

## ملخص تقييم دورة السكري والنمط المعيشة و التحول الى العافية

قدم مركز تعزيز الصحة بالتعاون مع جمعية حياتنا دورة عن بعد بعنوان  
"السكري والنمط المعيشة والتحول الى العافية" بتاريخ ١٤ نوفمبر ٢٠٢٠.

الدورة موجهة لفئات المجتمع المهتمين , المثقفين الصحيين , أخصائيو التغذية  
متخصصي الصحة العامة , أطباء الغدد الصماء , أطباء الاسرة والرعاية الأولية.  
وقد بلغ عدد الحضور ١٥٠ شخص ، واستمرت قرابة ٤ ساعات.

ركزت الدورة على السكري من مختلف الجوانب. كما وضحت العديد عن السكري في المجالات التالية:

- السكري والنمط المعيشي، الوقاية والعلاج.
- كيف يؤثر نمط الحياة غير النشط على مستوى السكري
- النمط المعيشي ومرحلة ما قبل السكري
- هل يؤدي المشي والرياضة والنمط المعيشي الى اختفاء السكري من النوع الثاني؟
- مريض السكري والنمط المعيشي في إطار الأسرة
- ثواني ثمينة بين الطبيب والمريض
- الانسولين الى المشي والعافية، وقصص وتجارب

قدم الدورة :

- الدكتور / صالح الأنصاري . مستشار الصحة العامة وتعزيز الصحة مؤسس مركز تعزيز الصحة .

وتمت استضافة :

- د /محمد الحربي - استشاري الغدد وسكر الاطفال ,رئيس اللجنة المركزيه لداء السكري بالوزارة
- أ/ سلره السكري .اخصائية تثقيف صحي - مثقفه سكري - بالمدينة الطبية الجامعية ، عضو مجلس ادارة جمعية حياتنا .

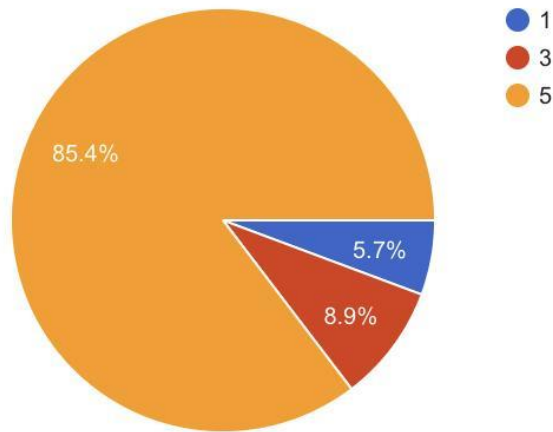
وقد أبدع المتحدثون في توظيف خبراتهم المتخصصة والعميقة والممتدة لسنوات عديدة في إثراء وتجويد الطرح والتأثير، كل في مجاله.

- وتم التعريف عن جمعية حياتنا والعيادة الافتراضية من خلال أ/ سلره السكري .اخصائية تثقيف صحي - مثقفه سكري بالمدينة الطبية الجامعية ، عضو مجلس ادارة جمعية حياتنا .

