

## ملخص تقييم دورة السكري والنمط المعيشة والتحول إلى العافية

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

الدورة موجهة لفئات المجتمع المهتمين ، المثقفين الصحيين ، أخصائيو التغذية متخصصي الصحة العامة ، اطباء الغدد الصماء ، اطباء 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 احتفاء السكري من النوع الثاني؟
- مريض السكري والنمط المعيشي في إطار الأسرة
- ثوابي ثمينة بين الطبيب والمريض
- الانسولين الى المشي والعافية، وقصص وتجار

قدم الدورة :

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

وتمت استضافة :

- د/ محمد الحربي - استشاري الغدد وسكر الاطفال ، رئيس اللجنة المركزية لداء السكري بالوزارة
- أ/ سارة السكري . أخصائية تثقيف صحي - مثقفة سكري - بالمدينة الطبية الجامعية ، عضو مجلس ادارة جمعية حياتنا .

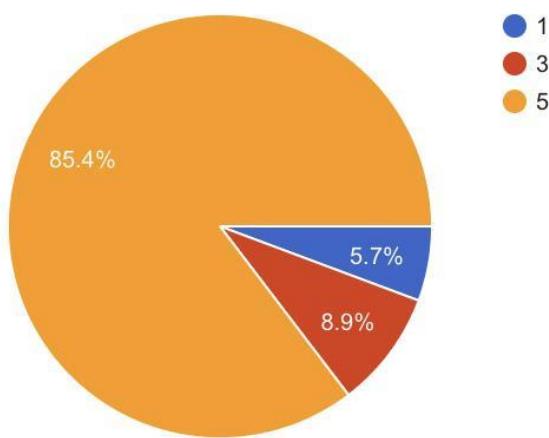
وقد أبدع المتحدثون في توظيف خبراتهم المتخصصة والعميقة والممتدة لسنوات عديدة في إثراء وتجوييد الطرح والتأثير، كل في مجاله.

