



الجمعية الملكية للتوعية الصحية
Royal Health Awareness Society

التقرير السنوي لعام

٢٠١٥



إن السلوكيات تحتاج لواحد وعشرين يوماً لتصبح عادة.
فما بالكم بعشر سنوات!
كلي فخر بإنجازات هذه المبادرة، مع تمنياتي لها
ولفريقها بالمزيد من النجاح لتصبح العادات الصحية
ثقافة وجزءاً من هويتنا.
فأعظم ما قد نقدمه لأبنائنا هو بيئة تثمر عقولاً
ونفسيات وأجساداً صحية.

جلالة الملكة رانيا العبدالله



رسالة المدير التنفيذي

إنه لمن دواعي سروري أن أشارك وإياكم هذه النسخة الخاصة من التقرير السنوي للجمعية الملكية للتوعية الصحية والتي تصادف مرور عشر سنوات على انطلاقة مسيرتها. مسيرة حافلة بالإنجازات وقصص النجاح التي نفتخر بها وبسعي الجمعية لتحقيق التغيير النوعي في حياة الكثيرين في كافة أنحاء المملكة. فخلال هذه السنوات العشر، عملت الجمعية بشكل دؤوب وبذلت جهوداً متفانية مع شرائح عمرية مختلفة بهدف رفع الوعي الصحي لدى الآلاف منهم والتأثير عليهم لتبني سلوكيات صحية. ولقد كانت وما زالت رؤية جلالة الملكة رانيا العبدالله تمثل لنا نبزاساً نقندي به على مر السنوات بهدف الوصول إلى أردن آمن وصحي.

ولقد كان عام ٢٠١٥ بالذات عاماً مميزاً، فقد قامت الجمعية بإطلاق مشاريع متميزة مثل مشروع المطبخ الإنتاجي، حيث قدم هذا المشروع الريادي نموذجاً متكاملًا للعمل التنموي، كونه مشروعاً يدار من قبل سيدات المجتمع المحلي ويقوم بتوفير وجبات غذائية صحية من إنتاجهن لحوالي (٢,٤٠٠) طالباً وطالبة في عشر مدارس حكومية محيطة من مناطق جيوب الفقر في المملكة.

وفي الربع الأخير من عام ٢٠١٥، قامت الجمعية بإطلاق تطبيقها الخاص على الهواتف الذكية باللغتين العربية والإنجليزية للاستفادة من مزايا التكنولوجيا والانتشار الواسع للهواتف الذكية في الأردن، وبهدف تشجيع الأردنيين على تبني أنماط حياة صحية، وإيصال رسالتنا الصحية التوعوية لأكبر قدر من المواطنين.

ومع انتشار الأمراض المزمنة بشكل متسارع عالمياً وفي الدول النامية -كالأردن- بشكل خاص، فإن الجمعية ستركز جهودها على التصدي لعوامل الخطورة المسببة لتلك الأمراض ومنها التدخين والتغذية غير الصحية خلال العام القادم، وذلك من خلال الاستمرار في تنسيق الجهود والعمل مع المنظمات غير الحكومية التي تعمل على مكافحة التدخين من جهة وتنفيذ المبادرات ذات العلاقة بوقاية وحماية الأطفال والمراهقين من خطر الإدمان على التبغ والمخدرات والكحول. بالإضافة إلى توسيع مشروع المطبخ الإنتاجي لضمان إيصال الوجبات الغذائية الصحية إلى عدد أكبر من الأطفال واتباعهم لنظام غذائي صحي من خلال التوعية التغذوية.

وبالتأكيد سيتم التركيز أكثر على توسيع برنامج عيادات المجتمع الصحي ليشمل عدد أكبر من المراكز الصحية الشاملة التابعة لوزارة الصحة. وفي ظل أزمة اللجوء السوري، سينفذ البرنامج في المجتمعات المضيفة للاجئين السوريين لتمكين مرضى الأمراض المزمنة (الأردنيين و اللاجئين السوريين) ليقوموا بإدارة مرضهم بشكل أفضل وتخفيف المضاعفات والتكلفة المادية المتعلقة بتلك الأمراض، عن طريق تقديم خدمات توعوية وقائية وإرشادية لتبني سلوكيات صحية.

وختاماً، فإن هذه الإنجازات والمساهمات لم تكن لتري للنور أبداً لولا الإلتزام الدائم لفريق عملنا وشركائنا الاستراتيجيين من القطاع العام والقطاع الخاص ومنظمات المجتمع المدني محلياً ودولياً. ولجميع هؤلاء نتقدم بالشكر الجزيل وعظيم الامتنان على ما يقدمونه من دعم وتحفيز وإلهام لنا، لنحقق سوية المزيد من النجاحات والأثر طويل المدى.