جاءت نتائج تقييم المشركين للدورة كالتالي حيث أن ٥ = ممتاز، ٣ = جيد، ١ = مقبول

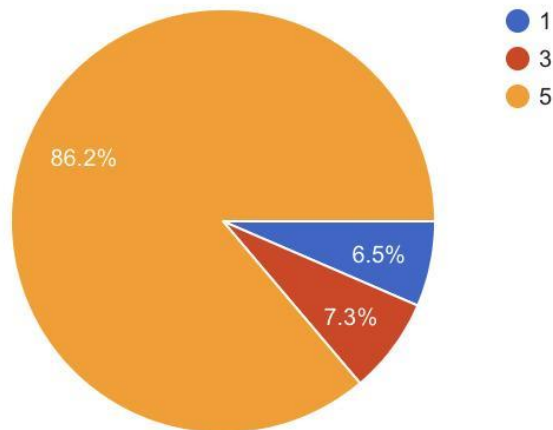
### 1- الدورة تلبي إحتياجات التدريب

123 ردًا



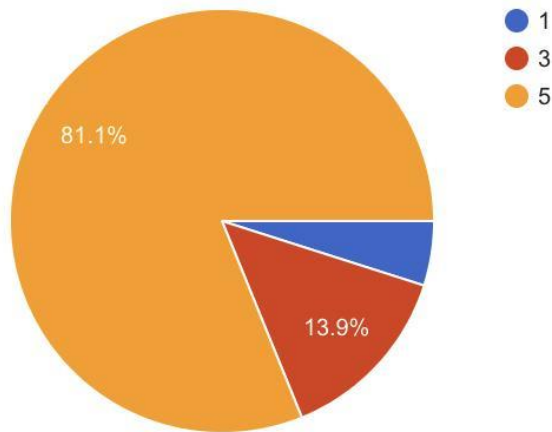
### 2- أستفدت كثيرا من الدورة

123 ردًا



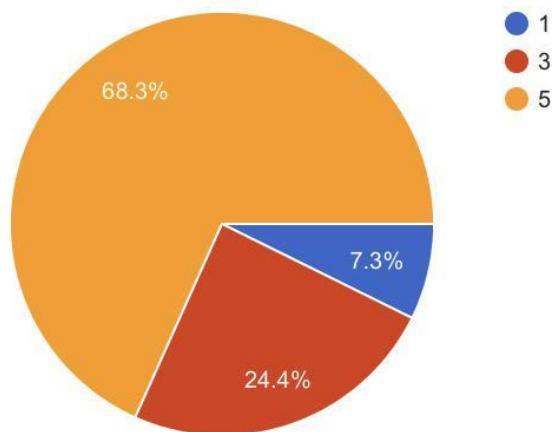
### 3- سأتطبق ما استفدت من الدورة

122 ردًا



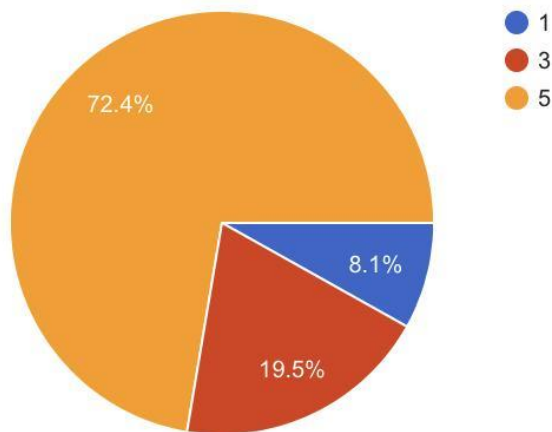
### 4- مدة الدورة مناسبة

123 ردًا



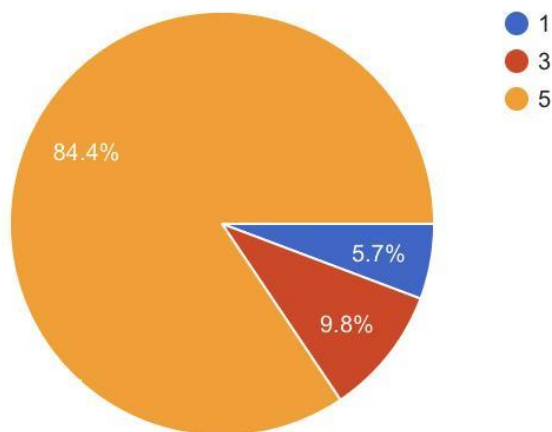
## 5- توقيت الدورة مناسب

123 ردًا



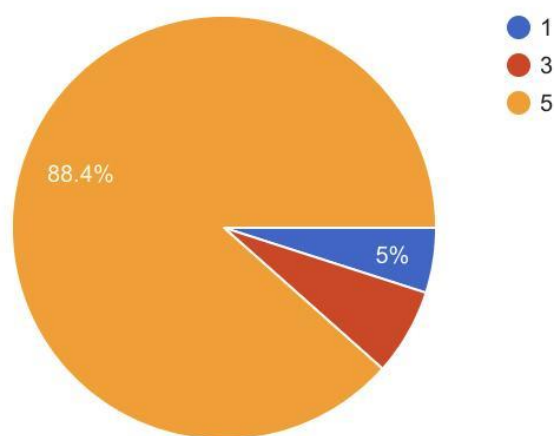
## 6- المادة العلمية المطروحة مناسبة

122 ردًا



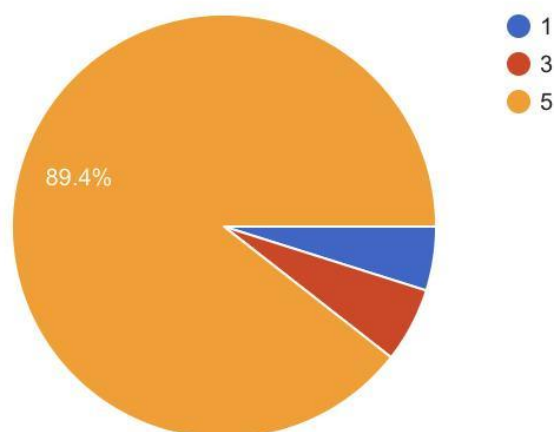
## 7- معلومات الدورة عملية وقابلة للتطبيق

