



الجمعية الأهلية للتوعية الصحية

خمس سنوات من الصحة تقرير عن أبرز برامج وأنشطة الجمعية (٢٠١٥م – ٢٠١٩م)

عن "حياتنا" :

تأسست الجمعية الأهلية للتوعية الصحية «حياتنا» بمنطقة الرياض بتاريخ ٢٠ رجب ١٤٢٧هـ وهي جمعية مسجلة في وزارة الموارد البشرية والتنمية الاجتماعية برقم (٣٤١)، وتهدف إلى تعزيز نمط الحياة الصحي للمجتمع. وتسعى الجمعية لمواجهة التغيرات المعاصرة والتي تتطلب التوافق مع توجهات رؤية المملكة ٢٠٣٠ والاحتياجات التنموية للمجتمع وفق استراتيجيات التنمية الوطنية.



رؤيتنا:

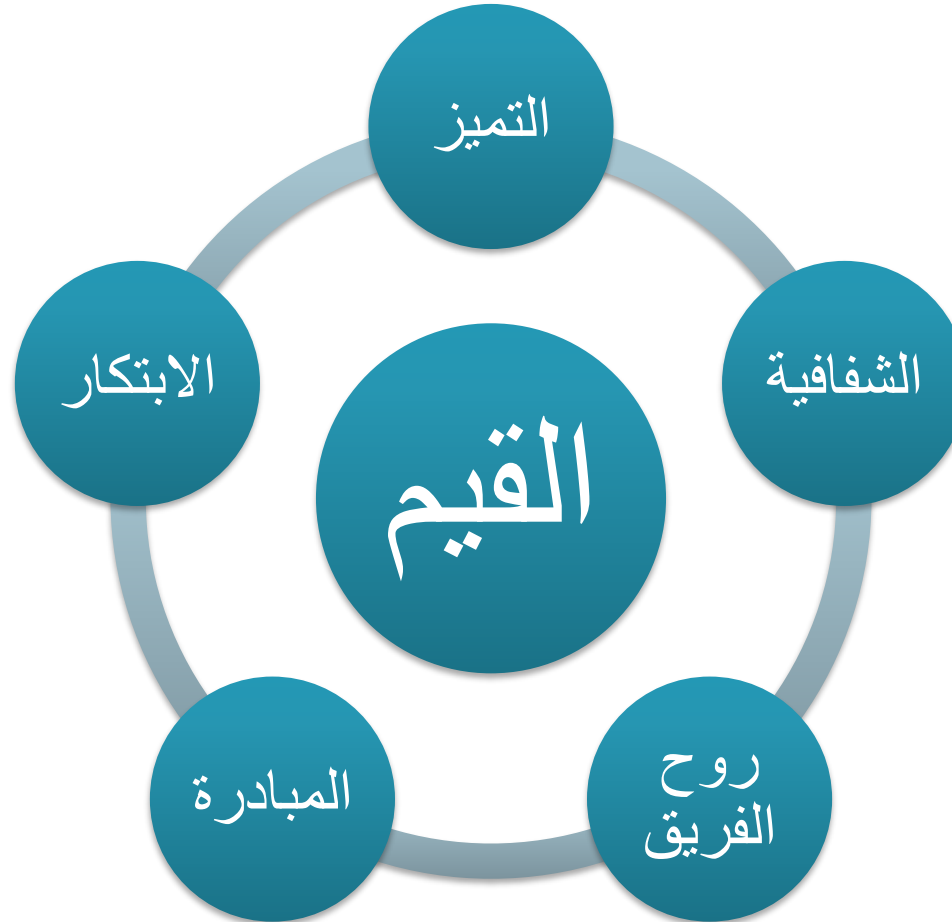
جمعية رائدة في التوعية والتثقيف الصحي، من خلال بيئة مؤسسية متميزة وبرامج مستدامة.

رسالتنا:

تقديم التثقيف والتوعية الصحية لعموم فئات المجتمع وتعزيز نمط الحياة الصحي من خلال كوادر مؤهلة وشراكات فاعلة وبرامج توعية.

الأهداف الاستراتيجية :

- البناء المؤسسي للجمعية وفق معايير التميز والجودة
- صناعة البرامج والمشاريع النوعية وفق الاحتياج الصحي وذات الأثر العالي على المجتمع
- تطوير منظومة التطوع الصحي بالجمعية وفق معيار إدامة
- بناء الصورة الذهنية الإيجابية للجمعية لدى جميع الشركاء وتعزيز التواصل الفعال معهم
- تحقيق الاستدامة المالية لمشاريع وبرامج الجمعية المختلفة



أعضاء مجلس الإدارة

رئيس مجلس الإدارة / د . عاطف محمد سرور
نائب رئيس مجلس الإدارة / أريج سعيد باهمام
المشرف المالي / د . سلطان علي الزهراني
عضو مجلس الإدارة / د . منال محمد شيرة
عضو مجلس الإدارة / محمد مرزوق الرويس
عضو مجلس الإدارة / عبدالرحمن محمد البراك
عضو مجلس الإدارة / حنان الياس فالودة
عضو مجلس الإدارة / سارة محمد السكيري
عضو مجلس الإدارة / شروق أحمد باسنبل



أبرز البرامج والنشاطات خلال الخمس سنوات من ٢٠١٥ الى ٢٠١٩



أبرز برامج وأنشطة الجمعية:

١. معرض المجسمات الصحية التوعوية المتنقل
٢. الملتقيات والندوات الصحية
٣. المشاركة في الأيام الصحية العالمية
٤. برنامج عجب للحد من السمنة لدى الأطفال
٥. فعاليات حياتنا صحة
٦. برنامج مستشارك الصحي
٧. جائزة حياتنا للإبداع في التوعية الصحية وطب الأسرة
٨. الأمسيات واللقاءات الصحية
٩. الدورات التطويرية وورش العمل

