



"تسعى الجمعية الملكية للتوعية الصحية إلى غرس أفضل الممارسات الصحية في أطفالنا منذ الصغر. لأن العادات السليمة التي يكتسبها الأطفال في عمر مبكر هي أساس بناء أسر صحية وسعيدة في المستقبل."

جلالة الملكة رانيا العبدالله المعظمة

كلمة المدير العام

تطل عليكم الجمعية الملكية للتوعية الصحية كما عودتكم في كل عام بتقريرها السنوي الذي به نحرص دائماً على التواصل معكم وإطلاعكم على أهم التحديات والأجازات التي تمكّننا من تجاوزها وتحقيقها بالجهود المميزة لفريق عملنا ومتطوعينا. والتي ساعدتنا على الوصول لعامنا السابع. ولابد لنا من الإشارة الى ان تلك الاجازات ما كانت لتتحقق لولا الشراكات الفاعلة مع القطاع العام والخاص ومؤسسات المجتمع المدني التي عمدت الجمعية منذ تأسيسها بالعمل على تطويرها من أجل الارتقاء بآداء افضل في تنفيذ كافة البرامج التي تبنتها الجمعية لتحقيق رسالتها التي تهدف الى تمكين ابناء مجتمعنا من اتخاذ قرارات صحية وسليمة وتعزيز مفهوم الوقاية الصحية لديهم.

لقد شهد عام 2012 العديد من التغيرات والتحديات على مستوى قطاعي التعليم والصحة الامر الذي دفع بنا للاصرار على مواجهة هذه التغيرات والإستمرار في تنفيذ مشاريعنا لا بل والعمل على تطويرها ومحاولة الارتقاء بها في ظل الظروف الاقتصادية الصعبة من أجل زيادة وترسيخ مفهوم الوعي الصحي لدى المجتمع الأردني من خلال البرامج الوقائية التي تعنى بالسلامة والصحة العامة إيماناً بمبدأ الصحة حق للجميع. ولايماننا بهذا المبدأ. وأن لكل فرد الحق بالتمتع بأسلوب حياة صحي وآمن. قمنا بتكريس جل اهتمامنا للنبي إحتياجات المستفيدين من برامجنا بما يتماشى والأولويات الصحية للمجتمعات المحلية وفق أفضل مستويات الأداء وممارسات الجودة والتميز.

لقد خطت الجمعية الملكية للتوعية الصحية خلال العام 2012 خطوات ذات أهمية كبيرة لتطوير مشاريعها والتي تهدف لزيادة الوعي الصحي بين كافة شرائح المجتمع في المدارس والجامعات والمجتمع ككل. ولتحسين مستوى اداء المشاريع وقياس اثرها قامت الجمعية بإجراءات مهمة في مجال دمج مبادئ المتابعة والتقييم الحديثة في برامجها وعملياتها المؤسسية منذ عام 2011. والآن. حيث ندخل عامنا الثالث في اعتماد ممارسات المتابعة والتقييم. نؤمن بأن التقييم المبني على النتائج هو مفهوم يتطلب التطوير الدائم. كما ونسعى لتلبية تطلعات شركائنا من خلال المتابعة المبنية على الحقائق وتعزيز عملية صنع القرار المستنيرة ببيانات موثوقة ودقيقة. كما سنبدأ في عام 2013 العمل باستراتيجية الخمس سنوات المقبلة والعمل على امتتها وفق أحدث اساليب الإدارة.

ولاهمية مفهوم الصحة الوقائية فإن الجمعية الملكية للتوعية الصحية تعتمد في التخطيط والتنفيذ لجميع برامجها على مبدأ تقديم الخدمات التوعوية وليس العلاجية. إيماناً منها أن الوقاية هي الطريق لتمكين المجتمعات من تحسين أنماط حياتها وتبني سلوكيات صحية. ومن هنا كان استمرارنا في توسعة مشاريعنا في المدارس كبرنامج الاعتماد الوطني للمدارس الصحية ومشروع فكر أولاً للوقاية من الاصابات ومشروع جائزة الملك عبدالله الثاني للياقة البدنية لتشمل بذلك طلاب اكثر على مستوى جميع محافظات المملكة. الى جانب مشاريعنا التي تطبق في المراكز الصحية كمشروع عيادة المجتمع الصحي وعيادات السكري الذاتية، ولاهمية دور الشباب في تحقيق اهدافنا ولتثمين الجمعية لدور التطوع في تنفيذ برامجها على ارض الواقع. عملت الجمعية مع شبكة من المتطوعين لتمكينهم من ان يصبحوا سفراء للصحة في مجتمعاتهم ويقدموا الدعم للأجاح أنشطة الجمعية في المجتمعات المحلية.