حنين عودة

من نحن

تأسست الجمعية الملكية للتوعية الصحية في عام ٢٠٠٥ بتوجيهات من صاحبة الجلالة الملكة رانيا العبدالله المعظمة لزيادة الوعي الصحي وتمكين المجتمع المحلي من اتباع سلوكيات صحية. وتقوم الجمعية بتنفيذ برامج تنموية لتلبية احتياجات المجتمع المحلي والتي تتماشى مع الأولويات الصحية الوطنية.

الرؤيا

نحو مجتمع أردني صحي وآمن.

المهمة

زيادة الوعي الصحي لدى المجتمع الأردني من خلال تنفيذ برامج وقائية تعنى بالسلامة والصحة العامة إيماناً بمبدأ الصحة حق للجميع.

منهجية عملنا

- تعتمد الجمعية الملكية للتوعية الصحية 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.
- تعمل الجمعية على زيادة الوعي الصحي لدى المجتمعات المحلية من خلال تصميم **برامج تتوافق مع الأولويات الصحية الوطنية** وتتناسب مع الاحتياجات المختلفة للفئات المستهدفة، كما تعمل الجمعية على إشراك المنتفعين في تصميم وتطبيق برامجها الصحية.
- تقوم الجمعية على بناء قدرات المستفيدين لتمكينهم من اتباع أنماط حياة وسلوكيات صحية لحياة أفضل، ولتحقيق هذا الهدف نسعى **لبناء مجموعة من المهارات العملية والخبرات لدى المستفيدين** لتمكينهم من تعزيز دورهم كقادة للتغيير في مجتمعاتهم، وفي الوقت ذاته تقوم الجمعية بتمكين الأنظمة القائمة (المؤسسات المعنية في تقديم الخدمات الصحية) بتبادل الخبرة والمعرفة لضمان استمرارية البرامج وقابلية توسعها على المستوى الوطني.
- لتعزيز فرص حصول المستفيدين على المعلومات الصحية المتعلقة بحياتهم، تركز الجمعية على تطوير وتوفير مواد وأدوات توعوية قائمة **على أفضل الممارسات** يتم تكييفها لتناسب سياق المجتمعات المحلية المستهدفة.
- تقوم الجمعية الملكية للتوعية الصحية بتطوير وتنفيذ برامج توعوية تعنى بالسلامة والصحة العامة بالشراكة مع القطاعين العام والخاص ومؤسسات المجتمع المدني كما تحرص الجمعية على تبني قنوات تواصل مفتوحة مع الشركاء والداعمين والمؤسسات العالمية **لتأسيس شراكات تعاون مستدامة** في مجال تطوير المنح واكتساب وتبادل الخبرات والموارد.
- تبني الجمعية الملكية للتوعية الصحية **نظام حوكمة** يمكنها من إدارة برامجها بطريقة تضمن الكفاءة العالية والشفافية ونظم تدقيق مهنية لتقوم بتقديم التقارير حول أنشطتها لكافة المعنيين وأصحاب العلاقة. كما لدى الجمعية نظام متابعة وتقييم قوي يستند إلى مخرجات محددة ومؤشرات واضحة لقياس الأداء، وتحليل البيانات ونشرها، واستخدام النتائج في عملية صناعة القرارات بشأن تطوير وتنفيذ برامجها في المستقبل.



مجلس الإدارة

- الدكتور رامي فراج، رئيس مجلس الإدارة
- الدكتور نصري خوري، نائب رئيس مجلس الإدارة
- الدكتور فايز أبو حميدان، أمين سر مجلس الإدارة
- الدكتور سند الكيلاني، أمين صندوق مجلس الإدارة
- الدكتورة بسمة الخطيب، عضو في مجلس الإدارة
- الدكتورة بسمة الخطيب، عضو في مجلس الإدارة

مجلس الأمناء

- صاحبة الجلالة الملكة رانيا العبدالله المعظمة، رئيسة مجلس الأمناء
- الدكتور رامي فراج، نائب رئيس مجلس الأمناء، الطبيب الخاص لصاحب الجلالة الملك عبدالله الثاني بن الحسين المعظم
- معالي المهندس سعيد دروزة، المدير التنفيذي - شركات أدوية الحكمة
- معالي الدكتورة سيما بحوث، الأمين العام المساعد والمدير المساعد والمدير الإقليمي - مكتب الدول العربية، برنامج الأمم المتحدة الإنمائي نيويورك
- معالي السيد فارس القطارنة، رئيس تنفيذي - شركة كونتاكت جروب
- الدكتور نصري خوري، مدير عام - مستشفى فلسطين
- الدكتورة بسمة الخطيب، استشارية التأهيل النفسي والاجتماعي
- الدكتور فايز أبو حميدان، رئيس هيئة المديرين، المدير العام - مستشفى الجاردنز
- الدكتور سند الكيلاني، نائب الرئيس للشؤون الطبية - مستشفى فرح
- الدكتور عصام الساكت، مستشار أمراض النسائية والتوليد
- الدكتورة نجوى عارف، أخصائية استشارات أسرية
- السيد زاهي المصري، رجل أعمال
- السيد غسان نقل، نائب رئيس مجلس الإدارة - مجموعة نقل
- السيدة ليلى هندية، رئيسة مجلس أمناء - الروافد للاستثمارات والتنمية
- السيد مصطفى الطباع، المدير العام - شركة إيسوس
- السيد علي البلبيسي، مدير عام - وكالات الخدمات المشتركة
- السيدة لانا كلمات، أخصائية تغذية
- السيد غسان اللحام، المدير التنفيذي - شركة الحوسبة الصحية الدولية
- السيدة ميادة أبو جابر، المدير العام الأسبق - مؤسسة التعليم لأجل التوظيف الأردنية