إعداد التنظيمات الإدارية



١. الخطة الاستراتيجية
٢. الهيكل التنظيمي والوظيفي
٣. دليل الاختصاصات التنظيمية
٤. دليل الوصف الوظيفي
٥. دليل الصلاحيات
٦. دليل نماذج التسجيل والمعلومات
٧. اللائحة الإدارية
٨. اللائحة المالية
٩. سلم الرواتب
١٠. دليل تعريف للموظف
١١. نماذج ادارية أخرى



حصول جمعية حياتنا على منحة للتخطيط الاستراتيجي من مؤسسة الملك خالد الخيرية

القيمة : ٨٤,٠٠٠ أربعة وثمانون
ألف ريال

وقف للجمعية



شراء وقف للجمعية بقيمة ١١,٣٠٠,٠٠٠

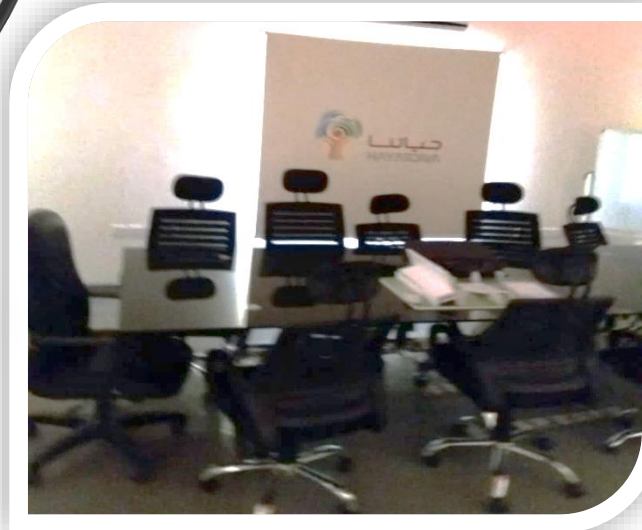
أحد عشر مليوناً وثلاثمائة ألف ريال



مقر الجمعية الجديد

استطاعت إدارة الجمعية بعد البحث المستمر بحمد الله في الحصول على مقر مناسب على طريق أبي بكر الصديق بديلا عن المقر السابق، حيث يمتاز بمزايا عديدة ومنها :

١. يتوفر فيه عدد أكبر من المكاتب الإدارية
٢. نظافة المقر بشكل عام وحدائته مقارنة بالمقر السابق
٣. جال التصميم للمقر من الداخل والخارج
٤. مساحة المقر أكبر ومناسبة لحاجة العمل
٥. توفر العديد من الخدمات أسفل المقر مقارنة السابق
٦. تركيب السيرفر ونقاط الشبكات للمكاتب



أبرز الفعاليات لعام ٢٠١٥

مشاركة حياتنا في معرض توعوي بعنوان صحي حياتي بمركز الملك خالد الإرشادي بجامع الملك خالد بأم الحمام
المشاركة في معرض توعوي عن خطورة الإصابة بأمراض القلب وطرق الوقاية في المركز النسائي للندوة العالمية للشباب الإسلامي
المشاركة في معرض توعوي عن الكوليسترول والسمنة في جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن وتهدف لزيادة الوعي بمخاطر السمنة وكيفية الحفاظ على الوزن السليم
المشاركة في معرض اليوم العالمي للكلى بفندق الفيصلية
المشاركة في مهرجان برايل بمركز الملك فهد الثقافي
المشاركة بمعرض المجسمات الصحية في الكلية التقنية بالرياض
مستشارك الصحي على الهاتف بمشاركة:
د.ياسر بن راشد الهذيل العنوان " التعامل مع الضغوط النفسية أثناء الاختبارات»
د.إيمان ششه عن السكري وكيف تحمي نفسك منه
د.نعيمه الشنقيطي عن الولادة والحفاظ على الصحة
د.هناء البلبيسي عن التقويم وكيف تحافظ عليه
د.أحمد العنزي عن الامراض الصدرية والنوم لدى الأطفال
د.أسامة العيسوي عن سلامة الغذاء والمجتمع
د.محمد الشارخ حول نمط الغذاء الصحي

أبرز الفعاليات لعام ٢٠١٥

معرض مجسمات التوعية الصحية بملتقى التطوع

معرض مجسمات التوعية الصحية التوعوية الصحية بمجمع القصر مول من

المشاركة في فرحة عيد الفطر بمركز العثيم مول سفوري لاند حيث تم توزيع بالونات للأطفال عليها شعار الجمعية
وبرنامج عجب

معرض مجسمات التوعية الصحية بمركز اكتيف

المشاركة في معرض التعليم الأهلي والتجهيزات المدرسية بمعرض الرياض الدولي والذي اقيم خلال الفترة

معرض مجسمات التوعية الصحية بمركز فتي الملتقى

المشاركة في اليوم العالمي لأمراض القلب بعيادات مستشفى الملك خالد الجامعي

معرض المجسمات الصحية في مدرسة عبد الرحمن بن حسن

معرض المجسمات الصحية في مدارس بن خلدون

معرض المجسمات الصحية في مستشفى الأمير محمد بن فهد

المشاركة في معرض توعوي عن هشاشة العظام بالتعاون مع مركز التثقيف الصحي وكرسي أبحاث التوعية الصحية

المشاركة في معرض إرشاد الثاني بالمعهد الثانوي الصناعي الملكي بالرياض

أبرز الفعاليات لعام ٢٠١٦

مشاركة حياتنا في كل من:

