



الجمعية الأهلية للتوعية الصحية

خمس سنوات من الصحة تقرير عن أبرز برامج وأنشطة الجمعية

(٢٠١٩ - ٢٠١٥)



عن "حياتنا" :

تأسست الجمعية الأهلية للتوعية الصحية «حياتنا» بمنطقة الرياض بتاريخ ٢٠١٤٧هـ وهي جمعية مسجلة في وزارة الموارد البشرية والتنمية الاجتماعية برقم (٤١٣)، وتهدف إلى تعزيز نمط الحياة الصحي للمجتمع.

وتسعى الجمعية لمواكبة التغيرات المعاصرة والتي تتطلب التوافق مع توجهات رؤية المملكة ٢٠٣٠ والاحتياجات التنموية للمجتمع وفق استراتيجيات التنمية الوطنية.



رؤيتنا:

جمعية رائدة في التوعية والتنقيف الصحي، من خلال بيئة مؤسسيّة متميزة وبرامج مستدامة.

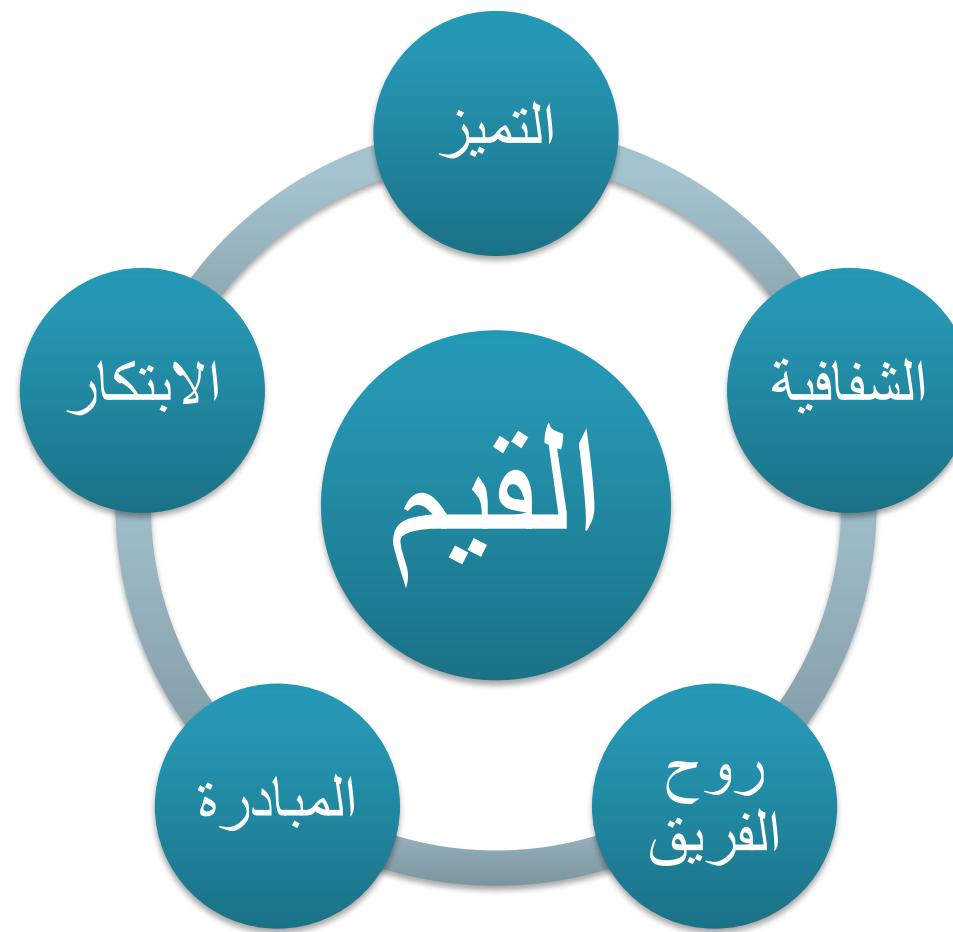
رسالتنا:

