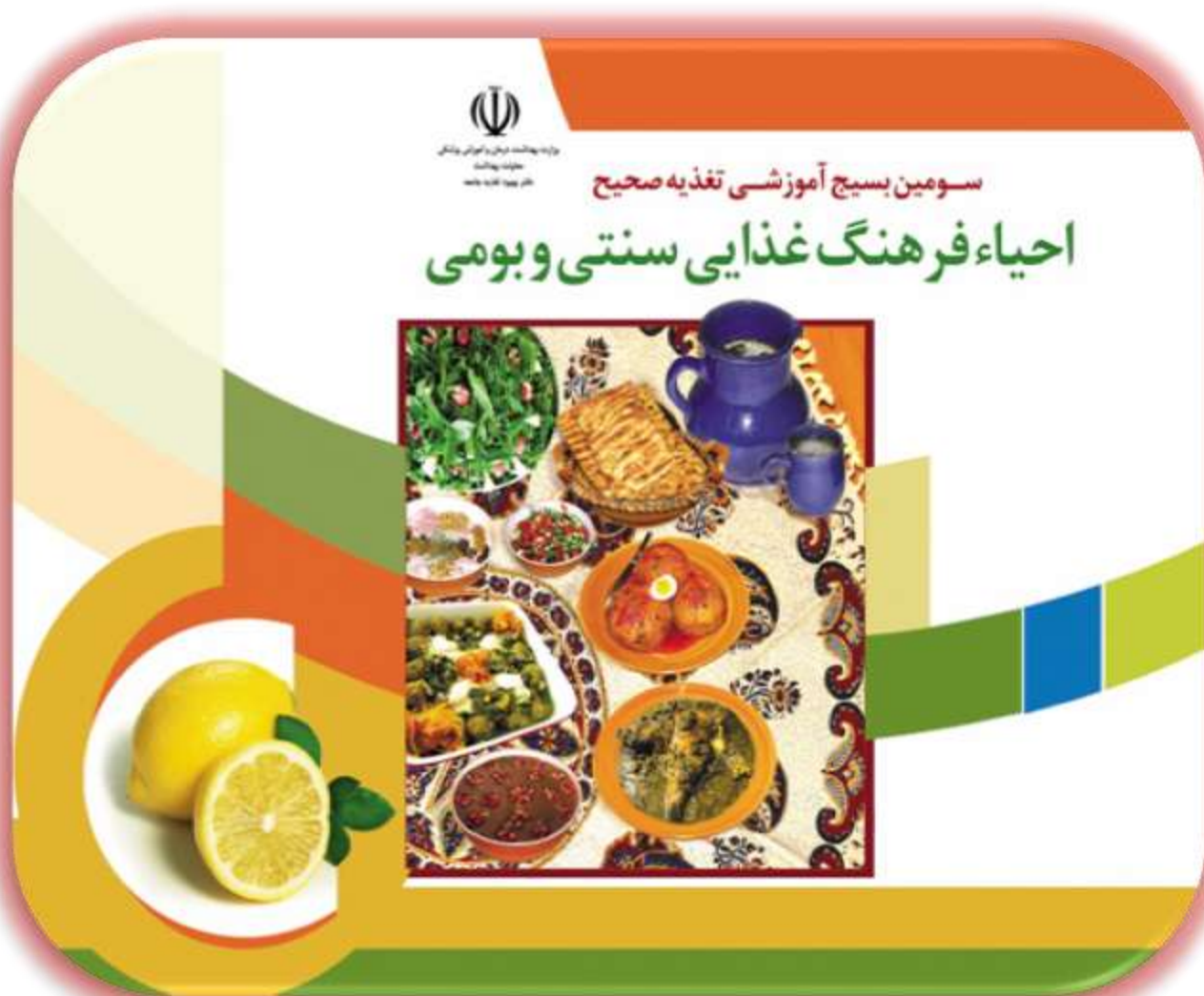




دانشگاه علوم پزشکی خراسان رضوی

معاونت بهداشتی دانشگاه

واحد بهبود تغذیه جامعه



استان خراسان رضوی

دیماه ۱۳۹۱

مقوله تغذیه، ریشه در عوامل و متغیرهای اجتماعی، فرهنگی، مذهبی، اقلیمی و کشاورزی و عادات غذایی مثل گنجینه‌های فرهنگی نسل به نسل منتقل می‌شوند و در روند زمانی تکامل می‌یابند. نگاهی به طیف غذاهای سنتی نشان می‌دهد این غذاها ترکیب‌های اعجاب‌آوری از مواد مغذی هستند که متناسب با منطقه جغرافیایی در کنار هم قرار می‌گیرند. امروزه با تغییر سبک زندگی، خانواده‌ها به سمت مصرف زدگی پیش رفته‌اند و با مشغله‌هایی که برای افراد جامعه خصوصاً بانوان ایجاد شده عادات غذایی تغییر کرده و وقت کمتری صرف تهیه غذا در خانه می‌شود. هدف از نامگذاری سومین هفته آموزش تغذیه صحیح با عنوان " احیای فرهنگ غذایی بومی و سنتی " برای تاکید بیشتر بر این نوع غذاها و تاکید مضاعف به خانواده‌ها که آنچه در خانه تهیه می‌شود به مراتب ارزش غذایی بالاتری دارد و غذاهای بیرون از خانه نه تنها ارزش پایینی دارند بلکه ضررهایی نیز وارد می‌کنند. بیماری‌هایی مثل دیابت، فشار خون، بیماری‌های قلبی - عروقی و حتی سرطان‌ها ریشه در عادت غذایی جامعه دارند. غذاهای آماده برای اینکه ماندگاری بیشتری داشته باشند به آنها مواد طعم دهنده، نگهدارنده و رنگ‌های شیمیایی اضافه می‌شود که این مواد در دراز مدت در بدن انباشته می‌شوند و بدن انسان را به امراض مبتلا می‌کنند. در غذاهای آماده میزان چربی بالا و غیر قابل کنترل است و ۵ تا ۷ برابر کالری به بدن می‌رساند که این میزان کالری در بدن انباشته می‌شود و با گذشت زمان فرد را به انسداد عروق مبتلا می‌کند. معمولاً به غذاهای صنعتی و آماده در مرحله فرآوری نمک زیادی با عنوان طعم دهنده، اتصال مواد و نگهدارنده اضافه می‌شود که این میزان