نتطلع في العام القادم ان نستمر في خدمة مجتمعنا لتحقيق الأهداف المنشودة وللوصول لمجتمع أردني أكثر صحة .

إنعام البريشني

تأسست الجمعية الملكية للتوعية الصحية في عام 2005 بتوجيهات من صاحبة الجلالة الملكة رانيا العبدالله المعظمة لزيادة الوعي الصحي وتمكين المجتمع المحلي من اتباع سلوكيات صحية. وتقوم الجمعية بتنفيذ برامج تنمية لتلبية احتياجات المجتمع المحلي والتي تتماشى والأولويات الصحية الوطنية.



الجمعية الملكية للتوعية الصحية
Royal Health Awareness Society

الرؤيا :

نحو مجتمع أردني صحي وآمن.

المهمة:

الجمعية الملكية للتوعية الصحية هي مؤسسة أردنية غير ربحية تسعى الى زيادة الوعي الصحي لدى المجتمع الأردني من خلال تنفيذ برامج وقائية تعنى بالسلامة والصحة العامة إيماناً بمبدأ الصحة حق للجميع.

القيم :

- الاهتمام: نؤمن بحق الصحة للجميع. وأن لكل فرد الحق بالتمتع بأسلوب حياة صحي وآمن. نكرس جل اهتمامنا لتلبية احتياجات المستفيدين من برامجنا بما يتماشى والأولويات الصحية للمجتمعات المحلية وفق أفضل مستويات الأداء وممارسات الجودة والتميز.
- الخبرة: نمتلك في الجمعية الملكية للتوعية الصحية خبرة فنية واسعة في مجال السلامة والصحة العامة . يعززها فريق عمل متخصص يتمتع بمجموعة من المهارات العملية والمعرفة العلمية. كما نركّز على تبني مفاهيم رائدة في قطاع التنمية المستدامة ما يعزز خبرتنا في هذا المجال ويرسخ التغيير السلوكي المنشود لدى الفئات المستفيدة.
- اخلاقيات العمل: نتفاعل ضمن إطار منظومة اخلاقية متكاملة مبنية على أسس الثقة والالتزام بالسلوك المهني. والنزاهة في تقديم الخدمة. والشفافية في التعامل. والمصادقية في العمل.
- العمل التطوعي: نؤمن بأهمية ترسيخ ثقافة العمل التطوعي المبنية على المهارات لتعزيز اهداف برامجنا على أرض الواقع. ونثمن جهود الشباب الدؤوبة التي تمكننا من التواصل والتفاعل مع الفئات المستفيدة في المجتمعات المحلية بشكل مباشر.
- المشاركة: نتبنى نهجاً تشاركياً يستند الى أهمية التعاون مع الشركاء من القطاعين العام والخاص ومؤسسات المجتمع المدني لتحقيق الأهداف المنشودة. كما يخلق تمسكنا بمبدأ الشراكة رابطاً حقيقياً مع المجتمعات المحلية المستفيدة من خلال دمج افرادها واشراكهم الفاعل في عملية التغيير السلوكي وتبني أنماط صحية لحياة أفضل.

برنامج الاعتماد الوطني للمدارس الصحية هو برنامج تم اطلاقه في عام ٢٠٠٨ بالتعاون مع وزارتي التربية والتعليم والصحة. يهدف برنامج الاعتماد الوطني للمدارس الصحية الى تعزيز و تطوير بيئة صحية في مدارسنا تنعكس ايجابياً على نمو الطالب البدني والاجتماعي والتعليمي. ويقوم المشروع على مجموعة من المعايير الوطنية والتي يتم تدريب المدارس المشاركة على كيفية تطبيقها لتجعل من المدرسة بيئة أمثل للتعلم والعمل.