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

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

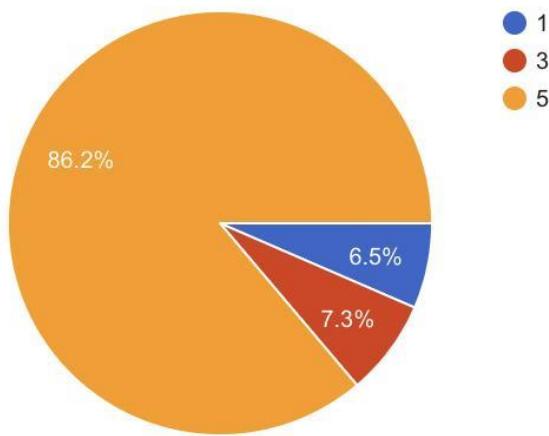
١- الدورة تلبي إحتياجات التدريب

١٢٣ ردًّا



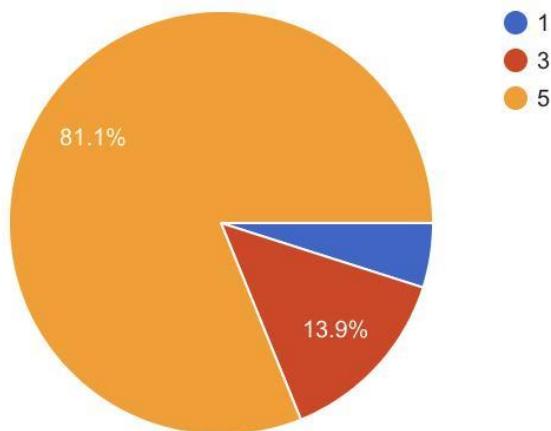
٢- أستفدت كثيراً من الدورة

١٢٣ ردًّا



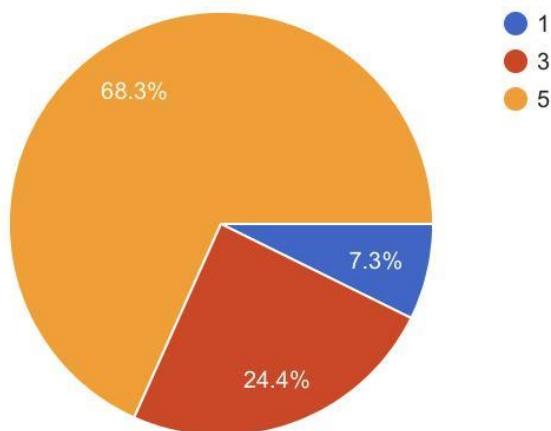
### 3- سأطبق ما استفدت من الدورة

122 ردًّا



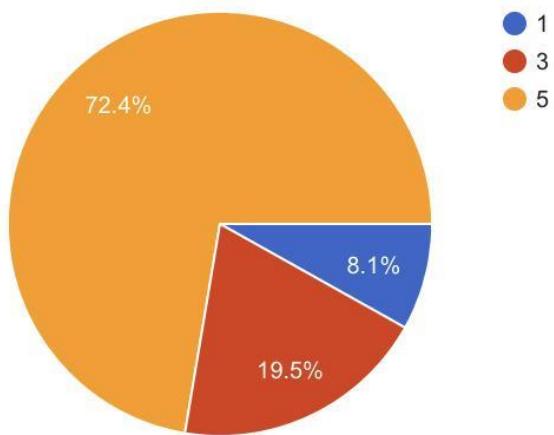
### 4- مدة الدورة مناسبة

123 ردًّا



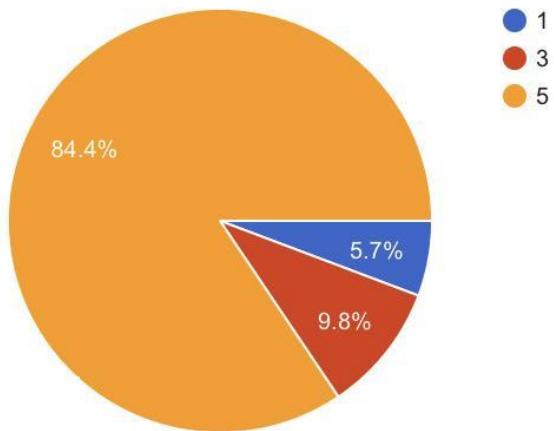
#### 5- توقيت الدورة مناسب

123 ردًّا



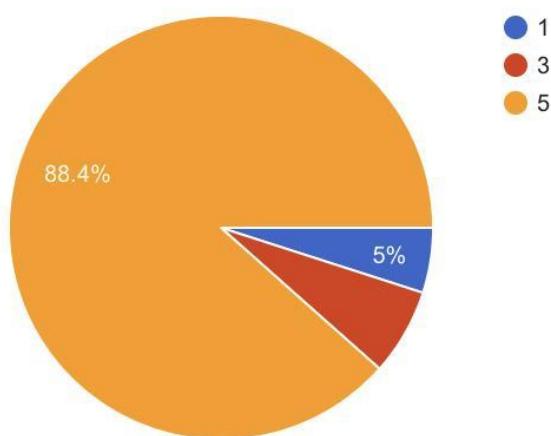
#### 6- المادة العلمية المطروحة مناسبة

122 ردًّا



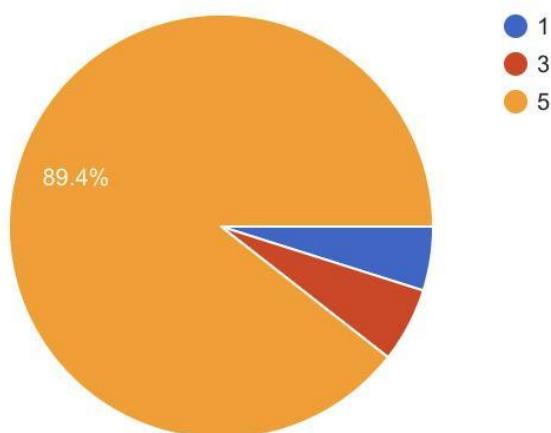
#### 7- معلومات الدورة عملية وقابلة للتطبيق

121 ردًّا



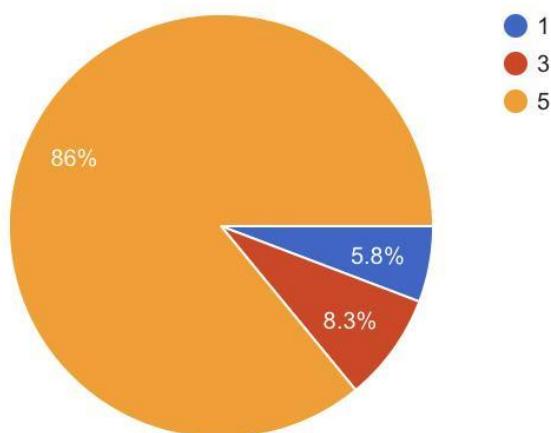
#### 8- المدربين يتمتعون بقدرة جيدة على ايصال المعلومات

123 ردًّا



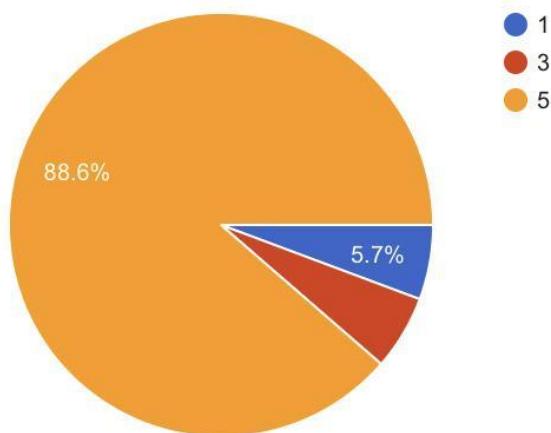
9- لدى المدربين قدرة عالية على تحفيز المشاركين