المؤتمر العالمي للسكري والسمنة في الانتركونتيننتال

اليوم العالمي للغذاء بمستشفى الايمان

اليوم العالمي للسكر في مستشفى الملك خالد للعيون

اليوم العالمي لسكر في مركز العثيم مول

معرض توعوي في فندق نارسييس بمدينة الرياض

معرض توعوي في ميدان ديراب ضمن فعالية سبارتن العالمية للتحمل

إقامة معرض المجسمات الصحية في المعهد الثانوي الصناعي بالرياض برنامج ارشادي ٣

معرض المجسمات الصحية في مدارس السمو الأهلية

ركن توعوي مع قسم صحة الأسنان في جامعة الملك سعود في فعاليات "الأسبوع الخليجي الصحي الموحد لدول مجلس

التعاون"

مشاركة حياتنا في الصحة العالمي بمستشفى الملك خالد التخصصي للعيون

مشاركة نائب الرئيس في برنامج مستشارك الصحي على الهاتف

افتتاح فعالية «حياتنا صحة» في كل من :

العثيم مول مع الاعلامي محمد الشهري

في صحارى مول

القصر مول

فعالية حياتنا بدار المسنات لتوعية وتثقيف النزليات وكيفية المحافظة على الصحة العامة واجراء بعض الكشوفات

المشاركة في اليوم الوطني بالتعاون مع فريق جيل السيارات في ساحة ديراب

ركن تعريف للمجسمات الصحية في مدينة سلطان الإنسانية

أبرز الفعاليات لعام ٢٠١٧-٢٠١٨

معرض المجسمات التوعوية في فعالية لنرعاكم في حي البجيرري
ملصقات صحية حول أهمية استخدام السلم العادي بدل الكهربائي
فعالية حياتنا في أسبوع الوعي الصحي وتقديم البرامج التثقيفية للمحافظة على النمط المعيشي لعدد من المدارس
مشاركة حياتنا للتوعية الصحية في المهرجان الختامي «تاجك صحتك»
فعالية حياتنا في فعالية الأسبوع الصحي التوعوي بدار المسنات وتقديم التوعية والكشوفات الصحية
حفل تكريم مشاريع متدربي برنامج زمالة طب الأسرة بمنطقة الرياض
شراء وقف حياتنا الاول
برنامج توعوي وتثقيفي بمركز التأهيل الشامل للفتيات
معرض المجسمات الصحية في فعالية بناء ٢ بالمعهد الملكي الصناعي
تنفيذ فعالية الإصابات الرياضية وعلاقتها بالنظام الغذائي للعسكريين
المشاركة في الملتقى العالمي لأمراض الجهاز الهضمي
تنفيذ فعالية حياتنا صحة برنامج الوقاية من الأمراض الموسمية وأثر الأجهزة لدى الأطفال
المشاركة في الأسبوع الخليجي لصحة الفم والأسنان
إقامة فوازير حياتنا الرمضانية التوعوية في برامج التواصل السناب شات
إقامة ٣ أمسيات لبرنامج حياتنا الرمضانية في ديوانية الصالح بحضور عدد من المشاهير المؤثرين لدى المجتمع
مشاركة حياتنا في اليوم العالمي للتطوع تحت شعار «أنا واعي» بمستشفى الملك سلمان
معرض المجسمات الصحية وتقديم الإرشادات في اليوم العالمي للتطوع بدار الايتام بعليشة
معرض المجسمات الصحية التوعوية في مكافحة السمّة بالكلية التقنية بالرياض
معرض المجسمات الصحية في اليوم العالمي للطفل بمركز الملك فهد الثقافي وتقديم التوعية الصحية للأطفال والكشف على الأسنان

أبرز الفعاليات لعام ٢٠١٩

معرض المجسمات الصحية بمدارس المجد الاهلية
فعالية التوعية وكيفية النمط المعيشي السليم بمدينة الملك سعود الطبية
مشاركة في اليوم العالمي لمكافحة السرطان بالتعاون مع الاتحاد الخليجي لمكافحة السرطان بمقر وزارة التعليم
برنامج توعوي صحي عن صحة الفم والاسنان بمركز التأهيل الشامل للفتيات
برنامج توعوي صحي عن صحة الفم والاسنان في البنك الاهلي
مشاركة حياتنا في برنامج منافع صحية بالتعاون مع لجنة التنمية الاجتماعية بجنوب الرياض بمدرسة عبادة بن الصامت
المشاركة في ركن تعريف للجمعية في فعالية نمط الحياة بمدينة الملك فهد الطبية
مشاركة حياتنا في اليوم العالمي للبهاق بالتعاون مع جمعية فأل بحي البجيرى
مشاركة حياتنا في اليوم الوطني للمملكة ٨٩ بمستشفى الحرس الوطني
مشاركة حياتنا بركن تعريف ومحاضرة في اليوم العالمي للغذاء بمعهد الادارة
مشاركة حياتنا بركن تعريف ومحاضرة في اليوم العالمي للغذاء بمركز الملك سلمان
تنفيذ فعالية اليوم العالمي لمكافحة السمنة في الحياة مول
مشاركة في ركن تعريف للتوعية وتعزيز الصحة بنادي الفيحاء بالمجموعة
اطلاق مسابقة تويتر حياة الوطن صحة بمناسبة اليوم الوطني للمملكة ٨٩