نمک باعث بالا رفتن فشار خون می‌شود. در تغییر فرهنگ غذایی، تنقلات جایگزین مواد غذایی سالم شده است که به دلیل شوری و چربی مضر، سیری کاذب را به وجود می‌آورند و باعث می‌شوند فرد از خوردن یک وعده غذایی سالم پرهیز کند و موادی را که هیچ ارزش غذایی ندارند به بدن خود تحمیل کند. بر این اساس سومین بسیج آموزش همگانی بهبود تغذیه از تاریخ ۹ لغایت ۱۵ دیماه سال ۱۳۹۱ در استان خراسان رضوی همسو با کل کشور برگزار گردید .

مرکز بهداشت استان

❁ برگزاری جلسه هماهنگی با معاونت فنی مرکز بهداشت استان و کارشناس مسئولان واحد های مرتبط و

اعلام برنامه روز شمار بسیج

❁ تهیه بنر آموزشی در خصوص غذای بومی و جلب مشارکت شهرداری جهت تامین اعتبار برای چاپ

❁ به روز رسانی لینک واحد بهبود تغذیه در سایت دانشگاه

❁ درج مقالات آموزشی ، شعار های تغذیه ای در سایت دانشگاه علوم پزشکی لینک مربوط به واحد بهبود

تغذیه

❁ مکاتبه با شهرستان های تابعه جهت اطلاع و اقدام در خصوص هفته بسیج

❁ هماهنگی با رسانه ها جهت پوشش خبری بسیج آموزشی و تهیه مطلب برای رسانه ها

❁ آموزش صنوف در خصوص هفته بسیج

❁ ارسال زیر نویس جهت تلویزیون (شبکه استانی)

❁ مکاتبه با معاونت درمان جهت مشارکت کارشناسان تغذیه بیمارستانها و ارسال تراکت جهت اطلاع رسانی

عمومی

❁ مکاتبه با معاونت دانشجویی جهت جلب مشارکت کارشناسان تغذیه و اطلاع رسانی دانشجویان

❁ برگزاری مسابقه تغذیه

❁ طرح موضوع بسیج تغذیه در محورهای پیشنهادی بازدید تیم های نظارتی

❁ تهیه مصوبات جهت کارگروه سلامت و امنیت غذا به مناسبت هفته بسیج و تاکید بر برگزاری کارگروه سلامت

و امنیت غذایی و طرح موضوع و همچنین تاکید بر جلب مشارکت ائمه جمعه و جماعات در بسیج در

شهرستانها

❁ تهیه و تدوین " کتابچه " غذاهای بومی و سنتی استان خراسان رضوی جهت معرفی غذاهای بومی استان و