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



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 السكري

عضو مجلس الإدارة / شروق أحمد باسبيل



أبرز البرامج والنشاطات خلال الخمس سنوات من ٢٠١٤ إلى ٢٠١٩

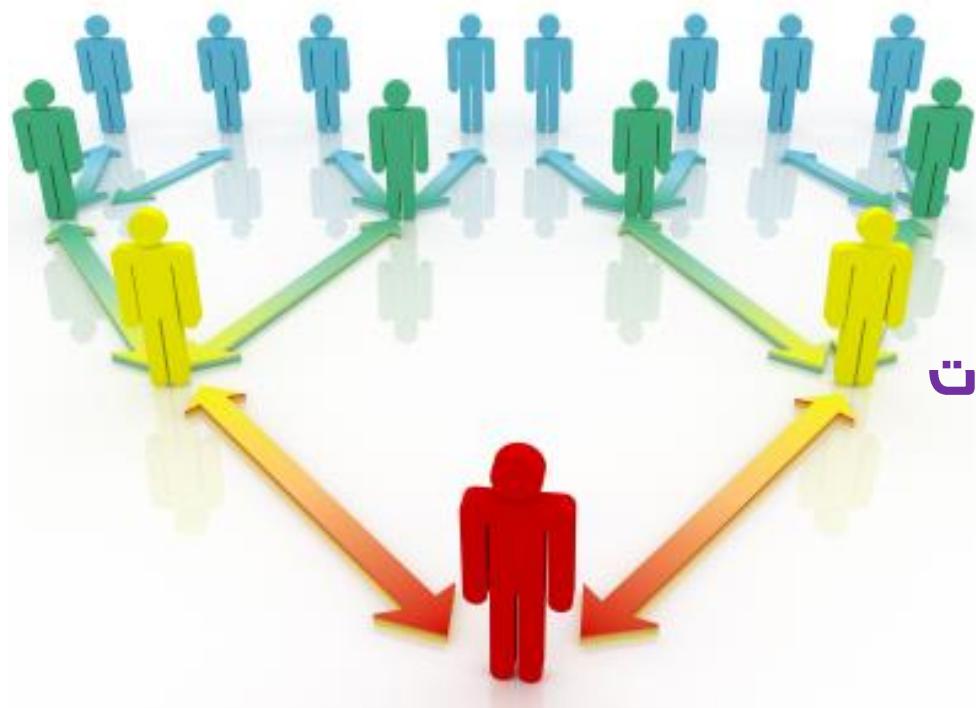




أبرز برامج وأنشطة الجمعية:

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 الصالحيات
٦. دليل نماذج التسجيل والمعلومات
٧. اللائحة الإدارية
٨. اللائحة المالية
٩. سلم الرواتب
١٠. دليل تعريف للموظف
١١. نماذج ادارية أخرى



مؤسسة
الملك خالد الخيرية
King Khalid Foundation



**حصل جمعية حياتنا على منحة
للتحفيظ الاستراتيجي
من مؤسسة الملك خالد الخيرية**

**القيمة : ٨٤,٠٠٠ أربعة وثمانون
ألف ريال**

وقف للجمعية



شراء وقف للجمعية بقيمة ١١,٣٠٠,٠٠٠

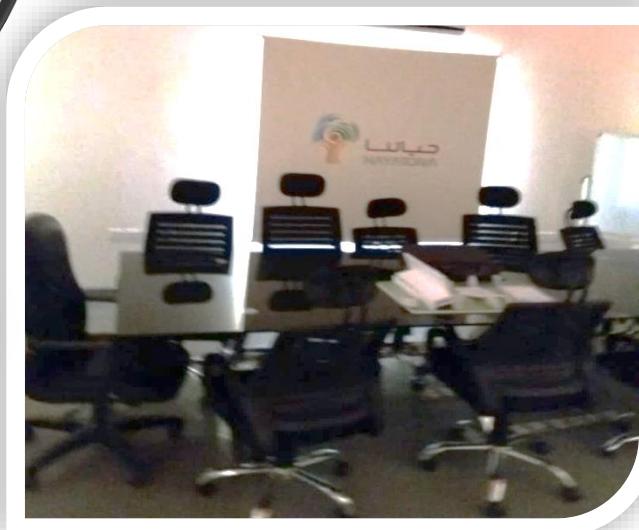
أحد عشر مليوناً وثلاثمائة ألف ريال



مقر الجمعية الجديد

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

١. يتتوفر فيه عدد أكبر من المكاتب الإدارية
٢. نظافة المقر بشكل عام وحداثته 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 ونقطات الشبكات للمكاتب



أبرز الفعاليات لعام ٢٠١٥

مشاركة حياتنا في معرض توعوي بعنوان صحتي حياتي بمركز الملك خالد الإرشادي بجامعة الملك خالد بأم الحمام

المشاركة في معرض توعوي عن خطورة الاصابة 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

مستشار 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 الشنقطي عن الولادة والحفاظ على الصحة

د. هناء البليسي 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 التوعية الصحية بمجمع القصر مول من

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

معرض مجسمات التوعية الصحية بمركز اكتيف

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

معرض مجسمات التوعية الصحية بمركز فتى 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 خلون

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 الانترنت

اليوم العالمي للغذاء بمستشفى الایمان

اليوم العالمي للسكر في مستشفى الملك خالد للعيون

اليوم العالمي لسكر في مركز العثيم مول

معرض توعوي في فندق نارسيس بمدينة الرياض

معرض توعوية في ميدان ديراب ضمن فعالية سبارتن العالمي للتحمل

إقامة معرض المجسمات الصحية في المعهد الثانوي الصناعي بالرياض ببرنامج 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 وتنقيف النزيلات وكيفية المحافظة على الصحة العامة واجراء بعض الكشوفات