معرض مجسمات التوعية الصحية المتنقل



بعض المنشورات والملصقات التوعوية الصحية

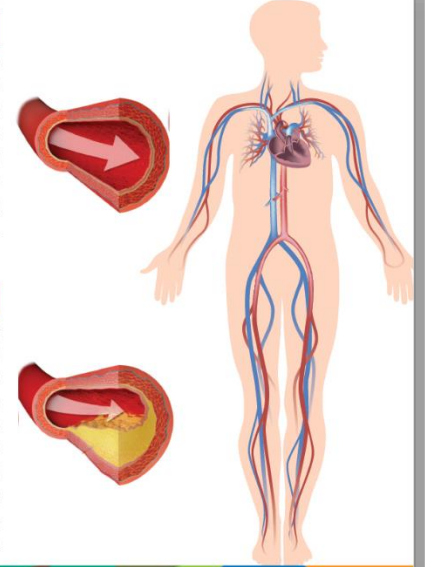


باختيار مشروبك علم بكمية السكريات في مشروبك

 لينة بالحليب 12 أونصة تحتوي على 2 ونصف ملعقة صغيرة 11 غرام من السكر	 عصير برتقال طبيعي 16 أونصة تحتوي على 12 ملعقة صغيرة 48 غرام من السكر	 كولا 12 أونصة تحتوي على 9% ملعقة صغيرة 39 غرام من السكر
 شراب خليط الفانيليا والحليب بالكرامة المثلج 12 أونصة تحتوي على 11 ملعقة صغيرة 45 غرام من السكر	 سلاش 16 أونصة تحتوي على 12 ملعقة صغيرة 48 غرام من السكر	 مشروبات الرياضة 20 أونصة تحتوي على 8% ملعقة صغيرة 34 غرام من السكر
 مشروب الطاقة 12 أونصة تحتوي على 9% ملعقة صغيرة 39 غرام من السكر	 حليب الشوكولاتة 16 أونصة تحتوي على 12 ملعقة صغيرة 48 غرام من السكر	



الشريان السليم
في هذه الصورة مقطع عرضي لشريان سليم تظهر الأوعية الدموية واسعة ودون عوائق. لاحظ بأن الجدار الداخلي للشريان خال من تراكم الترسبات فهو قوي ومشدد إذ يتدفق الدم بسهولة الى باقي الاعضاء والانسجة في جسمك. الحفاظ على نظام غذائي صحي واتباع نصائح إخصائي التغذية يمكن أن يساعدك في الحد من خطورة التعرض لانسداد الشرايين.



شريان بانسداد جزئي
يرجع سبب انسداد هذا الشريان جزئياً لتراكم الترسبات المكونة من الدهون والكوليسترول ومواد أخرى ترسبت في داخل جدار الشريان. فتقلص مرور الدم الى أقل من نصف حجمة الطبيعي واستمرار ذلك قد يؤدي الى النوبات القلبية والسكتة الدماغية. اتباع نظام غذائي ذو كميات عالية من الدهون يساهم في ارتفاع نسبة الاصابة بانسداد الشريان بما فيها ارتفاع نسبة الكوليسترول في الدم وارتفاع ضغط الدم والسكري والسمنة.

حياتنا
HAYATONA
الجمعية الوطنية للتوعية بالسكري
The National Society for Health Communication
0112482929
0112482973
0554564004
www.hayatona.org
info@hayatona.org
@hayatonaorg

المنشورات الإلكترونية للتوعية الصحية



المرحلة العمرية	الكالسيوم بالمليغرام
أقل من 6 شهور	200 - 1000 ملغم
6-12 شهراً	260 - 1500 ملغم
1-3 سنين	700 - 2500 ملغم
4-8 سنوات	1000 - 2500 ملغم
9-13 عاماً	1300 - 3000 ملغم
14-18 عاماً	1300 - 3000 ملغم
19-30 عاماً	1000 - 2500 ملغم
31-50 عاماً	1000 - 2500 ملغم
51-70 عاماً	1200 - 2000 ملغم
أكثر من 70 عاماً	1200 - 2000 ملغم



Johns Hopkins

المصدر: Johns Hopkins

مشروبات الطاقة ليست بريئة حقاً

تسبب مشروبات الطاقة

- هشاشة العظام
- صداع التوتر
- ارتفاع نسبة الكوليسترول
- تقرحات والتهاب جدار المعدة
- الأرق
- القلق
- التآكل الحمضي للأسنان
- الصداع النصفي
- السمنة المفرطة
- مرض السكري 2
- ارتفاع ضغط الدم
- التوتر

المصدر: وزارة الصحة السعودية

لصحتك استخدم طرق الطهي الصحية

كالتحميص والشوي أو الطهي بالبخار وغيرها. واستبدال الدقيق الأبيض بدقيق البر أو النخالة وغيرها. يضاف لذلك استخدام الزيوت غير المشبعة في الطهي كزيت الذرة وزهرة الشمس، وتجنب السمن والزبدة وكذلك السمن النباتي وبعض أنواع المارجرينا والزيوت البناتية الجامدة التي تحتوي على الزيوت المهدرجة.

مع حياتنا HAYATONA

تتصح جمعية حياتنا المصابين بالأمراض المزمنة

التقيد بإرشادات الطبيب خلال رمضان. ومن ذلك ما يتعلق بأوقات تناول الأدوية والنظام الغذائي المتبع ومراجعة المنشأة الصحية عند الحاجة.