بررسی کارشناسانه آنها از نظر اصول علم تغذیه و در صورت نیاز ارائه پیشنهاد جهت اصلاح آنها



بردسکن

- تهیه پمفلت معرفی غذاهای سنتی شهرستان بردسکن و توزیع آن در بین بیش از ۲۰ اداره دولتی شهرستان و مراکز بهداشتی درمانی تحت پوشش
- برگزاری نمایشگاه های غذایی با محور غذاهای سالم و بومی به همراه ایراد سخنرانی (این نمایشگاه ها در ۲ مرکز بهداشتی درمانی و ۲ مدرسه برگزار گردید).
- طراحی بنر معرفی خواص تنقلات، سبزیجات و غذاهای بومی بردسکن و ارسال آن به تمامی مراکز بهداشتی درمانی و بیمارستان شهرستان



ویس سنگه	خواص	چاشنی های بومی	خواص	برایان و تنقلات بومی	خواص	خواص
خربزه	دارای مواد مغذی و تر بوده و در فصل بهشت می روید. در آن گوشتی است که در آن روغن است و این روغن را می توان در روغن های دیگر استفاده کرد.	سبزه کشور	از هر آورده های کشور می باشد و در آن می توان گوشت آب مطی و پوست میساز میساز است.	خلوای کشور	از هر آورده های کشور می باشد و در آن می توان گوشت آب مطی و پوست میساز میساز است.	خلوای کشور
چغندر	چغندر از روغن های گریه میساز و در فصل بهشت می روید و در آن می توان گوشت آب مطی و پوست میساز میساز است.	سبزه کشور	از هر آورده های کشور می باشد و در آن می توان گوشت آب مطی و پوست میساز میساز است.	خلوای کشور	از هر آورده های کشور می باشد و در آن می توان گوشت آب مطی و پوست میساز میساز است.	خلوای کشور
کشت	سوی قش می باشد و در فصل بهشت می روید و در آن می توان گوشت آب مطی و پوست میساز میساز است.	آب خوره	از هر آورده های کشور می باشد و در آن می توان گوشت آب مطی و پوست میساز میساز است.	خلوای کشور	از هر آورده های کشور می باشد و در آن می توان گوشت آب مطی و پوست میساز میساز است.	خلوای کشور
قز	دارای مواد مغذی و تر بوده و در فصل بهشت می روید و در آن می توان گوشت آب مطی و پوست میساز میساز است.	سبزه کشور	از هر آورده های کشور می باشد و در آن می توان گوشت آب مطی و پوست میساز میساز است.	خلوای کشور	از هر آورده های کشور می باشد و در آن می توان گوشت آب مطی و پوست میساز میساز است.	خلوای کشور
بجک	از موهای بومی میساز و در فصل بهشت می روید و در آن می توان گوشت آب مطی و پوست میساز میساز است.	سبزه کشور	از هر آورده های کشور می باشد و در آن می توان گوشت آب مطی و پوست میساز میساز است.	خلوای کشور	از هر آورده های کشور می باشد و در آن می توان گوشت آب مطی و پوست میساز میساز است.	خلوای کشور

تایباد

برگزاری جشنواره غذاهای سنتی



چناران

- انجام یک نظر سنجی کلی از همکاران شبکه بهداشت و درمان چناران در خصوص میزان مصرف غذاهای سنتی و دفعات مصرف فست فود در ماه از طریق ایمیل
- برگزاری جشنواره غذای نذری با همکاری اداره بهزیستی شهرستان و روستامهدها
- ارسال پوستر هفته بسیج تغذیه با عنوان " احیاء فرهنگ غذای سنتی و بومی " جهت نصب در مراکز بهداشتی درمانی و مکاتبه با مراکز بهداشتی درمانی و ارسال پیامها و روز شمار سومین بسیج آموزش تغذیه
- تهیه تراکت آموزشی " چه شد که ما فست فود خور شدیم " و ارسال به ادارات مختلف شهرستان
- ارسال محتوی آموزشی جهت استفاده در جلسات آموزشی برگزار شده برای رابطین بهداشت
- ارسال ایمیل به همکاران شبکه بهداشت و درمان چناران در خصوص شعار های این هفته ، اهمیت غذاهای بومی و مقایسه ارزش تغذیه ایی آنها با غذاهای مدرن و فست فودها