إنجازاتنا



عشر سنوات

المدارس الصحية

برنامج اعتماد وطني للمدارس الصحية تم إطلاقه في عام ٢٠٠٨ بالتعاون مع وزارة التربية والتعليم ووزارة الصحة، بهدف تعزيز وتطوير بيئة صحية في مدارسنا تنعكس إيجابياً على نمو الطلبة البدني والاجتماعي والتعليمي. ويقوم البرنامج على مجموعة من المعايير الوطنية والتي يتم تدريب المدارس المشاركة على كيفية تطبيقها لتجعل من المدرسة بيئة أمثل للتعلم والعمل. ويركز البرنامج على التوعية الصحية حول مواضيع الصحة العامة والوقائية مثل النظافة الشخصية، نظافة الفم والأسنان، النشاط البدني، وأهمية التغذية السليمة.

إنجازات ونتائج عام ٢٠١٥

- تم تطبيق برنامج المدارس الصحية في ٦٨ مدرسة من معظم محافظات المملكة، من ضمنها ٦ مدارس خاصة للعام الدراسي ٢٠١٤/٢٠١٥، وبعد عملية التقييم تم اعتماد ٥٩ مدرسة من أصل ٦٨ مدرسة كالتالي: ١٨ مدرسة ضمن المستوى الذهبي، و١٥ مدارس ضمن المستوى الفضي، و٢٦ ضمن المستوى البرونزي.
- تم تدريب وبناء قدرات ١٣٤ معلم ومعلمة صحة و ٧٨ مدير ومديرة من جميع المدارس المشاركة في البرنامج، وتنفيذ ١٠ مبادرات مدرسية صحية بمشاركة أعضاء من المجتمع المحلي، كمبادرة فحوصات السكري والضغط و مبادرة نادي اللياقة البدنية ومبادرات التوعية التغذوية والنظافة الشخصية.
- خلال الفصل الاول من العام الدراسي ٢٠١٥/٢٠١٦، اشتركت ٥٨ مدرسة جديدة في البرنامج، وتم عقد ورشتين تدريبيتين لمعلمي ومدراء المدارس المشاركة في البرنامج.
- تم تطبيق مشروع التربية المائية "ويت" في ٥٣ مدرسة صحية بالشراكة مع شركة نستله ووترز، والذي يهدف إلى تثقيف المعلم والطلبة بأهمية الماء وترشيد الاستهلاك. ومن ثم تم عقد جلسة للتغذية الراجعة وبناء عليه تمت مراجعة دليل نشاطات البرنامج من قبل اللجنة المختصة





• تم تطبيق مشروع WASH (المياه، الصرف الصحي، وتعزيز النظافة الشخصية) بالشراكة مع منظمة يونيسف في ١٢ مدرسة حكومية في المجتمعات المضيفة للاجئين السوريين في العاصمة عمان، كما تم صيانة واعادة تأهيل كافة المرافق الصحية في ١٠ من هذه المدارس. وركز المشروع، إضافة الى أعمال الصيانة، على بناء قدرات معلمي الصحة في المدارس؛ إشراك المجتمع المحلي من خلال اللجان الصحية في المدارس؛ وتنفيذ أنشطة ومحاضرات توعوية حول مواضيع تتعلق بالنظافة وترشيد استهلاك المياه.

• تم اطلاق المرحلة التجريبية من برنامج "أجيال سليمة" للعام الدراسي ٢٠١٦/٢٠١٥ في ١٠ مدارس من مديرية مادبا، وهو برنامج تفاعلي تم اطلاقه في منطقة الشرق الاوسط في عام ٢٠١٠ من قبل شركة نستلة فودز بالتعاون مع الجامعة الامريكية في بيروت. يستخدم البرنامج منهاج تفاعلي يهدف رفع الوعي حول السلوكيات التغذوية للطلبة من الفئة العمرية ٩-١١ سنة في الصفوف الرابع والخامس والسادس وتشجيعهم على الالتزام بالعادات الغذائية الصحية والنشاطات البدنية بما يحقق الوقاية من السمنة والأمراض المزمنة.