مع حياتنا HAYATONA

برنامج «عجب» للحد من السمنة لدى طلبة المدارس

الإشراف العام

د. محمد سعد العصيمي

شارك في الإشراف

د. صالح سعد الأنصاري

فكرة وإعداد

د. عبدالرحمن يحيى القحطاني

أشرف على التنفيذ

فهد بن فيصل الحجي

التنسيق والمتابعة:

خالد الرفاعي ابراهيم بالبيد



المراجعة العلمية

د. عبدالرحمن يحيى القحطاني أ.د. سليمان عبدالله الشمري

كرسي أبحاث التوعية الصحية وتعزيز الصحة



شكر وتقدير لإدارة التربية والتعليم بالرياض:

أ. محمد عبدالله المرشد أ. عبدالرحمن مسعد العامري





افتتاح فعالية «حياتنا صحة» في العثيم مول ويهدف إلى التوعية
والتثقيف الصحي لدى شرائح المجتمع، ويرافق ذلك
قياس الضغط والسكر لزوار المعرض
وكذلك ركن ترفيهي رسم للأطفال

افتتح الفعالية الإعلامي المعروف / أ. محمد الشهري





المشاركة في معرض إرشاد المقام في المعهد الملكي
الثانوي بالرياض





اسم البرنامج "مستشارك الصحي على الهاتف"

وهو ضمن إطار اهتماماتها في برامج التوعية وتعزيز الصحة لدى المجتمع وهو برنامج تقوم الجمعية باستضافة أطباء استشاريين للرد على استفسار المتصلين عن طريق الهاتف

جائزة حياتنا للإبداع في طب الأسرة

برعاية وكيل وزارة الصحة المساعد للرعاية الصحية الأولية

د. هشام الخشان



برعاية سعادة وكيل وزارة الصحة المساعد للرعاية الصحية الأولية
وحضور مدير عام الشؤون الصحية بمنطقة الرياض

يسر المديرية العامة للشؤون الصحية بمنطقة الرياض
مركز الدراسات العليا لطب الاسرة
بالتعاون مع الجمعية الخيرية للتوعية الصحية

"حياتنا"

دعوتكم لحضور

الحفل الختامي

لمشاريع الإبداع لأطباء الدراسات العليا
لطب الاسرة بمنطقة الرياض

مركز صحي الروضة

الخميس 2017/11/9

0112482929
0112482973
0554564004
www.hayatona.org
info@hayatona.org
@hayatonaorg

جانب من تكريم الفائزين في جائزة الإبداع في طب الأسرة



فعالية «حياتنا صحة»

الإصابات الرياضية وعلاقتها بالتغذية في الحياة العسكرية
بالتعاون مع كلية الملك فهد الأمنية



تهدف هذه الفعالية في إقامة ندوات للتعريف بالأغذية وعلاقتها بالإصابات والتعريف بالعديد من الأنماط المعيشية التي تساهم في تحسين صحة جسم الانسان وخاصة العسكريين. وتخلل هذه الفعالية معرض مصاحب للتعريف بالجمعية وبرامجها وأنشطتها وعرض للمجسمات الصحية التوعوية والتي لاقت استحسان الحضور



فعالية حياتنا صحة

(الأمراض الموسمية)

(الأجهزة الالكترونية)



صور لأبرز الفعاليات والبرامج



يسرنا دعوتكم لحضور
فعاليات حياتنا صحة
بنادي الإسكان يوم السبت 1439/6/29 هـ

سيقام العديد من الأنشطة والأركان
التوعوية والترفيهية

- ١ مسرح الأطفال
- ٢ مسابقات وجوائز متنوعة
والعاب على المسرح
- ٣ هدايا ومسابقات متنوعة
بكل الأركان
- ٤ محاضرات توعوية
- ٥ معرض تفاعلي

إقامة أمسيات رمضان الصحية توعوية صحية بالتعاون مع ديوانية الصالح



د. صالح الأنصاري

الكابتن : يوسف الثنيان

في أمسية صحية مميزة

تنظيمها

جمعية حياتنا و ديوانية الصالح

وذلك يوم الاثنين ١٢/٩/٢٠٢٤م

في تمام الساعة ١٠:٣٠ م





الصالح
ديوانية الصالح للثقافة والرياضة



حياتنا
HAYATUNA
Association for the Culture and Sports

[@hayatunaorg](https://www.facebook.com/hayatunaorg)

[hayatunaorg](https://www.instagram.com/hayatunaorg)

[hayatuna1](https://www.youtube.com/hayatuna)

* بجانب مسجد الصالح خلف غرناطة للرياضة



د. محمد الغندور
طبيب / مشاهير السوشال ميديا

في أمسية صحية ومميّزة

بعنوان : الكوليسترول عدو أم صديق ؟
والتوعية عنه في وسائل التواصل الإجتماعي

تنظّمها



جمعية حياتنا
بالتعاون مع

ديوانية الصالح



د. خالد النمر
استشاري و أستاذ أمراض القلب

وذلك يوم الجمعة بتاريخ

١٤٣٩/٩/١١

* بجانب مسجد الصالح مخرج ٧ خلف غرانة للرياضة



دعوات الصالح للأموال الحلال

 @hayatonaorg
 hayatonaorg
 hayatona1



الجمعية السعودية للصحة العامة
The Saudi Society for Health Promotion



إقامة مسابقة «فوازير» حياتنا على السناپ

ترقبوا فوازير...
حياتنا
خلال شهر
رمضان
المبارك

رند بندي علي
سلطان الشهري

على سناپ حياتنا..