خلیل آباد

- برگزاری کمیته هماهنگی هفته بسیج تغذیه با حضور مدیر شبکه، کارشناسان مسئول ستادی و روابط عمومی
- برگزاری جلسه آموزشی تغذیه جهت معلمان و مربیان بهداشت آموزش و پرورش
- مکاتبه با اداره آموزش و پرورش در خصوص برگزاری جلسات آموزشی جهت دانش آموزان
- مکاتبه با مسوولین مراکز بهداشتی درمانی شهری و روستایی و پایگاه های بهداشتی در خصوص شعار امسال
- مکاتبه با مربیان رابطین در خصوص برگزاری جلسات آموزشی تغذیه صحیح در مراکز بهداشتی
- برگزاری جشنواره غذاهای سنتی در مدرسه ابتدایی فرهنگ
- برگزاری جشنواره غذاهای سنتی در سالن فرهنگ و ارشاد اسلامی با حضور رابطین بهداشتی
- گذاشتن جلسات آموزشی تغذیه و اهمیت غذاهای بومی در خانه های بهداشت
- برگزاری جلسه آموزشی جهت رابطین شهری، بهورزان و پرسنل بهداشتی و توجیه آنان در مورد برگزاری هفته آموزش اعضای کارگروه سلامت شهرستان در زمینه ترویج تغذیه بومی و دادن کتاب آموزش تغذیه در
- دورانه های مختلف زندگی به شرکت کنندگان و تصویب برگزاری جشنواره غذا در اسفند ماه در کارگروه سلامت
- ارسال پیامهای کوتاه در روزهای هفته بسیج تغذیه به پرسنل بهداشتی و اعضای کمیسیون بهداشت شهرستان
- نصب بنرهای تغذیه صحیح در مرکز بهداشت شهرستان
- هماهنگی جهت برگزاری کمیسیون سلامت زنان و آموزش تغذیه بومی



خواف

- هماهنگی با معاونت محترم بهداشتی جهت ارسال پیامک به همکاران و داوطلبین سلامت
- هماهنگی با اداره ی جهاد کشاورزی جهت توزیع CD آموزش طبخ آذیابان بین تمام مراکز
- هماهنگی با مدیریت محترم آموزش و پرورش جهت اطلاع رسانی پیام های هفته ی بسیج به دانش آموزان
- برگزاری جلسات آموزشی توسط همکاران مراکز در مدارس تحت پوشش
- طرح موضوع هفته ی بسیج آموزشی تغذیه در شورای سلامت و امنیت غذا توسط مدیریت محترم شبکه
- توزیع کتاب به کلیه ی مراکز بهداشتی و همچنین ارسال متن آموزشی به فرمانداری و کلیه ی ادارت
- درج خبر شروع هفته بسیج آموزشی تغذیه به همراه بروشورهای ارسالی استان در سایت شبکه بهداشت و درمان شهرستان خواف توسط معاونت محترم بهداشتی
- اطلاع رسانی و ارسال مطالب آموزشی از طریق ایمیل به کلیه ی همکاران مراکز تحت پوشش
- در نظر گرفتن غذای گرم برای همکاران مرکز بهداشت با تاکید بر مصرف غذاهای سنتی



درگز

- مطرح کردن سومین بسیج آموزش همگانی تغذیه در شورای سلامت شهرستان
- مکاتبه و اطلاع رسانی به کلیه مراکز بهداشتی و درمانی و ارسال اهداف و روز شمار هفته بسیج آموزش تغذیه
- مکاتبه با اداره آموزش و پرورش و اداره بهزیستی جهت اطلاع رسانی و اجرای فعالیت های مناسب این هفته
- چاپ و نصب بنر جهت اطلاع رسانی هفته به عموم مردم
- برگزاری جلسه آموزشی جهت افراد دیابتی ، بهورزان، رابطین، دانش آموزان در سطح خانه های بهداشت
- تهیه پیام های تغذیه به مناسبت این هفته و نصب در برد و همچنین در سایت شبکه
- ارسال مطالب آموزشی (پوستر، پمفلت، کتابچه و...) جهت خانه سالمندان
- چاپ مطلب به مناسبت این هفته در نشریه ندای سلامتی ابیورد
- برگزاری جشنواره غذا در اداره جهت پرسنل با موضوعیت غذای سنتی یک ارزش یک فرهنگ
- برگزاری جشنواره غذا در برخی مدارس سطح شهر با موضوعیت غذای سالم
- برگزاری مسابقه جدول غذای بومی جهت پرسنل و اهداء جایزه به نفرات اول به قید قرعه
- برگزاری مسابقه پرسش و پاسخ جهت دانش آموزان پایه اول ابتدایی و اهداء جایزه
- تهیه متن سخنرانی برای ائمه جماعات در رابطه با غذای سنتی به همراه پیام های هفته