الإنجازات

- تم تطبيق مشروع المدارس الصحية في ٧٥ مدرسة من معظم المحافظات. من ضمنها ٨ مدارس خاصة للعام الدراسي ٢٠١٢/٢٠١١
- تم تدريب وبناء قدرات ١١٠ معلم ومعلمة صحة و ٧٥ مدير من جميع المدارس المشاركة في المشروع.
- قام فريق من الخبراء بزيارة المدارس المشاركة من أجل تقييم أدائها. وبناءً عليه تم اعتماد ٤٧ مدرسة من أصل ٧٥ مدرسة على أنها مدارس صحية : ١٥ مدرسة ضمن المستوى الذهبي. و ٩ مدارس ضمن المستوى الفضي. و ٢٣ ضمن المستوى البرونزي.
- تم تدريب ١١٨ متطوع وسفير ضمن كليات التمريض على الحقيبة الصحية لتطبيقها في المدارس الصحية المشاركة.
- تم تعديل وتطوير معايير ودليل البرنامج حسب التغذية الراجعة من المجتمع المحلي. كما وتم اضافة فصل خاص يشمل شروط الصحة والسلامة العامة في المساح المدرسية.
- تم تنظيم العديد من المحاضرات حول مواضيع صحية مختلفة من قبل مسؤولين في القطاع الصحي من خبراء التغذية وأطباء الأسنان والدفاع المدني وغيرهم من أجل زيادة الوعي حول قضايا صحية مهمة. كما وتم تنظيم العديد من الأنشطة مثل الفطور الصحي والألعاب والتمارين البدنية.
- شارك أعضاء من المجتمع المحلي والقطاع الصحي في العديد من المبادرات المدرسية. حيث ساهمت مشاركاتهم في نجاح هذه المبادرات. كمبادرة بناء مرات صعود للطلبة ذوي الإعاقات الحركية.

النتائج

- مع نهاية العام الدراسي ٢٠١٢/٢٠١١ استطاعت ٥٧٪ من المدارس المشاركة الحفاظ على الاعتماد لمدة ثلاث سنوات متتالية.
- تم تطبيق مبدأ اللجان المجتمعية المحلية (العنقودية) في بعض المناطق والتي أثبتت فعاليتها في تعزيز الأثر بين مدارس المنطقة الواحدة. حيث تم تشكيل لجنة محلية (تتكون من ممثلين من جميع المدارس وقادة المجتمع المحلي) تقوم بمتابعة تطبيق أنشطة البرنامج المختلفة في المدارس المشاركة. ومواجهة التحديات القائمة وضمان توزيع الموارد والأدوات على أساس الاحتياجات الفردية للمدارس لضمان تحقيق الاعتماد. حيث تم تشكيل ثلاث مجموعات محلية في الرمنا وعين الباشا والبادية الشمالية الشرقية.
- أشارت نتائج دراسة قبلية - بعدية تم تنفيذها في بداية ونهاية العام الدراسي ٢٠١٢/٢٠١١ الى:
 - ازدياد نسبة الطلبة الذين قالوا انهم تناولوا الفواكه مرة واحدة فأكثر يومياً خلال الثلاثين يوماً الماضية بـ ٥٪
 - ازدياد نسبة الطلبة الذين قالوا انهم تناولوا الحليب أو منتجات الألبان مرة واحدة يومياً على الأقل خلال الثلاثين يوماً الماضية بـ ٢,٩٪
 - ازدياد نسبة الطلبة الذين قالوا انهم نظفوا أسنانهم بالفرشاة والمعجون مرتين في اليوم خلال الثلاثين يوماً الماضية بـ ٤,١٪
 - ازدياد نسبة الطلبة الذين مارسوا النشاط البدني يوم- يومان لمدة لا تقل عن ٦٠ دقيقة داخل وخارج المدرسة خلال الاسبوع المعتاد بـ ٤,٢٪
 - ازدادت نسبة الطلبة الذين قالوا انهم تناولوا الخضروات مرتين فأكثر في اليوم خلال الثلاثين يوماً الماضية بـ ٥,٧٪



جائزة الملك
عبدالله الثاني
للياقة البدنية



مشروع جائزة الملك عبدالله الثاني للياقة البدنية هو مبادرة وطنية تم اطلاقها في عام ٢٠٠٥ بالتعاون مع وزارتي التربية والتعليم والصحة. يهدف المشروع الى المساهمة في تحفيز الطلبة على ممارسة التمارين الرياضية لتصبح جزءاً أساسياً من حياتهم اليومية للتمتع بنمط حياة اكثر صحة. يكتسب الطلبة من خلال المشاركة في المشروع المعرفة والمهارات اللازمة التي تمكنهم من الانخراط في النشاطات الرياضية المختلفة والتي تساعدهم على تبني نمط حياة مليء بالنشاط.