121 ردًا



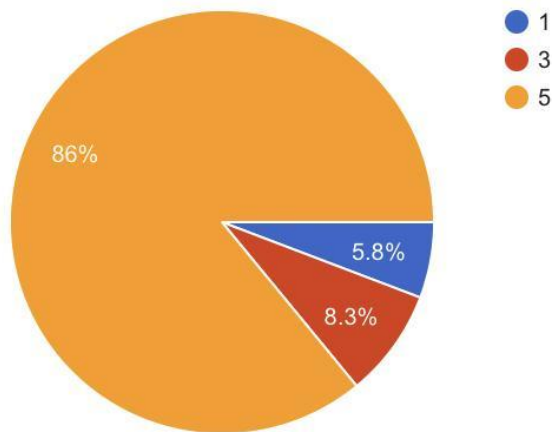
## 8- المدربون يتمتعون بقدرة جيدة على إيصال المعلومات

123 ردًا



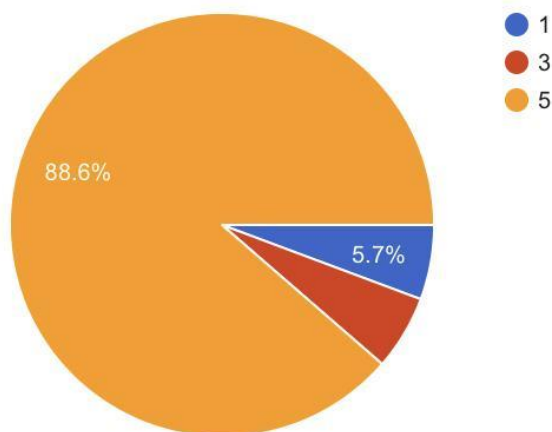
## 9- لدى المدربين قدرة عالية على تحفيز المشاركين

121 ردًا



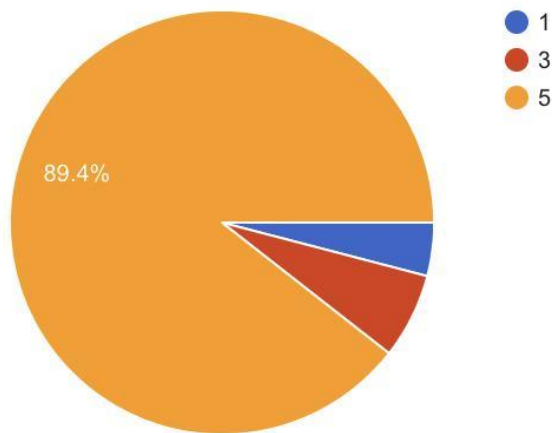
## 10- المدربين متفاعلين مع أسئلة المشاركين

123 ردًا



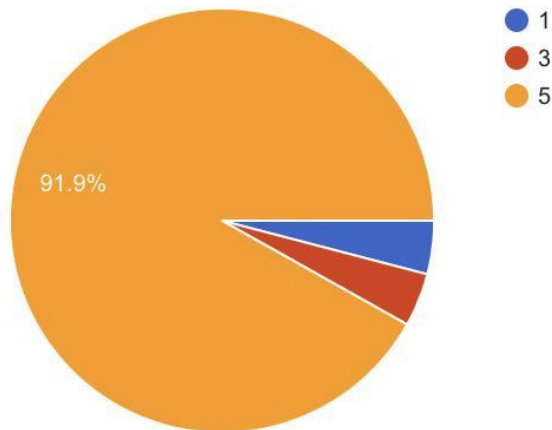
## 11- لدى المدربين قدرة جيدة على إدارة الوقت