زاوه

- هماهنگی با سازمان آموزش و پرورش شهرستان جهت برگزاری جلسه آموزشی
- پذیرایی از همکاران شرکت کننده در کارگاه آموزشی با غذای سنتی "آش رشته"
- هماهنگی با مدیریت امور اداری ، روابط عمومی و واحد مدارس شبکه برای فعالیت های این هفته
- توزیع پوستر های دریافتی از استان با عنوان «سومین بسیج تغذیه تغذیه» به مراکز بهداشتی-درمانی و در مدارس
- تهیه پاورپوینت با موضوع آهن یاری جهت استفاده و آموزش در مدارس
- تهیه پمفلت آموزشی با موضوع «فست فود ممنوع» جهت ارسال به مراکز بهداشتی-درمانی



رشتخوار

- برگزاری جلسه هماهنگی جهت برنامه ریزی فعالیتهای هفته بسیج تغذیه ، مکاتبه با مراکز جهت اطلاع
- مکاتبه با ادارات (فرمانداری، کمیته امور بانوان شهرستان، آموزش و پرورش ، کمیته امداد،...)
- پرده نویسی با موضوع هفته و نصب پرده و پوستر در مراکز، بیمارستان و آزمایشگاه
- تهیه و درج مطالب آموزشی و معرفی غذاهای سنتی شهرستان در سایت شبکه بهداشت رشتخوار
- ارسال مطالب آموزشی مرتبط به مراکز و توزیع تراکت آموزش غذاهای سنتی در کلاسهای مشاوره ازدواج
- برگزاری جلسه آموزشی تغذیه سالم و غذای سنتی جهت نو عروسان تحت پوشش کمیته امداد
- برگزاری جشنواره غذای سنتی در برخی خانه های بهداشت و مراکز با همکاری داوطلبین سلامت
- برگزاری جشنواره غذای سنتی و برنامه صرف صبحانه سالم در برخی مدارس شهرستان
- برگزاری جلسات آموزشی برای گروههای مختلف هدف توسط مراکز و خانه های بهداشت با موضوع هفته
- طبخ یک غذای سنتی در مراکز جهت پرسنل مرکز در طول هفته
- مکاتبه با اتحادیه صنف نانویان جهت اهمیت استفاده از سبوس در نان و برگزاری جلسه آموزشی جهت
- متصدیان نانوايي
- بازدید از آشپزخانه ها واغذیه فروشی ها با در طول هفته مذکور



سرخس

- برگزاری جلسه هماهنگی با حضور مسئولین واحدهای ستادی مرکز بهداشت شهرستان
- مکاتبه با امام جمعه شهرستان و همچنین تهیه متن سخنرانی جهت ایراد در خطبه های نماز جمعه
- درج شعارهای بسیج تغذیه در سر برگ نامه های اداری
- تهیه بنر به مناسبت هفته بسیج تغذیه با شعار غذاهای بومی
- ارسال پیامک شعارهای هفته از طریق هماهنگی با مخابرات و ارسال مطالب آموزشی به ایمیل به همکاران
- برگزاری کارگاه آموزشی تغذیه در دوران های مختلف زندگی جهت کارکنان تامین اجتماعی
- اعلام روز شمار هفته بسیج تغذیه به مراکز بهداشتی و خانه های بهداشت
- توزیع تراکت با مضمون غذاهای بومی جهت نصب در برد شبکه ،خانه های بهداشت و مراکز
- برگزاری جلسه آموزشی جهت مادران کودکان روستا مهد و همچنین رابطین شهری و روستایی
- برگزاری جشنواره غذا در محل ستاد مرکز بهداشت (جهت کارشناسان ستادی و رابطین شهری)
- برگزاری یک وعده غذای محلی (کشک زرد) جهت کارشناسان ستادی
- چاپ مقاله با مضمون غذاهای بومی و محلی در ماهنامه سرخس و همچنین در سایت شبکه