"أصبح الطالب يميز بين الصح والخطأ خاصة في موضوع التغذية وتعامله مع الأطعمة في المقصف أو خارج المدرسة."

د. زهرة الشواف
طبيبة مدرسية، مدارس الرضوان

"أصبح ولي الأمر يحضر رغباً في أن يسجل بناته في هذه المدرسة كونها مدرسة صحية تتوفر فيها المعايير والاشتراطات الصحية الكاملة."

اكرام الشلة
مديرة مدرسة صحية، ظهر السرو الثانوية للبنات



فكر أولاً

برنامج تفاعلي تم إطلاقه في عام ٢٠٠٩ بالتعاون مع وزارة التربية والتعليم. يهدف البرنامج إلى دمج مفاهيم الوقاية من الإصابات في الحياة اليومية للأطفال. يساعد البرنامج 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. يقدم منهج البرنامج لطلبة المدارس من الروضة إلى الصف السابع ويركز على الأمور التالية: فهم سلامة النخاع الشوكي والدماغ، سلامة المشاة والسلامة في المركبات، الوقاية من الاختناق، السلامة حول الأسلحة، السلامة في الأماكن العامة وأثناء اللعب، والإسعاف الأولي.

إنجازات ونتائج عام ٢٠١٥

- تم البدء في تطبيق البرنامج في ٥٠ مدرسة حكومية جديدة في مطلع العام الدراسي ٢٠١٦/٢٠١٥ في محافظات عمان، البلقاء ومادبا، حيث تقوم ٢٥ مدرسة منهم باستخدام النسخة الالكترونية فقط من البرنامج وذلك بهدف اجراء دراسة مقارنة والتأكد من فاعلية استخدام النسخة الالكترونية دون الكتب المطبوعة، للنظر في اعتماد هذا النموذج في التطبيق على المدى الطويل، كما تم إعداد ملحق الأهل بشكل الكتروني و اضافته الى البرنامج على منظومة (EduWave).
- تمت متابعة تنفيذ البرنامج في المدارس المشاركة في سنوات سابقة من قبل اللجان المختصة من مركز الملكة رانيا العبدالله لتكنولوجيا المعلومات التابع لوزارة التربية والتعليم.
- تم تحميل النسخة الالكترونية من البرنامج على الموقع الالكتروني للجمعية في صفحة خاصة لاطلاع كافة المدارس المهتمة على دروس البرنامج.





- نظمت الجمعية فعالية بمناسبة أسبوع المرور العالمي بهدف توعية الأطفال وإيصال أصواتهم لأصحاب القرار حول السلامة المرورية، شارك فيها ١٥٠ طالب وطالبة من ٦ مدارس حكومية، وبالشراكة مع منظمة الصحة العالمية، وزارة التربية والتعليم، وزارة الصحة، المعهد المروري، وأمانة عمان الكبرى. كما قامت الجمعية بجمع ١,١٨١ توقيعاً لتأييد الإعلان العالمي للسلامة المرورية من الطلبة والأهالي والمعلمين وأصحاب القرار، وتمت الإشادة بجهود الجمعية من قبل مؤسسة سيف كيدز العالمية ومنحتها الجمعية جائزة "التميز في البرامج الدولية للسلامة المرورية لعام (٢٠١٥)".

"استمتعت ببرنامج فكر أولاً حيث كنا نشاهد الفيديوهات ونحل الأنشطة المرافقة لكل درس باستخدام جهاز الحاسوب، وتعلمت طرق اللعب الآمن بدراجتي الهوائية واللعب بالحدائق العامة بطريقة تحمي من الإصابات. وتعلمنا أيضاً طرق الإسعافات الأولية وخصوصاً في حالة ضربة الشمس."

عبد اللطيف محمد نزال
الصف الثالث، مدرسة الصوفية الثانوية المختلطة.

يهدف برنامج شبابنا إلى تأسيس شبكة وطنية من المتطوعين الشباب للعب دور قيادي في المجتمع وتحفيز أنفسهم وأقرانهم على تبني ممارسات وسلوكيات صحية، حيث يتم تدريب مجموعة من المتطوعين الشباب سواء في الجامعات أو المجتمعات المحلية على الأولويات الصحية الوطنية ورفع الوعي الصحي لديهم وبخاصة في المواضيع ذات العلاقة بصحة الشباب، بالإضافة إلى بناء قدراتهم وتدريبهم على مهارات القيادة والاتصال وكسب التأييد لتمكينهم من المساهمة في تنفيذ مشاريع ومبادرات صحية في مجتمعاتهم أو جامعاتهم والتطوع مع الجمعية لتنفيذ برامجها وأنشطتها المختلفة في المملكة.