121 ردًّا



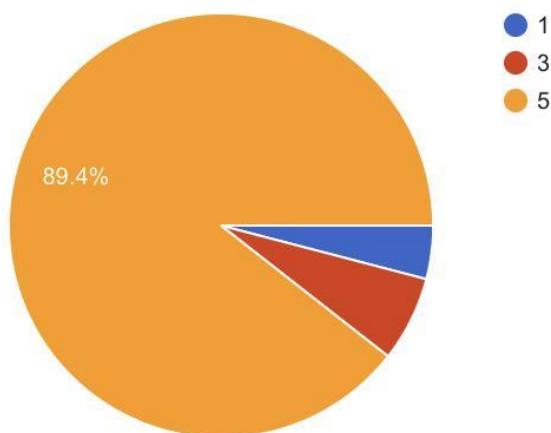
10- المدربين متفاعلين مع أسئلة المشاركين

123 ردًّا



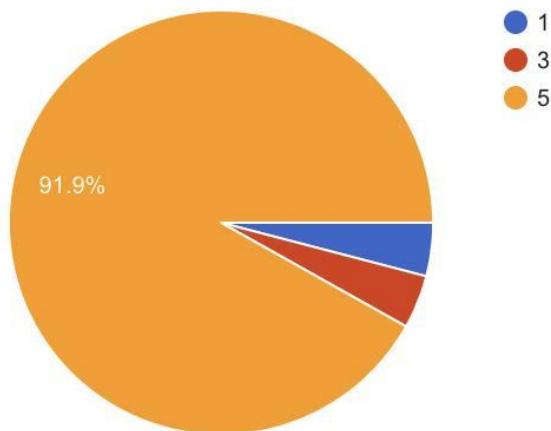
11- لدى المدربين قدرة جيدة على إدارة الوقت

123 ردًّا



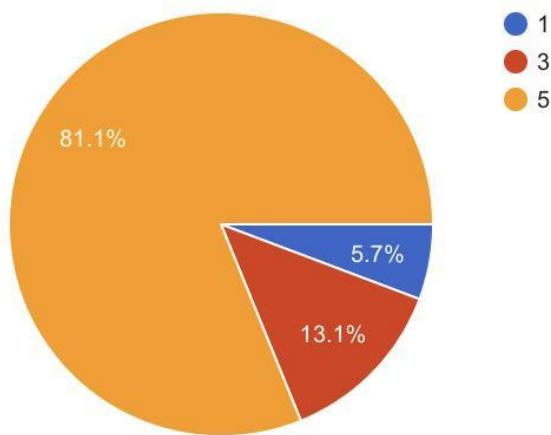
12- التزام المدربين بمحاور الدورة

123 ردًّا



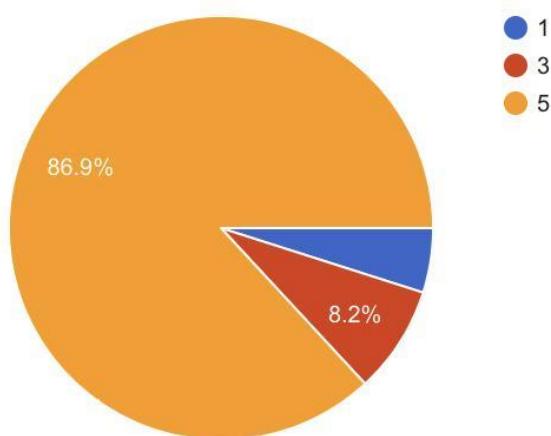
13- وسائل التدريب مناسبة (أفلام، شرائح)

122 ردًّا



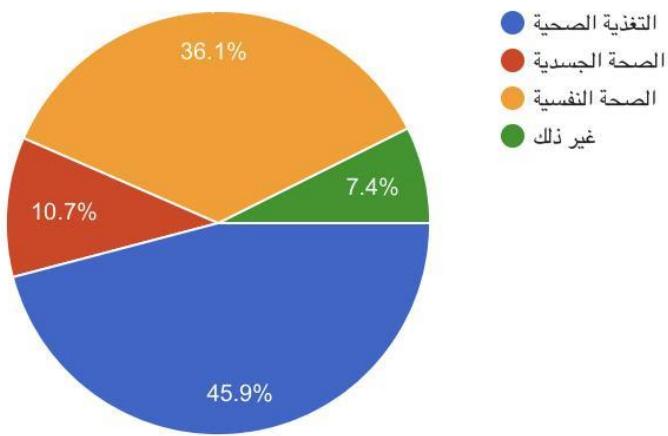
14- منصة التدريب عملية وسهلة

122 ردًّا



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

122 ردًّا



## ملاحظات اضافية

ردًّا 23

نريد المزيد من الإعلان عن دوراتكم وصلتنا هذى بالصفة 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 باللغه العربيه

جميله جداً الدوره 

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

الدوره رائعة جدا

لا يوجد

يعطيكم العافية واتمنى تحدث المواد التي 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 لمرض السكري وتخفيط  
وجباته وتوزيعها مع الأخذ بالاعتبار طبعا نوع العلاج الدوائي أو الحقن  
وكميته

جزاكم الله خير مزيد من الدورات المجانية

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 وغيرها

لابوجد

شاكرة لكم جهودكم واتمنى زيارة 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 المشرفين في الفرص القادمة  
مع تحيات مشرفه التدريب بمركز تعزيز الصحة

سارة العيد

للتواصل

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