@ Hayatonaorg
HayatonaTube

Hayatona1

حياتنا
HAYATONA
الجمعية الخيرية للتوعية الصحية
The Charitable Society for Health Awareness

مشاركة حياتنا في الأسبوع الخليجي لصحة الفم والأسنان بالتعاون مع قسم صحة الاسنان بجامعة الملك سعود في مدارس الرياض وجمعية الوفاء للتأهيل



مشاركة حياتنا اليوم العالمي للطفل بمركز الملك فهد الثقافي



مشاركة حياتنا بمعرض مكافحة السمنة بالكلية التقنية بالرياض



المؤسسة العامة للتدريب التقني والمهني
Technical and Vocational Training Corporation
الكلية التقنية بالرياض



مشاركة حياتنا في معرض توعوي تحت شعار «أنا واعي» بمستشفى الملك سلمان في اليوم العالمي للتطوع ٢٠١٨



تنفيذ برنامج اليوم العالمي لمكافحة السمعة ٢٠١٩



المشاركة في يوم الغذاء العالمي ٢٠١٩ بالتعاون مع وزارة الصحة وجمعية خيرات



مشاركة جمعية حياتنا الأهلية للتوعية
الصحية في الفعالية المصاحبة لمباراة الفحاء
والفتح بملعب مدينة الجمعة الرياضية



المشاركة في يوم الغذاء العالمي ٢٠١٩ بمدينة الملك سعود الطبية



المشاركة في اليوم الوطني للمملكة ٨٩ بمستشفى الحرس الوطني



اطلاق مسابقة تويتر مناسبة اليوم الوطني للمملكة ٨٩



بمناسبة اليوم الوطني ٨٩ تقدم
الجمعية الأهلية للتوعية الصحية حياتنا
مسابقة حياة الوطن صحة

شروط
المسابقة | متابعة الحساب | عمل | منشن ٣ من
@hayatonaorg | رتويت | أصدقائقك



تسعة فائزين
500
ريال لكل فائز



حياتنا
HAYATONA
الجمعية الأهلية
للتوعية الصحية



@hayatonaorg

الزيارات واللقاءات

زيارة المدير التنفيذي لجمعية المكفوفين لبحث سبل التعاون والشراكة بين الجمعيتين .

زيارة وزارة الموارد البشرية والتنمية الاجتماعية وحضور آليات أعداد اللائحة التنظيمية الجديدة للجمعيات.

اجتماع فرق التطوعية لبحث سبل التعاون والشراكة لإقامة الفعاليات والمناسبات العالمية.

اجتماع مع شركة دواجن الوطنية لدفع حركة برنامج عجب لمكافحة السمنة لدى الاطفال.

مشاركة مجموعة طلاب في مقر الجمعية بتجهيز مجموعة من الاعمال الادارية

زيارة المدير التنفيذي أ.سلطان المخلفي لمركز محمد بن نايف الطبي بكلية الملك فهد الامنية

مشاركة عضو مجلس ادارة الجمعية د. عبد الله السعيدان في الجمعية المصرية للعمل التطوعي والتعرف على أبرز الأعمال والتطورات في مجال العمل التطوعي

زيارة المدير التنفيذي لوزارة الشؤون الاجتماعية وحضور مناقشة آليات أعداد اللائحة التنظيمية الجديدة للجمعيات

عرض مجموعة مشاريع استثمارية مع شركة الأهداف لتسويق الأوقاف الخيرية وبحث سبل تحقيق الاستدامة المالية بالتنسيق مع المشرف المالي للجمعية.

زيارة المركز السعودي للحوكمة وبحث سبل التعاون والشراكة

التنسيق مع جامعة القصيم كلية الصحة العامة والمعلوماتية الصحية لتدريب سنة الامتياز

اللقاءات الإعلامية

مشاركة نائب رئيس الجمعية في قناة خليجية والتحدث عن الجمعية وأهدافها

استضافة نائب رئيس الجمعية لقناة الرسالة في برنامج الرسالة اليوم للتحدث عن التثقيف الصحي ودور الجمعية حول برامجها وأنشطتها في تعزيز الصحة لدى المجتمع

استضافة د.علي عسيري حول السلامة الغذائية في قناة الرسالة

استضافة د.خالد النمر عن التوعية حول جلطة القلب في قناة الرسالة

المشاركة في برنامج الثامنة حول الوجبات السريعة وتأثيرها على الصحة

التنسيق مع إذاعة ام بي سي برنامج "صباحكم سعودي" واللقاء مع الدكتورة إيمان ششه استشارية غدد صماء وسكري

مشاركة نائب رئيس مجلس الإدارة في قناة خير الفضائية للتعريف بالجمعية ودور المثقفين الصحيين في المجتمع

استضافة القناة الثقافية السعودية في برنامجها مبادرات للتحدث عن دور الجمعيات ومنها جمعية حياتنا