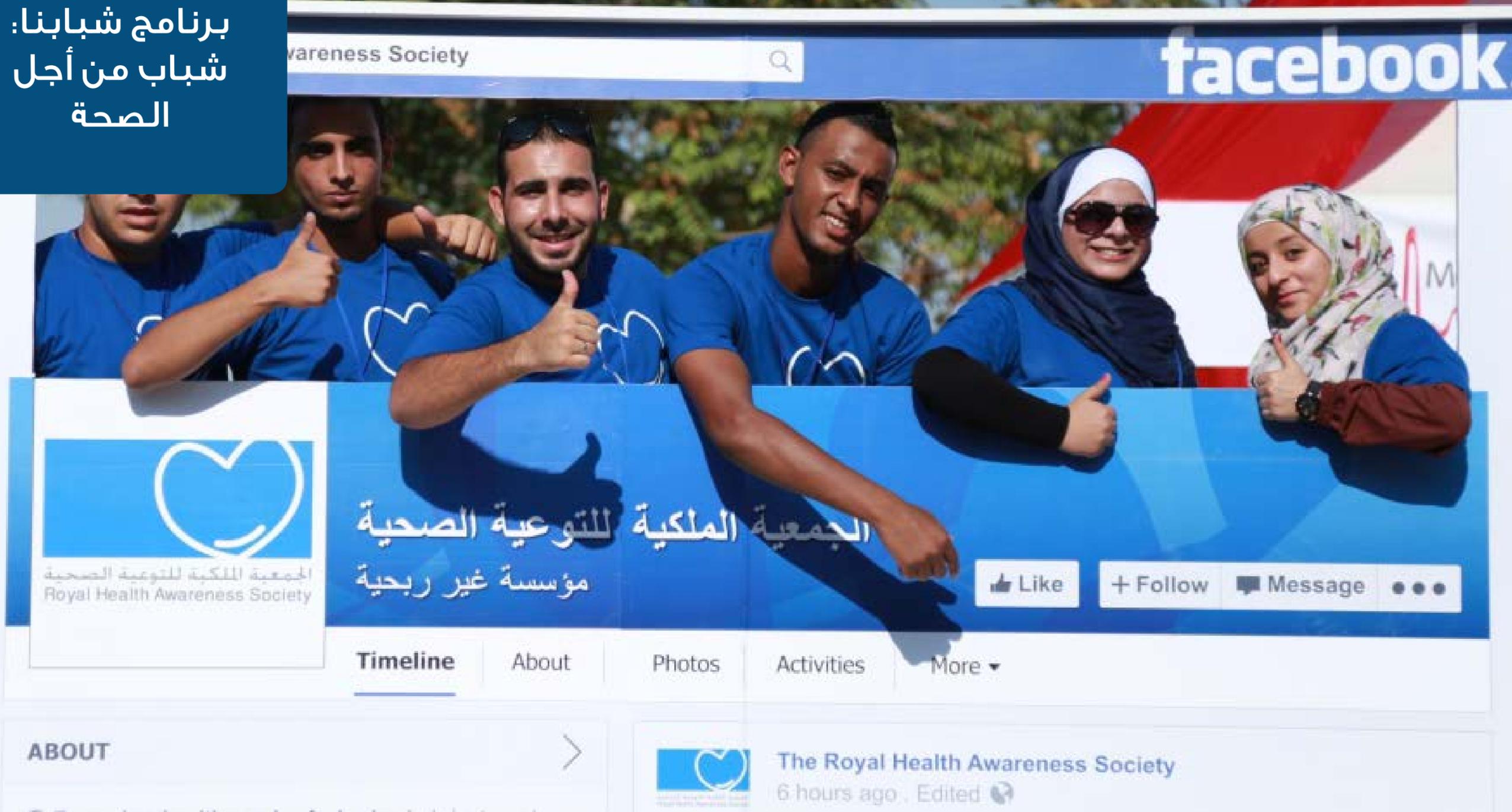
برنامج شبابنا: شباب من أجل الصحة

إنجازات ونتائج عام ٢٠١٥

- تم التعاون مع كلية التمريض في الجامعة الأردنية لتنفيذ دورتي تثقيف صحي حيث نفذتا على مدار خمسة أسابيع و اشتملتا على عدة مواضيع صحية هي: خطر التدخين، السمنة، السرطان، السكري، الصحة النفسية، تنظيم الأسرة، تغيرات المراهقة، الأمومة الآمنة، الاستعداد للزواج والنوع الاجتماعي. وتم تخريج ١٠٠ طالب وطالبة من مختلف تخصصات الجامعة بالإضافة إلى اختيار ٣٥ متطوع منهم وتدريبهم على مهارات القيادة وتكوين الفريق والعمل الجماعي وتنفيذ المبادرات، حيث قاموا بتنفيذ مبادرة صحية تحت اسم (صحتك بتهمنا) استفاد منها أكثر من ٢,٠٠٠ طالب وطالبة من الجامعة.