الإنجازات

- شاركت ٢٤٥٥ مدرسة في الدورة السابعة للمشروع خلال العام الدراسي (٢٠١١-٢٠١٢). بما فيها مدارس وزارة التربية والتعليم الحكومية والمدارس الخاصة ومدارس وكالة الغوث الدولية والثقافة العسكرية , بالإضافة الى مدارس الصم في المملكة. وكان عدد الطلبة المستهدفين ٦٠١٩٤٤ طالب وطالبة. بنسبة ٤٦,٩٧٪ ذكور و ٥٣,٠٣٪ اناث.
- فاز ٢٤٧٤٧ طالب وطالبة بالميدالية الذهبية . وبمعدل ١٦٢٨٩٨ للإناث و ٨٤٥٩ للذكور.
- تم تكريم الطلبة الفائزين بالدورة السابعة للجائزة من العام الدراسي (٢٠١١/٢٠١٢) بحفل كبير تحت رعاية وحضور صاحبي الجلالة الملك عبدالله الثاني وجلالة الملكة رانيا العبدالله.
- تم عقد اجتماع لمسؤولي ومسؤولات الجائزة في الأقاليم الثلاث (شمال,وسط,جنوب) لشرح آلية تنفيذ وتطبيق برنامج الجائزة (الدورة السابعة) وعقد دورات حكيمية لاكثر من ١٣٥٠ حكم ومحكمة لجائزة الملك عبد الله الثاني للياقة البدنية بواقع (٩) دورات في مختلف أقاليم ومناطق المملكة من أجل توحيد آلية الاختبارات.
- تم دمج طلاب الحالات الخاصة في مشروع الجائزة بحيث يتم أخذ متوسط التمارين التي يستطيع الطالب أن يؤديها لتدخل في ترتيب الفائزين على مستوى المملكة.
- تم عقد اتفاقية مع المجلس الثقافي البريطاني لتنفيذ المرحلة الثانية من برنامج القيادات الرياضية الشبابية في جائزة الملك عبدالله الثاني للياقة البدنية مستهدفة ٤,٠٠٠ طالب في ٣٢٨ مدرسة تمثل ٤٢ مديرية.

النتائج

- أظهرت المشاهدات الميدانية انخفاضاً في نسب المشاجرات والعنف بين الطلبة وخصوصاً في مدارس الذكور بحيث شكلت ممارسة الرياضة متنفساً للطلبة في أوقات الفراغ.
- بالاتفاق والتنسيق مع وزارة التربية والتعليم. أصبح بالإمكان تعيين معلمين ومعلمات للتربية الرياضية لكل عام دراسي عن طريق التعليم الإضافي. للعمل على المتابعة والاشراف على أنشطة الجائزة.
- تم رفع نسبة مشاركة الطلبة في المشروع في العام الدراسي (٢٠١١/ ٢٠١٢) الى ٨٤٪ من أصل جميع الطلبة في المدارس المشاركة للفئة العمرية ٩-١٧ سنة .



مشروع عيادة
المجتمع الصحي

مشروع عيادة المجتمع الصحي هو مشروع وطني تم اطلاقه في الربع الاخير من عام ٢٠١١ بالتعاون مع وزارة الصحة. يهدف المشروع إلى بناء قدرات المراكز الصحية المشاركة لتوفير خدمات وقائية وعلاجية تمكن المرضى من إدارة حياتهم والتعامل مع مرضهم بطريقة تقلل من تأثيراته السلبية على صحتهم وتجنبهم التعرض للمضاعفات المختلفة. يتم تأسيس عيادة المجتمع الصحي داخل مراكز وزارة الصحة وتعمل على تدريب الطاقم الطبي. وتزويده بالمعدات اللازمة لتقديم خدمات شاملة للمرضى.

الإنجازات

- تم تطبيق آلية العيادة ومحاورها المختلفة. وذلك من خلال إجراء اللقاءات الفردية والجماعية مع أخصائية التغذية بمعدل ٣ أيام في الاسبوع. والورشات التدريبية للنشاط البدني واجراء تمارين المرونة لمشاركي العيادة بمعدل ١-٢ ورشة شهريا. كما تم إجراء محاضرات تفاعلية مختلفة تتضمن المواضيع الصحية التي يتم تناولها في العيادة وتشمل: السمنة والتدخين وامراض القلب والشرابين والسكري والضغط والربو والحساسية والصحة الإيجابية والصحة السنوية بمعدل ١-٣ محاضرة شهريا.
- تم شمول ٢١١ مريض للمرحلة التجريبية من مختلف الفئات التي تناولها العيادة وتم الاقتصار على هذا العدد لغايات المرحلة التجريبية.
- تم اجراء الفحوصات الدورية لكل مشارك بحسب فئته لمتابعة حالته وشمل ذلك الفحوصات الشهرية والربع السنوية والنصف سنوية.
- تم اطلاق عيادة المجتمع الصحي رسمياً في تشرين الأول لعام ٢٠١٢ تحت رعاية جلالة الملكة رانيا العبدالله بمشاركة المستفيدين من خدمات العيادة وحضور وزير الصحة.
- تم تغطية ٥ مدارس في المنطقة المحيطة بالمركز الصحي من خلال ٩ محاضرات تثقيفية حول المواضيع الصحية ذات الاولوية كالغذية. والتدخين. والصحة الإيجابية. حيث تم شمول ٩٢٠ طالب وطالبة. كما وتم اجراء فحص للسكري للمعلمين والطلاب في هذه المدارس بمناسبة يوم السكري العالمي.