فریمان

- برگزاری جلسه با سرپرست مرکز بهداشت و کارشناسان ستادی در رابطه با هفته بسیج تغذیه
- ارسال پیامهای تغذیه صحیح به مردم از طریق ارسال پیامک و بلوتوث در هفته مذکور
- تهیه بنر با موضوع شعارهای هفته بسیج تغذیه برای مرکز بهداشت و مراکز بهداشتی درمانی و بیمارستان
- ارسال تراکت آموزشی و پیامهای تغذیه صحیح به کلیه مراکز بهداشتی، مهدهای کودک، آموزش و پرورش و سایر ادارات شهرستان
- برگزاری جلسه آموزشی تغذیه صحیح در مدرسه ابتدایی برای والدین دانش آموزان
- مشاوره تغذیه صحیح با بیماران دیابتی در کلینیک دیابت بیمارستان توسط کارشناس تغذیه
- بازدید از کلیه رستورانهای سطح شهر و ید سنجی نمک رستورانها در هفته مذکور
- تهیه آش در مرکز بهداشت توسط همکاران
- ارسال پوستر و پمفلت برای مدارس مروج سلامت



قوچان

- برگزاری جلسه هم اندیشی با حضور معاونت محترم بهداشتی و مسئولین واحد های ستادی -
- ارسال نامه به کلیه مراکز بهداشتی و درمانی به منظور اعلام زمان شعار، اهداف و برنامه های پیش بینی شده
- ارسال شعارهایی کوتاه مناسب با هفته به کلیه ادارات جهت تحریر در سر برگ نامه های اداری
- ارسال نامه به کلیه ادارات شهرستان به منظور اعلام زمان و شعار هفته و تراکت های آموزشی
- برگزاری جلسه آموزشی با حضور مربیان و رابطین بهداشتی
- مطرح کردن اهمیت غذاهای بومی، زمان و اهداف هفته بسیج تغذیه در کار گروه امنیت غذایی شهرستان
- ارسال تراکت هایی محتوی شعار های مرتبط با هفته و اهمیت مصرف سبوس به اتحادیه نانوایی های شهرستان
- قرار دادن لیست و طرز تهیه غذاهای بومی شهرستان قوچان در سایت شبکه و سایت قوچان
- بازدید از مراکز تهیه و توزیع مواد غذایی و سلف سرویس مدارس شبانه روزی و دانشگاه ها
- تحریر پرده محتوی شعارهای مرتبط با هفته تغذیه و نصب در سردرب مرکز بهداشت
- نصب تراکت و مطالب آموزشی در برد شبکه، مرکز بهداشت و مراکز بهداشتی و درمانی
- مسابقه نقاشی در مقطع ابتدایی و مسابقه مقاله نویسی در مقطع راهنمایی و دبیرستان
- هماهنگی با مقطع راهنمایی جهت شناساندن غذاهای بومی و در صورت امکان طبخ آنها در درس حرفه و فن
- نظارت بر بوفه تغذیه سالم با توجه به دستورالعمل خوراکیهای مجاز و غیر مجاز توسط مدیر و نصب پوستر خوراکیهای مجاز و غیر مجاز در معرض دید دانش آموزان معرفی میان وعده های مناسب و نامناسب
- برگزاری جشنواره غذاهای سنتی در مراکز بهداشتی و درمانی با همکاری کلیه پرسنل با همکاری مادران و رابطین
- برگزاری جشنواره غذاهای بومی در در مهد کودک های روستایی و شهری با کمک والدین و آموزش همزمان
- برگزاری جشنواره غذاهای بومی و سنتی در مدارس شهری و روستایی با همکاری معلمان و دانش آموزان
- توزیع میان وعده مناسب بین دانش آموزان از طرف مدرسه
- برگزاری جلسات آموزشی تغذیه جهت مادران، رابطین، دانش آموزان، سالمندان در طول هفته بسیج تغذیه صحیح