- تم الإنتهاء من تطوير مادة تعليمية تفاعلية مع فريق مختص من كادر كلية التمريض في جامعة العلوم والتكنولوجيا الأردنية للتثقيف الصحي موجهة لطلبة الجامعة وذلك بالتعاون مع الجمعية الملكية للتوعية الصحية وصندوق الأمم المتحدة للسكان وجامعة العلوم والتكنولوجيا، وإدراجها ضمن المواد الحرة في الجامعة.

- أظهرت استبانة الكترونية (تقييم قبلي-بعدي) لأثر دورة التثقيف الصحي على معارف الشباب الصحية النتائج التالية: ازدياد مستوى المعرفة لدى الطلبة بنسبة ١٧٪ فيما يخص مواضيع الصحة الانجابية وتنظيم الأسرة، و ٢٠٪ زيادة في عدد الطلبة الذين يعرفون أخذ الإجراءات المناسبة في حال انخفاض السكر بشكل كبير في الدم، بينما بلغت





نسبة الطلبة الذين يعرفون أهمية التغذية السليمة في الوقاية من السرطانات ٩٨٪، وازداد عدد الطلبة الذين لديهم معرفة بالقدر المناسب للسعرات الحرارية لكل من الذكور والإناث بنسبة ٢٠٪، وازداد فهم الطلبة للتأثير السلبي للتدخين على الجهاز الهضمي بنسبة ١٣٪.

• أما مجموعات التركيز فأظهرت بأن الشباب المشاركين في البرنامج يجيدون مهارات تواصل أفضل مع أقرانهم، بالإضافة إلى النجاح في تحسين مهارات حل النزاعات لديهم.

• وسع البرنامج من دائرة التأثير للجمعية الملكية للتوعية الصحية لدى الشباب في الأردن، لما لتوعية الأقران من أثر فاعل في نشر الوعي الصحي بينهم حيث أن المواضيع المطروحة ذات أهمية لمستقبلهم وخصوصاً الصحة الإيجابية في حياتهم العائلية.

”كنت أفكر أن الصحة الإيجابية فقط تعني بالإناث ولكنني اكتشفت أنها تعني أيضاً، فهي تساعدنا جميعاً على الاهتمام بصحة المجتمع بشكل أفضل.“

حسان حجازي
٢١ سنة، هندسة ميكانيك - الجامعة الأردنية

”ساعدني البرنامج بأن أتغلب على الانطوائية والعزلة من خلال مشاركتي لزملائي في الفعاليات والأنشطة الصحية، وتكوين الصداقات.“

زينب الحداد
٢٠ سنة، معلم صف - الجامعة الأردنية

عيادة المجتمع الصحي

برنامج وطني تم إطلاقه في الربع الأخير من عام ٢٠١١ بالتعاون مع وزارة الصحة. يهدف البرنامج إلى بناء قدرات المراكز الصحية المشاركة لتوفير خدمات وقائية تحد من الإصابة بالأمراض المزمنة لمن هم عرضة لها، وتمكن المصابين بها من إدارة حياتهم والتعامل مع مرضهم بطريقة تقلل من تأثيراته السلبية على صحتهم وتجنبهم التعرض للمضاعفات المختلفة. تشمل أنشطة البرنامج على جلسات توعوية تفاعلية حول مواضيع الصحة العامة ذات الأولوية، ومنها: أمراض القلب والشرابيين، السكري، ضغط الدم، الربو، الحساسيات، الصحة الإنجابية، السمنة، وأهمية التغذية السليمة، النشاط البدني والإقلاع عن التدخين.

إنجازات ونتائج عام ٢٠١٥

- تم توسعة برنامج عيادة المجتمع الصحي ليشمل ٦ مراكز صحية شاملة في سحاب في محافظة العاصمة، وجبل الأمير حمزة في محافظة الزرقاء، بالإضافة الى الكرك الشامل والمزار الشامل والربة الشامل والمرج الأولي في محافظة الكرك.
- استفاد ٨٩٥ مريض من الأنشطة المختلفة التي تم تنفيذها ضمن برنامج عيادة المجتمع الصحي في عام ٢٠١٥، وتم تدريب ٣٠ شخص من كوادر وزارة الصحة على برنامج عيادة المجتمع الصحي.
- تم إجراء الفحوصات الدورية لكل مشارك بحسب فئته لمتابعة حالته وشمل ذلك الفحوصات الشهرية والربع السنوية والنصف سنوية.
- تم تنفيذ حملات لفحص السكري وشبكية العين في كل من محافظة مادبا ومحافظة الرمثا. تم فحص السكري لأكثر من ٨,٠٠٠ مشترك وفحص شبكية العين لما يزيد على ٩٥٠ مشترك. تم تحويل المرضى الذين بحاجة لتدخل طبي الى المستشفيات وتم اشراكهم في برنامج عيادة المجتمع الصحي للمتابعة.