مشاركة نائب الرئيس في برنامج الراصد والتحدث عن دور التثقيف والممارسين الصحيين

المحاضرات وورش العمل

- إقامة ندوة طبية مع الدكتور خالد الجابر في جامع الراجحي بعنوان الصحة النفسية بروية دينية شمولية
- ورشة عمل الخطة الاستراتيجية بحضور أعضاء مجلس الإدارة والهيئة الاستشارية مع الدكتور عصام الغامدي
- إقامة ورشة عمل «حلم الرشاقة» للدكتور/ محمد الشارخ
- ورشة عمل تحفيز العمل التطوعي والتعريف بالجمعية للدكتور عبد الرحمن القحطاني
- محاضرة توعوية لنائب رئيس الجمعية في مسجد الزهرة في حي المنار عن الصحة في رمضان
- إقامة ورشة عمل حول التعريف بالتطوع وأهميته بين حياتنا و جمعية تكاتف
- إقامة دورات بمستشفى الملك عبد الله الجامعي وهي :
- اعداد الوسائل التوعوية بطرق علمية للدكتور محمد الشارخ
- تحديد الاهداف التثقيفية للدكتور عبد الله أرباب
- التخطيط لبرامج التثقيف الصحي للأستاذ تركي القرني
- إقامة ملتقى المثقفين الصحيين الأول والثاني بمركز الدراسات العليا لطب الأسرة
- إقامة دورة تدريبية القواعد الصحيحة لتداول الاغذية بمقر جمعية خيرات لحفظ النعمة
- ندوة بعنوان الطرق الصحيحة لتداول الاغذية (رجال) بمقر لجنة التنمية
- ندوة بعنوان الطرق الصحيحة لتداول الاغذية (نساء) بمقر لجنة التنمية
- ورشة عمل لعرض أفكار تحديد نمط الحياة بمقر الجمعية
- المشاركة في ورقة عمل نمط الحياة بمدينة الملك فهد الطبية
- محاضرة عن سلامة الغذاء بالتعاون مع جمعية خيرات بمركز الملك سلمان الاجتماعي
- مشاركة موظفي الجمعية في اكااديمية الفوزان وحصولهم على شهادات في إدارة المشاريع
- حضور ورشة عمل الاستراتيجية للمسؤولية الاجتماعية بتنظيم وزارة العمل
- حضور دورة تدريبية البناء المؤسسي بتنظيم جمعية واعى للتأهيل الاجتماعي بالتعاون مع جامعة الملك سعود
- مقدمة في الريادة الاجتماعي بتنظيم مع اكااديمية الفوزان

الزيارات واللقاءات

مشاركة نائب رئيس مجلس الإدارة د.محمد الشارخ في حفل اطلاق العقد العربي في جمهورية مصر العربية حيث يهدف إلى تعزيز قدرات المجتمع المدني ومشاركته مع الحكومات في تنفيذ أهداف التنمية المستدامة (العام ٢٠٣٠) عن طريق خلق بيئة مناسبة وبناء آليات تعاون ناجحة بين منظمات المجتمع المدني والدول العربية والمنظمات الإقليمية والدولية.



الزيارات واللقاءات

مجالات الشراكة وبناء مذكرات التفاهم



- الاجتماعات التشاورية:
 - لقاء مع ممثل منظمة الصحة العالمية بالمملكة
 - لقاء مع منظمة UNICEF بالمملكة
 - لقاء مع مساعد المدير العام للتربية والتعليم بالرياض
 - لقاء مع رئيس تحرير جريدة الرياض
 - لقاء مع اللجنة التنسيقية للجان التنمية الاجتماعية
 - لقاء مع الغرفة التجارية بالرياض
 - اللقاء مع وكيل وزارة العمل بشأن بحث سبل التعاون في دعم برامج الجمعية

أبرز اللقاءات الإعلامية

استضافة د. محمد الشارخ نائب الرئيس لقناة الرسالة في برنامج الرسالة اليوم للتحدث عن التثقيف الصحي ودور الجمعية حول برامجها وأنشطتها في تعزيز الصحة لدى المجتمع

استضافة د. علي عسيري حول السلامة الغذائية

استضافة د. خالد النمر عن التوعية حول جلطة القلب

المشاركة في برنامج الثامنة حول الوجبات السريعة وتأثيرها على الصحة. شارك فيها د. عبد الرحمن القحطاني خبير تعزيز الصحة وأمين الجمعية سابقاً

التنسيق مع إذاعة ام بي سي برنامج "صباحكم سعودي" واللقاء مع الدكتورة إيمان ششه استشارية غدد صماء وسكري



المحاضرات وورش العمل

مؤسسة سلطان عبد العزيز آل سعود
الوقفية لخدمة وإشاعة أديان
جامع الجاهلي بحي الجزيرة - الرياض



حياتنا
HAYATONA
الجمعية الخيرية للتوعية الصحية

المسجد الحرام
وزارة الشؤون الإسلامية والأوقاف
والدعوة والإرشاد
خرج الوزارة في محفلتي الرياض
إدارة شؤون الدعوة والإرشاد
مركز الدعوة والإرشاد بالرياض

يسرنا دعوتكم لحضور

الندوة الطبية الشرعية

الرحلة النفسية برؤية دينية شمولية

مغرب يوم الاربعاء ١٧/٤/١٤٣٧ هـ

د. محمد بن إبراهيم الحيدري

الأستاذ المساعد في قسم الفقه بجامعة
الإمام محمد بن سعود الإسلامية

د. سعادة الطبيب الدكتور
خالد بن حمزة الجابر

استشاري طب الأسرة والعلاج النفسي

تواصل
www.grajhi.org.sa

يوجد مكان مخصص للنساء

تحت سلة المحاضرات عبر موقع
www.grajhi.org.sa
www.liveislam.net

الندوة الطبية السابعة

بالتعاون مع الجمعية الخيرية للتوعية الصحية حياتنا

بعد العشاء

الأربعاء الموافق ١٤٣٥/٦/١٦ هـ

الضوابط الشرعية للطب الشعبي

سعادة د. فهد بن محمد الخيزري

عالم الأبحاث في مستشفى
الملك فيصل التخصصي بالرياض
و عضو مجلس إدارة جمعية حياتنا

د. حسين بن عبد الله العبيدي

رئيس قسم الفقه بكلية الشريعة بالرياض

الخميس الموافق ١٤٣٥/٦/١٧ هـ

موقف الشريعة والصحة من الحاية للخطات الشعبية

سعادة د. عبد الرحمن بن يحيى

القحطاني
الأمين العام لجمعية حياتنا
وخبير تعزيز الصحة

د. حسين بن عبد الله العبيدي

رئيس قسم الفقه بكلية الشريعة بالرياض

١ - يوجد معرض مصاحب للندوة

٢ - قياس السكر والضغط

٣ - تحديد الوزن المثالي

٤ - قياس هشاشة العظام

تواصل

www.grajhi.org.sa



تحت سلة المحاضرات عبر موقع
www.grajhi.org.sa
www.liveislam.net

مع لجان مكتب الدعوة والإرشاد
وتوعية الجاليات بالسي

يوجد مكان مخصص للنساء



المحاضرات وورش العمل

ورشة عمل الخطة الاستراتيجية للجمعية بحضور أعضاء مجلس الإدارة والهيئة الاستشارية للدكتور عصام الغامدي