کاشمر

- برگزاری جلسه هماهنگی ادارات
- مکاتبه با امام جمعه محترم شهرستان در خصوص سخنرانی در رابطه موضوع هفته بسیج
- مکاتبه با ادارات به مناسبت بسیج تغذیه و ارسال شعارهای مربوط به هفته بسیج تغذیه
- درج شعارهای مربوطه در مکاتبات اداری در سربرگ نامه های اداری
- مکاتبه با مراکز شهری و روستایی، پایگاهها و خانه های بهداشت جهت برگزاری جلسات آموزشی و اطلاع رسانی و برگزاری جلسه توجیهی جهت مراکز شهری و روستایی در رابطه با اجرای بسیج آموزش تغذیه
- مکاتبه و هماهنگی با اداره آموزش و پرورش جهت اطلاع رسانی در جلسات آموزش خانواده در مدارس سه مقطع بویژه مدارس مجری طرح آهن یاری و مروج سلامت
- مکاتبه و هماهنگی با اداره بهزیستی جهت اجرای برنامه بسیج آموزش تغذیه، برگزاری جشنواره غذای سالم با تاکید بر غذای بومی، اطلاع رسانی در جلسات آموزشی مهد کودکهای روستایی و شهری
- ارسال متون آموزشی تغذیه و تراکت به ادارات، مهدهای شهری و روستایی و مدارس
- برگزاری جلسات متعدد آموزش تغذیه سالم با تاکید بر غذاهای بومی با ارزش غذایی ویژه پرسنل درمانگاه تامین اجتماعی، مددجویان کمیته امداد، امدادگران هلال احمر، جلسات آموزش خانواده تعدادی مدارس، جلسه پرسنل شهرداری ریوش، خواهران بسیجی، رابطان مراکز شهری و پایگاهها، کلیه مدیران مهدهای شهری و روستایی در سالن اجتماعات مرکز بهداشت یاسالن ادارات فوق توسط کارشناسان ستادی
- آموزش دستورالعمل بهداشت و تغذیه به کاروانهای پیاده حرم رضوی (۳ کاروان شامل کاروان پیاده روستایکوشه، کوشه نما، عارف آباد) و توزیع دستورالعمل و منوی غذایی سالم بین آنها
- برگزاری جلسات آموزشی تغذیه سالم با تاکید بر غذاهای بومی با ارزش غذایی در سطوح محیطی ویژه مراجعین و گروههای هدف توسط پرسنل بهداشتی (پزشک، ماما، کاردان، بهورز) در طول هفته بسیج تغذیه (دی ۹۱)



مه ولات

- برگزاری کلاس آموزشی تغذیه در گروههای مختلف برای رابطین سلامت
- برگزاری کارگاه تغذیه برای کاردانها و ماماها
- نامه نگاری به کلیه ادارات و اطلاع رسانی لازم و ارسال پوستر و برگه های آموزشی
- نصب و ارسال پوسترهای تغذیه ای در سراسر خانه و مراکز بهداشتی تابعه
- برگزاری جلسات آموزشی توسط کاردان مراکز برای مادران
- انجام ویزیت رایگان مشاوره تغذیه در این هفته برای کلیه افراد
- پایش رایگان قد و وزن کلیه دانش آموزان مدارس شهری در این هفته و شناسایی افراد دچار اختلال رشد و پیگیری در جهت رفع مشکلات آنها
- کلاس آموزشی برای مادران و مربیان مهدکودکهای سراسر شهرستان
- برگزاری جشن غذای سالم در مهدکودک

طرقه و شانديز

- ۱-برگزاري کلاس آموزشي تغذيه جهت مربيان مهد کودکهاي روستائي
- ۲-تهيه ۱۰ عدد بنر به مناسبت هفته بسيج تغذيه و ارسال به مراکز بهداشتي درماني
- ۳-توزيع تعداد ۳۰ عدد کتابچه "تغذيه دردوران سالمندي" در بين مراکز
- ۴-ارسال پيامک با شعار: "غذاهاي سنتي: يک فرهنگ، يک ارزش" جهت عموم
- ۵-تهيه مطالب آموزشي تغذيه و نصب در بورد شبکه جهت اطلاع پرسنل
- ۶-ارسال ۵۰ عدد پوستر به مراکز
- ۷-ارسال يک عدد بنر و ۳ پوستر هفته بسيج براي آموزش و پرورش شهرستان
- ۸-برگزاري ۳۵ جلسه آموزشي تغذيه توسط همکاران مراکز براي گروههاي هدف در طول مدت بسيج تغذيه
- ۹-تهيه مقاله جهت چاپ در ماهنامه محلي "چشمه عسل" شهرستان طرقبه



– ثامن

- ارسال پوستر تغذیه به کلیه مراکز و پایگاهها تابعه
- ارسال متن آموزشی نان سبوسدار به کلیه مراکز و پایگاهها تابعه
- برگزاری جلسات آموزشی درخصوص اهمیت نان سبوسدار
- برگزاری جشنواره غذا
- برگزاری جلسه آموزشی تغذیه صحیح در دوران بارداری



مشهد یک

- برگزاری جشنواره غذاهای بومی و سنتی در مرکز بهداشتی درمانی با حضور رابطین بهداشت