• تم توسيع مشروع عيادات السكري الذاتية ليصل الي ٢٩ مراكز صحية بالتعاون مع مؤسسة ميكروكلينيك الدولية ووزارة الصحة ليشمل مراكز صحية في محافظات عمان، مادبا، غور المزرعة، الرمثا، الزرقاء، جرش، البلقاء، الكرك والمفرق، حيث تم تدريب ٢٩ ممرض وممرضة من الكادر الطبي بهدف تمكين مرضى السكري من إدارة حياتهم بشكل صحي ليجنبهم مضاعفات المرض. والتحق ٢٥٥٤ مريض سكري في المشروع استفادوا من النموذج المبني على دعم الأفراد لبعضهم البعض من خلال تكوين عيادة مصغرة ذاتية لزيادة الأثر والفائدة.

• أجريت مجموعتي نقاش مركزة مع عينة ممثلة للمستفيدين من برنامج عيادة المجتمع الصحي في مركز صحي الرمثا الشامل ومركز صحي المفرق الشامل كجزء من نظام المتابعة والتقييم المتبع من قبل الجمعية الملكية للتوعية الصحية، لتقييم الأثر على المجتمع وأظهرت نتائج مجموعتي التركيز ما يلي:

- أشاد المستفيدون إيجابا على خدمات وأنشطة عيادة المجتمع الصحي، ولاحظوا تحسن أوضاعهم الصحية وأكدوا على قدرتهم بإدارة أمراضهم المزمنة من خلال اتباع انماط صحية، إلى حد اعتبارهم قدوة من قبل عائلاتهم وأصدقائهم، الذين أصبحوا يتبعون أنظمة غذائية صحية أيضاً.
- أوضح المستفيدون ان المتابعة الحثيثة من قبل عيادة المجتمع الصحي ساعدتهم كثيرا على الالتزام بنظام غذائي صحي وأسلوب الحياة الصحية.
- لاحظ المستفيدون التغييرات العديدة التي طرأت على صحتهم بعد اشتراكهم في برنامج عيادة المجتمع الصحي ومنها: خسارة الوزن الزائد، انتظام دقات القلب، السيطرة على مستوى السكر في الدم، استقرار ضغط الدم، وإدارة الربو بشكل أفضل، اكتساب المعرفة اللازمة لتطوير ودعم السلوكيات الصحية من اتباع نظام غذائي صحي، وممارسة رياضة المشي، التأثير السلبي للتدخين، وتناول الدواء في الوقت المحدد.

”ساعدني حضور دورات التثقيف على الفهم والتطبيق أفضل من مشاهدة بعض برامج التلفزيون الصحية، بحيث تمت الاجابة عن أسئلتني بشكل فوري.“

عبدالله حسن بواعنة
٥٩ عاما، مركز صحي المفرق

”عندما بدأت البرنامج كان معدل السكر في الدم يصل الي ٢٧٠ ووصلت آخر قراءة لي الي ١٤٠.“

أم محمد
٤٥ سنة، مركز صحي المفرق – لاجئة سورية

”خسرت ١٧ كيلوغراما ووصل ضغط دمي الآن الي ١٢٠/٦٠ بعد أن كان يصل في معظم الأوقات الي ١٥٠/٩٠، وذلك عن طريق التقليل من تناولني للملح.“

أم أحمد
٤٠ سنة، مركز الرمثا الصحي الشامل

انطلقت فكرة مشروع المطبخ الإنتاجي في العام ٢٠١٥ بالتعاون مع وزارة التربية والتعليم، وزارة الصحة وبرنامج الأغذية العالمي بهدف تأمين وجبات صحية لطلبة المدارس الحكومية في مناطق جيوب الفقر وربطها مع جمعيات خيرية من المجتمع المحلي لإنتاج هذه الوجبات بمعايير تغذوية مدروسة مسبقاً، وتوزيعها على الطلبة في تلك المدارس. كما يهدف إلى رفع الوعي الصحي والتغذوي حول سلوكيات التغذية السليمة وتطبيق بعض معايير برنامج المدارس الصحية والذي يسعى لإيجاد بيئة مدرسية سليمة وصحية.