المحاضرات وورش العمل



سلسلة صحتك بين يديك

ضمن سلسلة "صحتك بين يديك"

تعقد الجمعية الخيرية للتوعية الصحية "حياتنا"

ورشة عمل بعنوان

"حلم الرشاقة.. بين برامج الرجيم وعمليات التخصيس"

يقدمها الأستاذ/ محمد الشارخ

استشاري تدريب تعزيز الصحة - نائب رئيس مجلس الإدارة

الدعوة عامة
التسجيل مجاني
المقاعد محدودة
الدورة مخصصة للرجال

المكان: فندق ميركيور - مخرج ٩ خلف غرناطة مول

الثلاثاء ٢٨/٤/١٤٣٦ هـ

من الساعة ٤:٣٠ م حتى ٦:٣٠ م

للتسجيل أرسل بياناتك وأرقام التواصل على الإيميل info@hayatona.org

أو من خلال الهاتف : ٢٤٨٢٩٢٩ (٠١١) تحويلة: (١٠١)



www.hayatona.org
@ info

أقامت الجمعية الخيرية للتوعية الصحية "حياتنا" ورشتي عمل بعنوان (حلم الرشاقة ،، بين برامج الرجيم وعمليات التخصيس) وقدم الورشة للدكتور محمد الشارخ استشاري تدريب تعزيز الصحة نائب رئيس مجلس الإدارة بالجمعية. وتناولت ورشة العمل مخاطر السمنة والأمراض المزمنة الناجمة عن السمنة والتدريب على كيفية قياس كتلة الجسم وتحديد مستوى السمنة عند الحضور والحلول المتوفرة



المحاضرات وورش العمل

أقامت الجمعية الخيرية للتوعية الصحية "حياتنا" ورشة عمل لمجموعة من الطلاب المتطوعين من جامعة الملك سعود. ويهدف إلى تعزيز التواصل بين الجمعية والطلاب ، وتحفيزهم على العمل التطوعي والسعي إلى مشاركتهم في أنشطة الجمعية.

قدم الورشة د. عبد الرحمن القحطاني عضو الجمعية والأمين العام (سابقاً)



المحاضرات وورش العمل

الندوات العلمية:

- ندوة "الوعي الإعلامي وضرورته لتعزيز الصحة"
- ندوة "التمكين من أجل تعزيز الصحة"
- ندوة "التوعية الصحية والإعلام الجديد"

الأوراق العلمية:

- في مجال التوعية الصحية وتعزيز الصحة والتخطيط
- التخطيط الإستراتيجي في الجمعيات الصحية
- مقاضاة شركات التبغ في المملكة
- التمكين في مجال تعزيز الصحة



المحاضرات وورش العمل

إقامة ملتقى المثقفين الصحيين الأول والثاني

يهدف الملتقى في التعريف بالجمعية واهدافها وبرامجها من خلال عقد لقاءات مع المثقفين والممارسين الصحيين وعرض أبرز المبادرات التي تساهم في تطوير وتحسين التوعية لدعمها والمساهمة فيها .





الاتفاقيات ومذكرات التفاهم



اتفاقية شراكة مع مجلس الخدمات الصحية لتقديم الخدمات الاستشارية والمشورة العلمية فيما يخص التوعية الصحية وتعزيز الصحة.

شراكة مع قناة الرسالة

توقيع اتفاقية مع الاعلامي محمد شهري كسفير لحياتنا

توقيع اتفاقية مع الأديب الشاعر عبد الرحمن العشماوي كسفير لحياتنا

توقيع اتفاقية مع مستشفى الملك عبد الله الجامعي لإقامة الدورات

التثقيفية الصحية

اتفاقية مع الجمعية السعودية للعمل التطوعي تكاتف

اتفاقية مع جمعية خيرات لحفظ النعمة

شراكة مع حساب تحدث العربية وتعزيز هذه المبادرة .



إحصائيات

ألف مستفيد من برامج الجمعية
الميدانية ووسائل التواصل الاجتماعي

١٥٠٠٠

أكثر من ..

فعالية نوعية توعوية صحية

٧٠

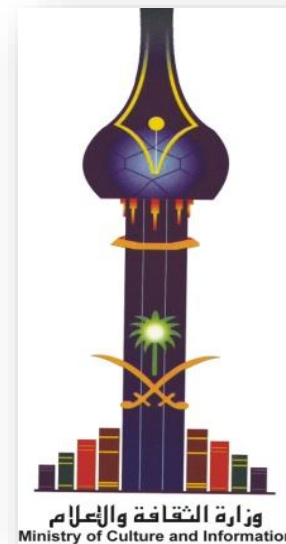
أكثر من ..

ورش عمل ودورات توعوية صحية

١٤

إقامة ..

شركاء النجاح





شكرا لكم،

حي المصيف طريق أبي بكر الصديق – ص.ب ١٠١٦٥٢ الرمز البريدي ١١٦٦٥

ت : ٠١١٢٤٨٢٩٢٩ ف : ٠١١٢٤٨٢٩٧٣ جوال : ٠٥٥٤٥٦٤٠٠٤

@info@hayatona.org

@hayatonaorg

Hayatona1

حسابات الجمعية :



SA8505000068201289684000 SA5015000999300000180004 SA9880000341608010810008