النتائج

- تم تحليل بيانات المرضى بعد ستة أشهر من بداية المشروع وأظهرت النتائج الأولية ما يلي:
 - ٧٩٪ من المرضى قاموا بخفض وزنهم
 - ٨٤٪ من المصابين بالسكري قاموا بتحسين معدلات السكر التراكمي HbA1c
 - ٥٢٪ من المصابين بالضغط قاموا بتحسين مستويات ضغط الدم لديهم.
- تم تنفيذ دراسة باستخدام طريقة العينة غير العشوائية وهي طريقة لمراقبة أداء المشاريع باستخدام عينة صغيرة من المرضى لتحديد ما اذا كانت السلوكيات الصحية لديهم مُرضية وحسب المقاييس المقبولة. وأظهرت الدراسة ان نتائج المرضى مُرضية وحسب المعايير المقبولة في النواحي السلوكية التالية:
 - المرضى الذين تمكنوا من تقسيم غذائهم اليومي الى ثلاث وجبات رئيسية
 - المرضى الذين تمكنوا من الالتزام بالنظام الغذائي المحدد
 - المرضى الذين واطبوا على المشي من ثلاث الى خمس مرات في الاسبوع خلال الاسبوع المعتاد
 - المرضى الذين تمكنوا من خفض وزنهم
 - المرضى الذين يعتبرون انفسهم أكثر نشاطاً وحيوية في حياتهم اليومية
- تم تنفيذ عدد من مجموعات التركيز مع مرضى من مختلف فئات المشروع وذلك لتقييم المعرفة والسلوكيات والمهارات لديهم فيما يتعلق بالصحة قبل بدء المشروع. وأشار المشاركون الى ان عيادة المجتمع الصحي هي فكرة رائدة تتميز بما تقدمه من حزمة من الدوافع مثل التثقيف. والفحوصات. والمتابعة. والأدوات العملية التي تحفزهم لتحسين نوعية حياتهم.



مشروع شبابنا التطوعي

مشروع شبابنا التطوعي هو مشروع شبابي تم إطلاقه في الربع الأخير من عام 2011. يهدف مشروع شبابنا للعمل التطوعي إلى تأسيس شبكة وطنية من المتطوعين الشباب للعب دور قيادي في المجتمع وتخفيف أقرانهم على تبني ممارسات وسلوكيات صحية. حيث يتم تدريب مجموعة من المتطوعين الشباب في كل عام على الأولويات الصحية الوطنية. ويتم تزويدهم بمهارات القيادة والاتصال وكسب التأييد لتمكينهم من المساهمة في تنفيذ متابعة مشاريع الجمعية في مختلف محافظات المملكة.

الإنجازات

- تم اشراك ٢٤ مدرسة من ١٣ مديرية تربية موزعة على ٧ محافظات لتنفيذ نشاطات توعوية صحية داخلها بمشاركة متطوعي مشروع شبابنا.
- تم استكمال العمل ضمن برنامج كليات التمريض. و التعاون مع كليتي التمريض في كل من جامعة فيلادلفيا و جامعة ال البيت شملت ٧٠ متطوع من كلية التمريض تم تدريبهم على آلية تنفيذ مشاريع الجمعية. حيث قاموا بتنفيذ نشاطات توعوية صحية في ٨ مدارس موزعة على ٤ مديريات هي عين الباشا , وجرش , وعمان الثانية , و المفرق . حيث إستفاد من هذه النشاطات ٣٠٠٠ طالب من الصفوف الرابع للثامن.
- تم استكمال العمل ضمن برنامج سفراء التوعية الصحية بالتعاون مع ٨ جامعات لتنفيذ المشروع وترشيح عدد من الطلاب للمشاركة في المشروع و اختيار و تدريب ٤٨ متطوع كسفراء للتوعية الصحية على مهارات حياتية و الادوات المستخدمة في نشر التوعية الصحية .
- قيام سفراء التوعية الصحية بتنفيذ عدد من النشاطات الصحية في المدارس المشاركة في مشاريع الجمعية اشتملت على عدد من المواضيع الصحية كالتغذية السليمة و النشاط البدني و النظافة الشخصية و صحة الفم والأسنان و التوعية المرورية.
- تم اقامة اول حفل تكريم لمتطوعي مشروع شبابنا بمناسبة الوصول الى ١٠٠ متطوع من نفذوا و شاركوا في تنفيذ نشاطات ضمن برامج و مشاريع الجمعية في مقر جامعة كولومبيا. حيث تم توزيع شهادات ودروع على المكرمين.

