة ثقافيًا**

دمج **التثقيف الغذائي** ضمن المنهج والروتين اليومي

دعم حماية الطلاب، الصحة النفسية، والرفاهية العامة

الهدف

تعزيز عادات غذائية صحية مدى الحياة

ضمان وجبات متوازنة غذائيًا

دمج التثقيف الغذائي في الأنشطة اليومية

توجيه الطلاب ذوي الاحتياجات الغذائية الخاصة

حماية الطلاب من الأطعمة غير الصحية أو غير الآمنة

دعم الصحة النفسية والرفاهية العامة

نطاق التطبيق

تنطبق هذه السياسة على

.جميع الطلاب من مرحلة ما قبل الروضة إلى الصف 12

.جميع الوجبات والوجبات الخفيفة المقدمة من المدرسة

.أولياء الأمور/الأوصياء الذين يوفرن وجبات جاهزة

جميع الموظفين المشاركين في إعداد، تقديم، والإشراف على الوجبات

المبادئ التوجيهية

السلامة والنظافة

الشمولية والملاءمة الثقافية

الدمج التعليمي

سهولة الوصول

التعاون

معايير التغذية

نظام غذائي متوازن : فواكه، خضروات، حبوب كاملة، بروتينات، ومنتجات ألبان قليلة الدسم

.المشروبات السكرية والوجبات المصنعة : **تحديد الأطعمة غير الصحية**

.شرب الماء بانتظام : **تشجيع الترطيب**

. **حجم الحصص المناسبة للعمر**

الاحترام الثقافي والديني

التثقيف الغذائي

- دمج التثقيف الغذائي ضمن المنهج الدراسي
- ورش عمل وحملات توعية للطلاب وأولياء الأمور
- مناقشات صفية أسبوعية
- مبادرات يقودها الطلاب لتعزيز التغذية الصحية
- إبراز العلاقة بين التغذية، الصحة النفسية، والأداء الأكاديمي

الأدوار والمسؤوليات

الدور	المسؤولية
المدير	ضمان تنفيذ السياسة، تخصيص الموارد، الإشراف على الامتثال لمتطلبات أديك ودولة الإمارات
رئيس الأقسام / مسؤول الرفاهية / الأخصائيون الاجتماعيون	متابعة عادات الطلاب الغذائية، تنسيق البرامج التعليمية، إدارة الاحتياجات الغذائية
مسؤول الصحة والسلامة / موظفو المقصف / الموردون	إعداد وتقديم الوجبات وفق معايير التغذية والسلامة، الحفاظ على النظافة
المعلمون	تعليم الطلاب حول التغذية الصحية، متابعة الطعام المقدم من المنزل، دعم المبادرات
أولياء الأمور / الأوصياء	توفير وجبات غذائية صحية، تعزيز العادات الغذائية الصحية في المنزل
الطلاب	اختيار الأطعمة الصحية، المشاركة في برامج التثقيف الغذائي، احترام قواعد المدرسة

الاحتياجات الغذائية الخاصة والحساسية

- يجب تقديم الوثائق الطبية للطلاب ذوي الحساسية أو الحالات الطبية الخاصة
- تدريب الموظفين على إدارة الحساسية
- توفير خيارات خالية من مسببات الحساسية مع وسم واضح
- تطبيق سياسة عدم المشاركة في الطعام بين الطلاب

المراقبة والتقييم

- تدقيق سنوي للوجبات.
- استبيانات للطلاب وأولياء الأمور.
- تفتيش المقصف وتخزين الطعام.
- متابعة مؤشر كتلة الجسم والفحوصات الدورية للرفاهية.
- تعديل القوائم الغذائية عند الحاجة.

الفعاليات والاحتفالات وسياسة المقصف

- تعزيز خيارات صحية في الفعاليات المدرسية.
- توفير وجبات خفيفة صحية في آلات البيع.
- تحديث القوائم الغذائية كل فصل دراسي.
- تشجيع الوجبات الصحية في أعياد الميلاد والاحتفالات.

الدمج مع الرفاهية والصحة النفسية

- ربط التغذية بالوظائف الإدراكية، الاستقرار العاطفي، وإدارة التوتر.
- دعم سياسات رفاهية الطلاب والصحة النفسية.
- دمج برامج التوعية الغذائية ضمن الأنشطة التعليمية.

النتائج المتوقعة

- تحسين الصحة البدنية والطاقة لدى الطلاب.
- تأثير إيجابي على الصحة النفسية والأداء الأكاديمي.
- زيادة الوعي بالتغذية والنظافة.
- تعزيز التعاون بين المدرسة والمنزل.
- تقليل مشاكل الصحة المرتبطة بالنظام الغذائي.

المحاذاة والسياسات ذات الصلة

- محاذاة مع** إطار رفاهية الطلاب لأديك، سياسة حماية الطلاب، رؤية الإمارات 2071، استراتيجية الصحة الوطنية لدولة الإمارات
- يُقرأ بالتوازي مع** سياسة رفاهية الطلاب، سياسة الصحة النفسية، سياسة الصحة والسلامة، سياسة الحساسية الغذائية، سياسة الدمج والشمولية