123 ردًا



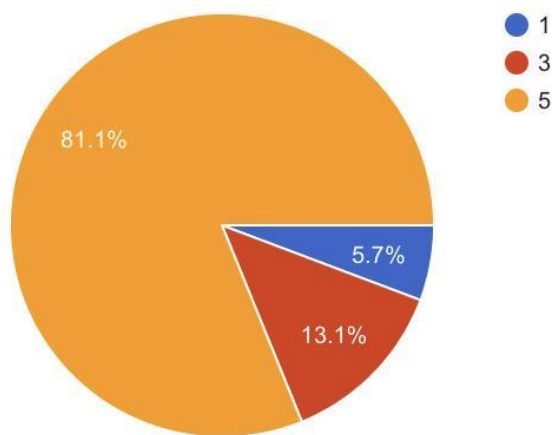
## 12- التزام المدربين بمحاور الدورة

123 ردًا



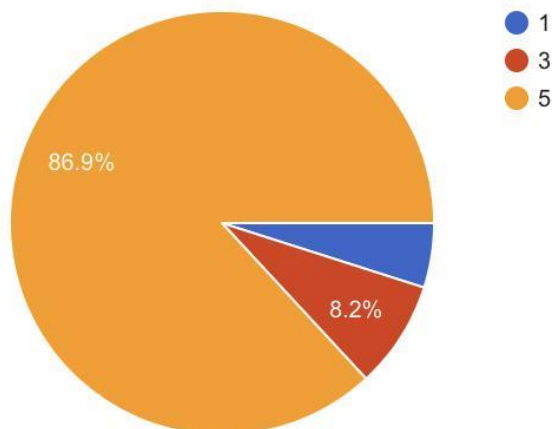
### 13- وسائل التدريب مناسبة (أفلام، شرائح)

122 ردًا



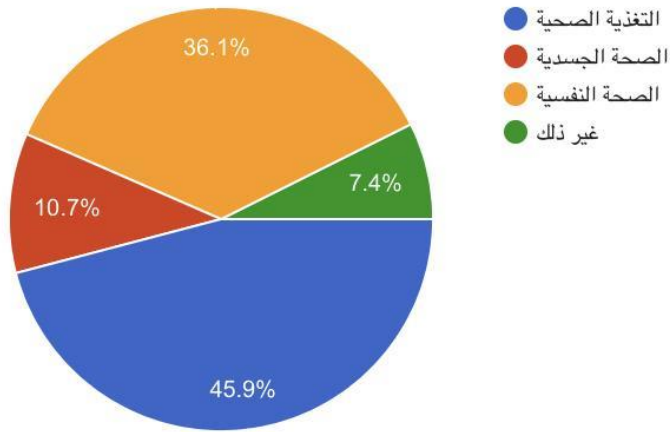
### 14- منصة التدريب عملية وسهلة

122 ردًا



15- ما نوع الدورات التدريبية الصحية التي تود المشاركة  
بها مستقبلاً؟

122 ردًا



## ملاحظات اضافية

23 ردًا

نريد المزيد من الإعلان عن دوراتكم وصلتنا هذي بالصدفة الجميلة

شكرا لكم جميعا

اشكر جهودكم المبذوله ولقد استفدت كثيرا

نشكركم على هذا المجهود الرائع ليس لي اي ملاحظة الله يقويكم

اكثر شي عجبني الشرح باللغة العربية

جميلة جداً دوره ❤️

باختصار دوره واداره الحديث والمعلومات بشكل عام لم تكن بالشكل  
المرجو والمتوقع ويوجد بها بعض المعلومات الغير دقيقة

الدورة رائعة جدا

لايوجد

يعطيكم العافية واتمنى تحدث المواد لتي تساعد في امراض من نواحي  
مختلفة

شكرا جزيلا لكم ، دورة جميلة ورائعة بارك الله فيكم والله يحفظكم يا رب

ألف شكر

شكرا لكم

يعطيكم العافية

نحتاج تدريب عملي على حساب السعرات لمريض السكري وتخطيط  
وجباته وتوزيعها مع الأخذ بالاعتبار طبعا نوع العلاج الدوائي أو الحقن  
وكميته

جزاكم الله خير مزيد من الدورات المجانيه

دورة ممتازة ومعلومات مفيدة في الحياة عموما

استمتعت واستفدت جدا كل الشكر والتقدير لجهودكم

جميع ما ذكر من نوعية دورات مهمة وأتمنى حضورها

كانت بتكون جدا جدا افضل لو تفصلوا اكثر في موضوع التغذية  
كم الكميات وغيره

لايوجد

شاكرة لكم جهودكم واتمنى زيادة مثل هذا الدورات المجانية

اشكركم كثير والله يعطيكم الف عافية ان شاء الله نلتقي في دورات  
جديدة ومفيدة

نكرر الشكر مع التأكيد على التزامنا بتنفيذ رغبات المشركين في الفرض القادمة

مع تحيات مشرفه التدريب بمركز تعزيز الصحة

ساره العيد

للتواصل

[Sarah.a@saudihpc.com](mailto:Sarah.a@saudihpc.com)