النتائج

- تم تنظيم عدد من مجموعات التركيز والتي ضمت ٧ سفراء للتوعية الصحية بالتعاون مع مسؤول المتابعة والتقييم . حيث أظهرت مجموعات التركيز التي تم تنفيذها اكتساب الشباب مهارات عملية نتيجة لمشاركتهم في المشروع. حيث انشأ الشباب الى ان التدريب وبناء القدرات الذي حصلوا عليه مكنهم من اكتساب مهارات جديدة منها التواصل. والمهارات الاجتماعية. والعمل الجماعي. وبناء العلاقات. و أشار المشاركون في مجموعات التركيز الى أن المشروع حفز المتطوعين من خلال منهجي الدمج والتمكين لقيادة التغيير واحداث أثر ايجابي سواءً في مجتمعاتهم أو على أنفسهم.
- اظهرت مجموعات التركيز ان المتطوعين تمكنوا بنجاح من التواصل الفاعل والمباشر كسفراء للصحة مع الفئات المستفيدة في مجتمعاتهم المحلية.



**مشروع عيادات
السكري الذاتية**

هو مشروع صحي وطني تم إنطلاقه في عام ٢٠٠٨ بالتعاون مع وزارة الصحة ومشروع عيادات السكري الذاتية العالمي. يهدف إلى تمكين المواطنين من الوقاية والسيطرة على مرض السكري من خلال إنشاء عيادات مرضى السكري الذاتية. حيث تم تأسيس عيادات ذاتية لمرضى السكري تشتمل على "مجموعة مساندة" من مرضى السكري. تتألف كل عيادة ذاتية من ٢ - ٥ أعضاء "مجموعة مساندة" من أجل تشجيع المرضى على دعم ومساعدة بعضهم البعض في التمارين الدورية والإلتزام بالحمية الغذائية والمحافظة المستمرة لمستويات السكر في الدم.



الإنجازات

- تم إنشاء ٨٥٣ عيادة ذاتية في ثلاث مناطق: الهاشمي الشمالي، وأبو نصير، و عمان الشامل، بمشاركة ٢٢٠٠ مشارك من مرضى السكري أو المعرضين للإصابة به.
- شارك المرضى في جلسات تدريبية شملت قياس الوزن والطول ومستويات سكر الدم . بالإضافة إلى فحص السكري التراكمي. كما وشملت كل جلسة تدريبية على معلومات تتعلق بمضاعفات السكري وأهمية إجراء الفحوصات الدورية لمستوى سكر الدم، والعناية بالقدم للمرضى، والأدوية . والتحكم بالأنسولين، والحمية الغذائية، ومستويات السكر الطبيعية . والأمراض ذات الصلة . وكيفية اعتماد عادات ونمط حياة أكثر صحة.
- قامت خبيرة التغذية بوضع برنامج غذائي لكل مريض بما يتوافق مع حالتهم الصحية.
- شملت جلسات المتابعة إجراء فحوصات لأقدام المرضى من قبل أخصائي العناية بالأقدام، بالإضافة إلى القيام بنشاط بدني من قبل مختص لياقة بدنية ومن ثم إعادة فحص السكري التراكمي. و تم فحص نظر جميع المشاركين من قبل مختص وتوجيههم بما يخص حالتهم الصحية.
- تم اصطحاب المشاركين الى النادي الرياضي حيث تم تعريفهم على مختلف الاجهزة و كيفية استخدامها.
- إشتغل المشروع كذلك على نشاطات إجتماعية تضمنت إقامة إحتفال توزيع جوائز لتكريم المشاركين من الذين تمكنوا من الوصول إلى مستويات هيموغلوبين تراكمي طبيعية.