مشهد دو

- مکاتبه با مراکز بهداشتی درمانی و ارسال پیامها و روز شمار سومین بسیج آموزش تغذیه
- ارسال پوستر هفته بسیج تغذیه جهت نصب در مراکز بهداشتی درمانی ، فرهنگسراهای تحت پوشش ، مدارس راهنمایی تحت پوشش برنامه اهن یاری
- آماده سازی محتوی آموزشی (کتابچه) با عنوان " اشنایی ارزان قیمت " جهت توزیع در مراکز بهداشتی درمانی با توجه به وضعیت اقتصادی نامناسب جمعیت تحت پوشش
- ارسال محتوی آموزشی جهت استفاده در جلسات آموزشی
- لیست غذاهای ارزان قیمت و مواد تشکیل دهنده و قیمت آنها به همراه ذکر ارزش غذایی آنها
- اطلاع رسانی پرسنل ستاد شهرستان در خصوص هفته بسیج تغذیه از طریق نصب پوستر در تابلو اعلانات
- مکاتبه با مراکز بهداشتی درمانی جهت برگزاری جلسات آموزشی جهت مادران ، دانش آموزان ، داوطلبین
- سلامت مراکز بهداشتی درمانی ، نیروهای بسیج پایگاههای بسیج مساجد ، رابطین بهداشتی فرهنگسراهای شهرداری
- برگزاری ۵ جشنواره غذا در مراکز بهداشتی مختلف
- برگزاری ۱۲۸ جلسه آموزشی در خصوص تغذیه (تعداد شرکت کنندگان بالغ بر ۳۰۰۰ نفر)



مشهد سه

- تهیه مطلب آموزشی با مضمون اهمیت و جایگاه غذا های بومی و سنتی در تغذیه سالم
- اطلاع رسانی ، تهیه و ارسال بسته های آموزشی تغذیه به : واحد های ستادی ، مراکز بهداشتی درمانی کارکنان نقلیه ، و کارکنان بخش خدمات و انبار ، کارخانجات و ادارات
- برگزاری جلسات آموزش تغذیه ویژه: مراجعین به واحد مادر و کودک - زنان باردار - مزدوجین - بیماران مراجعه کننده به واحد مبارزه با بیماریها- یاوران بسیج در پایگاههای بسیج محله - داوطلبان سلامت - سالمندان - دانش آموزان - اصناف ، کسبه و متصدیان فروش - آموزش بهگران و بهداشت یاران کار در کارخانجات و والدین در روستا مهد ها
- تهیه پیام با مضمون اهمیت و ارزش غذاهای بومی پخش در برنامه صبحگاهی رادیویی
- ارسال روزانه پیام های تغذیه از طریق سامانه پیام کوتاه جهت کارکنان بهداشتی و نمایندگان داوطلبان سلامت
- هماهنگی بانوای مختلف آموزش و پرورش به منظور درج مطالب آموزشی در سایت
- جمع اوری روش طبخ غذاهای بومی رایج در منطقه با همکاری داوطلبان سلامت
- برگزاری جشنواره های غذایی
- ارسال پیام های تغذیه ای از طریق سامانه پیام کوتاه



مشهد ۵

- برگزاری جشنواره غذاهای بومی در مرکز بهداشتی درمانی ۲۲ بهمن جهت رابطين و اهدای جوایز
- برگزاری مسابقه نقاشی در خصوص هفته بسیج تغذیه جهت دانش آموزان و اهدای ۵۰ جایزه به ۱۰۱ اثر
- ارسال مطلب آموزشی مرتبط با هفته بسیج تغذیه و جشنواره غذا جهت چاپ در روزنامه محلی شهر آراء
- تهیه پاورپوینت آموزشی توسط واحد بهبود تغذیه و ارسال به واحد تغذیه استان و سایر کارشناسان تغذیه
- ارسال ایمیل در زمینه هفته بسیج به کارکنان مراکز و ستاد توسط واحد بهبود تغذیه در روز اول هفته بسیج
- درج شعارهای هفته بسیج در سربرگ نامه های اداری از طریق اتوماسیون اداری
- هماهنگی جهت ارسال پیامک به پرسنل، مربیان رابطين، رابطين روستا مهد، آموزش و پرورش ،
- ارائه مطلب آموزشی هفته بسیج جهت آموزشگاه بهداشت وحدت و بهداری ناجا در مرزبانى
- ارسال مطالب آموزشی به مراکز بهداشتی درمانی و آموزش مزایای به پرسنل (تعداد ۳۳۰ نفر آموزش دیده اند)
- برگزاری جلسه آموزشی تغذیه صحیح دوران بارداری جهت ماماهاى مراکز شهری و روستایی (۴۰ نفر)