المطبخ الإنتاجي الصحي

إنجازات ونتائج عام ٢٠١٥

- تم تنفيذ المرحلة الريادية من المشروع في ١٠ مدارس من محافظة مادبا، ووصل عدد الطلبة المستفيدين من الوجبات اليومية للمطبخ الإنتاجي إلى حوالي ٢,٤٠٠ طالب وطالبة.
- تم عقد جلسات توعوية حول سلوكيات الغذاء السليمة للطلاب المشمولين ببرنامج التغذية المدرسية والمعلمين والأهالي.
- تم توفير ٢٠ فرصة عمل لأفراد من المجتمع المحلي المحيط في منطقة المطبخ الإنتاجي، معظمهم من النساء، وتم تدريبهم على الشروط الصحية الواجب توفرها للعمل في المطبخ الإنتاجي وبعض الأمور المحاسبية.





• قامت الجمعية بدراسة تقييم الأثر من خلال إجراء دراسات قبلية وبعديّة لتقييم أثر مشروع المطبخ الانتاجي على الطلبة المشاركين، وكانت النتائج الأولية كالتالي:

- انخفاض في شراء الأغذية من قبل الطلبة بنسبة تتراوح 11-25% من المقاصف المدرسية في المدارس المستفيدة من المشروع.
- ازدياد عدد الطلبة الذين يغسلون ايديهم دائماً قبل وبعد تناول الطعام بنسبة 10%.
- ازادت نسبة المعرفة لدى الطلبة عن مدى أهمية فائدة المياه للجسم بنسبة 20%.
- الغالبية العظمى من الطلبة أدركت أهمية تناول وجبة الفطور لاحتوائها على الخضراوات والفاكهة، وأهمية النشاط البدني لصحة الإنسان.

”بسبب وجبات المطبخ الانتاجي الصحية، قمت
بالتقليل من تناول الأطعمة المضرة بالصحة
مثل الشيبس والشوكولاتة والمشروبات الغازية
وتعلمت استبدالهم بالأطعمة الصحية مثل الجبنة
و الفاكهة والخضار.“

زهرة يوسف أحمد الربعة
٩ سنوات، مدرسة المأمونية الغربية الثانوية المختلطة

”كان العمل بالمطبخ الانتاجي بمثابة طوق
النجاة بالنسبة لي، حيث أنني أصبحت قادرة
على إعالة نفسي وعدم الاتكال على أحد.“

ميساء علي الزيدان
٢٤ سنة، بكالوريوس تربية خاصة

تطبيقنا



لتبدأ نمط حياة صحي..
حمل تطبيقنا من متجر أبل وأندرويد!

أطلقت الجمعية الملكية للتوعية الصحية تطبيقاً خاصاً بالهواتف الخلوية باللغتين العربية والانجليزية للتوعية الصحية وذلك بهدف نشر الوعي الصحي بين أوساط المجتمعات المحلية. يشتمل تطبيق الجمعية الملكية للتوعية الصحية، والمتوفر على متجر أندرويد وأبل على نصائح صحية يومية، وقسم خاص بكيفية الأكل عن التدخين ومضاره، وخاصة التذكير بتناول جرعات الدواء، بالإضافة الى احتوائه على خاصية تحديد مواقع المستشفيات في جميع أنحاء المملكة.

أهم فعاليات عام ٢٠١٥



احتفال الذكرى العاشرة



مهرجان الفكر الجديد



اليوم الدولي للسلامة
على الطرقات



اليوم العالمي للنشاط البدني



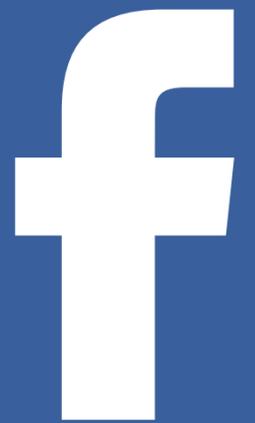
الجمعية الملكية للتوعية الصحية على شبكات التواصل الاجتماعي لعام ٢٠١٥

The Royal Health Awareness Society added 5 new photos.
Published by Mouath Tarshihy (?) · 4 November 2015 ·

مشاركة الجمعية الملكية للتوعية الصحية في يوم التعبير من خلال المشاركة في اليوم التوعوي الخاص بالجامعة الأردنية #الأردن #صحة #ChangeDayJo (Health Care Accreditation Council (HCAC

See translation

النمو	مجموع المشاركات
٪٣٥,٩	٦٧,٥١٣



RHAS Jordan
@RHASJordan

صحتي اختياري.. نحو مجتمع اردني صحي وآمن.

[youtube.com/watch?v=Gwo3s7...](https://www.youtube.com/watch?v=Gwo3s7...)

#RHASjo10
#RHASjo
#Health #Jordan

View translation

Healthy by choice صحتي اختياري
Royal Health Awareness Society
youtube.com

النمو	مجموع المشاركات
٪٤٢,٩	٤٢٣,٦١٧