النتائج

- وصل المشروع الى ١٣٪ من المراكز الصحية الشاملة في المملكة. كما تمت تغطية ٥٠٪ من المراكز الصحية الشاملة في محافظة العاصمة. وتم تطبيق البرنامج في مركز صحي عين الباشا وهي احدى مناطق جيوب الفقر حسب دراسة وزارة التخطيط والتعاون الدولي ويطبق المشروع الآن في مركز صحي خريبة السوق الشامل. ومركز صحي ناعور الشامل ومركز صحي بيار وادي السير الشامل. ومركز صحي أبو نصير الشامل.
- وصلت نسبة التحسن في مستويات السكري التراكمي إلى ٦٥٪.
- تمكن ٢٥٪ من المرضى من الوصول إلى مستويات طبيعية من السكري التراكمي. كما وتمكن ٧٠٪ من المشاركين من فقدان الوزن.
- حافظ أغلب المرضى على حمية غذائية سليمة وقاموا بزيادة نشاطهم البدني الذي تشمل جولات مشي يومية.
- تمكن المرضى من مشاركة المعلومات التي حصلوا عليها من المشروع مع جيرانهم وعائلاتهم وأصدقائهم.



فكر أولاً



مشروع فكر أولاً هو مشروع تفاعلي تم إطلاقه في عام ٢٠٠٩ بالتعاون مع وزارة التربية والتعليم. يهدف المشروع إلى دمج مفاهيم الوقاية من الإصابات في الحياة اليومية للأطفال. كما ويساعد المشروع الأطفال على ممارسة عادات آمنة من شأنها أن تقلل من مخاطر التعرض لإصابات الدماغ والعمود الفقري عن طريق تطوير مهاراتهم في حل المشاكل والتفكير النقدي والتحليل لمساعدتهم في اتخاذ القرار الأسلم والأكثر أماناً.

الإنجازات

- تم تطبيق المشروع في ٦٨ مدرسة من مدارس وزارة التربية والتعليم موزعة على ٥ مديريات في منطقة العاصمة كمرحلة أولية من مراحل تطبيق المشروع. حيث قام ٧٠٠ معلم ومعلمة بتطبيق المشروع على أكثر من ٥٠٠٠٠ طالب.
- تم عقد اجتماعات للاهالي في المدارس المشاركة لزيادة وعيهم كجزء من مشاركة المجتمع المحلي.
- قامت جلالة الملكة رانيا العبدالله المعظمة بزيارة إحدى المدارس المشاركة في مشروع فكر أولاً في ٢٩ شباط ٢٠١٢.
- تم عقد سلسلة من دورات الاسعاف الاولي بالتعاون مع جامعة فيلادلفيا في العديد من المدارس الحكومية داخل عمان
- استهدفت طلاب الصفين السادس والسابع. حيث تم تدريب ١٤ طالب من كلية التمريض في جامعة فيلادلفيا على المواد التثقيفية.
- تم تنظيم يوم مفتوح والعديد من الأنشطة المختلفة عن الوقاية من الإصابات في كل مديرية.

النتائج

- قامت الجمعية الملكية للتوعية الصحية بمراقبة التغيير في عدد الإصابات المسجلة خلال العامين الدراسيين ٢٠١١/٢٠١٠ و ٢٠١٢/٢٠١١ في ٦٦ مدرسة مشاركة في مشروع فكر أولاً. شهدت المدارس المشاركة في مشروع فكر أولاً للوقاية من الإصابات انخفاضاً في عدد الإصابات بنسبة ٢٤,٢٪ وذلك حسب الإصابات الموثقة في السجل الصحي للمدارس.
- أظهرت الدراسة القبلية -البعيدة التي نفذتها الجمعية في بداية ونهاية العام الدراسي ٢٠١١/٢٠١٢ تحسن في بعض سلوكيات الطلبة المتعلقة بالسلامة منها:

- ازدادات نسبة الطلبة الذين لم يتعرضوا لإصابة خطيرة خلال العام الماضي بـ ٤٪
- انخفضت نسبة الطلبة الذين تعرضوا للإصابة ثلاث مرات وأكثر خلال العام الماضي بـ ٤٪
- انخفضت نسبة الطلبة الذين تعرضوا لإصابة أثناء اللعب - وهو أكبر مسبب للإصابات- بـ ٧٪
- ازدادات نسبة الطلبة الذين تلقوا دروس عن الاسعاف الأولي في المدرسة بـ ١٠٪



أصدقاء الجمعية الملكية للتوعية الصحية

أصدقاء الجمعية الملكية للتوعية الصحية هو مبادرة وطنية تهدف إلى توفير فرص للمجتمعات المحلية للمشاركة في نشر التوعية الصحية وتحفيز الأردنيين على تبني أنماط و سلوكيات صحية في حياتهم اليومية. حيث نأمل من خلال هذا البرنامج الوصول إلى المهتمين بالانضمام إلى الجمعية، والذين يؤمنون بأهمية عملنا وإجازتنا.



الجمعية الملكية للتوعية الصحية
Royal Health Awareness Society



شركة برومين الأردن المحدودة المسؤولة
(منطقة حرة خاصة)



النسر العربي للتأمين
عضو في مجموعة البنك العربي



أصدقاء الجمعية الملكية للتوعية الصحية هم أفراد من المجتمع المحلي المهتمين بالصحة العامة والعمل الخيري. إلى جانب مجموعة من الشركات الخاصة التي تؤمن بالمسؤولية الاجتماعية، هذا وسيتم دعوة أصدقاء الجمعية الملكية للتوعية الصحية لحضور أهم نشاطات وفعاليات الجمعية. والبقاء على تواصل مستمر مع جمهورهم المستهدف عبر مختلف وسائل الإعلام. وسيتم تخصيص جميع العائدات المالية لتطوير وتنفيذ مشاريع الجمعية التي تخدم المجتمع المحلي.

لمزيد من المعلومات حول كيفية الانضمام إلينا، الرجاء زيارة موقعنا الإلكتروني :

www.rhas.org.jo

إنضموا إلينا لنعمل سويا لأردن أكثر أمانا و صحة!

نتقدم بجزيل الشكر والإمتنان لأصدقاء الجمعية خلال العام ٢٠١٢ وهم: فادي المتولي، رزان فريد الحديثي، يوسف الخالدي، بانا الصغير، فؤاد أحمد صالح عبدالله، سمير جورج فرح، د. محمد الغزاوي، د. عثمان علي ابو زيد، ايمن محمد الرفاعي، محمود ابو دية المطيري، فكتور جورج يوسف درزي، اسماعيل عبدالله ابو دية، سامر جميل سعد نفاع، منذر جودت ادب الدجاني، ومنير سلمان بوالصّة.




أعضاء مجلس
الأمناء و أعضاء
مجلس الإدارة

أعضاء مجلس الأمناء

١. صاحبة الجلالة الملكة رانيا العبدالله المعظمة، رئيسة مجلس الامناء
٢. الدكتور رامي فراج ، نائب رئيس مجلس الأمناء
- الطبيب الخاص لصاحب الجلالة الملك عبدالله الثاني بن الحسين المعظم
٣. معالي المهندس سعيد دروزة
- المدير التنفيذي - شركات أدوية الحكمة
٤. الدكتور عصام الساكت
- مستشار أمراض النسائية والتوليد
٥. السيدة ليلى هندية
- رئيسة مجلس أمناء - الروافد للاستثمارات والتنمية
٦. السيد مصطفى الطباع
- المدير العام - شركة إبسوس
٧. السيد غسان نقل
- نائب رئيس مجلس الإدارة مجموعة نقل
٨. السيدة لانا كلمات
- أخصائية تغذية
٩. الدكتورة جوى عارف
- أخصائية استشارات أسرية
١٠. السيد غسان اللحام
- المدير التنفيذي - Simtex
١١. السيدة ميادة أبو جابر
- المدير العام - مؤسسة التعليم لأجل التوظيف الأردنية
١٢. الدكتور نصري خوري
- مدير عام مستشفى فلسطين
١٣. معالي الدكتورة سيما بحوث
- الامين العام المساعد والمدير المساعد والمدير الإقليمي لمكتب الدول العربية، برنامج الأمم المتحدة الإنمائي نيويورك
١٤. السيد علي البليسي
- مدير عام وكالات الخدمات المشتركة

أعضاء مجلس الإدارة

١. الدكتور رامي فراج - رئيس مجلس الإدارة
٢. معالي المهندس سعيد دروزة - نائب رئيس مجلس الإدارة
٣. الدكتور عصام الساكت - أمين سر مجلس الإدارة
٤. السيدة ليلى هندية - أمين صندوق مجلس الإدارة
٥. السيد مصطفى الطباع - عضو في مجلس الإدارة

A group of young girls in blue school uniforms are clapping and smiling. One girl in the center is wearing a purple hijab. The background is a solid teal color.

“نعمل من أجل مجتمع
صحي، أصحاء مواطنوه،
صحية مدارسهم، صحية
مواطنته، صحيحة
ممارساته”
جلالة الملكة رانيا العبدالله العظيمة



**“WE STRIVE TO PRODUCE A
HEALTHY SOCIETY, WITH HEALTHY
PEOPLE, HEALTHY SCHOOLS,
HEALTHY CITIZENSHIP, AND
HEALTHY PRACTICES.”**

Her Majesty Queen Rania Al Abdullah