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

ركن تعريفي للمجسمات الصحية في مدينة سلطان الإنسانية

أبرز الفعاليات لعام ٢٠١٧-٢٠١٨

- معرض المجسمات التوعوية في فعالية لنر عاكم في حي الـبـجـيرـي
ملصقات صحية حول أهمية استخدام السلم العادي بدل الكهربائي
- فعالية حـيـاتـنـاـ فيـ أـسـبـوـعـ الـوـعـيـ الصـحـيـ وـتـقـدـيمـ البرـامـجـ التـثـقـيفـيـةـ لـلـمـحـافـظـةـ عـلـىـ النـمـطـ المـعـيشـيـ لـعـدـدـ مـدـارـسـ
- مشارـكـةـ حـيـاتـنـاـ لـلـتـوـعـيـةـ الصـحـيـةـ فـيـ الـمـهـرجـانـ الخـاتـمـيـ «ـتـاجـكـ صـحتـكـ»
- فعالية حـيـاتـنـاـ فـيـ فـعـالـيـةـ الـأـسـبـوـعـ الـصـحـيـ التـوـعـيـ بـدارـ الـمـسـنـاتـ وـتـقـدـيمـ التـوـعـيـةـ وـالـكـشـوفـاتـ الصـحـيـةـ
- حـفـلـ تـكـرـيـمـ مـشـارـيـعـ مـتـدـرـبـيـ بـرـنـامـجـ زـمـالـةـ طـبـ الـأـسـرـةـ بـمـنـطـقـهـ الـرـيـاضـ
- شـرـاءـ وـقـفـ حـيـاتـنـاـ الـأـولـ
- برـنـامـجـ توـعـيـ وـتـثـقـيفـيـ بـمـرـكـزـ التـأـهـيلـ الشـامـلـ لـلـفـتـيـاتـ
- مـعـرـضـ الـمـجـسـمـاتـ الصـحـيـةـ فـيـ فـعـالـيـةـ بـنـاءـ ٢ـ بـالـمـعـهـدـ الـمـلـكـيـ الصـنـاعـيـ
- تـنـفيـذـ فـعـالـيـةـ إـلـاصـابـاتـ الـرـياـضـيـةـ وـعـلـاقـتـهاـ بـالـنـظـامـ الـغـذـائـيـ لـلـعـسـكـرـيـينـ
- المـشارـكـةـ فـيـ الـمـلـتـقـىـ الـعـالـمـيـ لـأـمـرـاـضـ الـجـهـازـ الـهـضـميـ
- تـنـفيـذـ فـعـالـيـةـ حـيـاتـنـاـ صـحةـ بـرـنـامـجـ الـوـقـاـيـةـ مـنـ الـأـمـرـاـضـ الـمـوـسـمـيـةـ وـأـثـرـ الـأـجـهـزةـ لـدـىـ الـأـطـفـالـ
- المـشارـكـةـ فـيـ الـأـسـبـوـعـ الـخـلـيجـيـ لـصـحةـ الـفـمـ وـالـأـسـنـانـ
- إـقـامـةـ فـواـزـيرـ حـيـاتـنـاـ الـرـمـضـانـيـةـ التـوـعـيـةـ فـيـ بـرـامـجـ التـوـاـصـلـ السـنـابـ شـاتـ
- إـقـامـةـ ٣ـ أـمـسـيـاتـ لـبـرـنـامـجـ حـيـاتـنـاـ الـرـمـضـانـيـةـ فـيـ دـيـوـانـيـةـ الصـالـحـ بـحـضـورـ عـدـدـ مـنـ الـمـشاـهـيرـ الـمـؤـثـرـيـنـ لـدـىـ الـمـجـتمـعـ
- مـشـارـكـةـ حـيـاتـنـاـ فـيـ الـيـوـمـ الـعـالـمـيـ لـلـتـطـوـعـ تـحـتـ شـعـارـ «ـأـنـاـ وـاعـيـ»ـ بـمـسـتـشـفـيـ الـمـلـكـ سـلـمانـ
- مـعـرـضـ الـمـجـسـمـاتـ الصـحـيـةـ وـتـقـدـيمـ الـإـرـشـادـاتـ فـيـ الـيـوـمـ الـعـالـمـيـ لـلـتـطـوـعـ بـدارـ الـإـيـتـامـ بـعـلـيـشـةـ
- مـعـرـضـ الـمـجـسـمـاتـ الصـحـيـةـ التـوـعـيـةـ فـيـ مـكـافـحةـ السـمـنـةـ بـالـكـلـيـةـ الـتـقـنيـةـ بـالـرـيـاضـ
- مـعـرـضـ الـمـجـسـمـاتـ الصـحـيـةـ فـيـ الـيـوـمـ الـعـالـمـيـ لـلـطـفـلـ بـمـرـكـزـ الـمـلـكـ فـهدـ الـثـقـافـيـ وـتـقـدـيمـ التـوـعـيـةـ الصـحـيـةـ لـلـأـطـفـالـ وـالـكـشـفـ عـلـىـ الـأـسـنـانـ

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 تعريفي للجمعية في فعالية نمط الحياة بمدينة الملك فهد الطبية

مشاركة حياتنا في اليوم العالمي للبهاق بالتعاون مع جمعية فأل بحري البجيري

مشاركة حياتنا في اليوم الوطني للمملكة ٨٩ بمستشفى الحرس الوطني

مشاركة حياتنا بركن تعريفي ومحاضرة في اليوم العالمي للغذاء بمعهد الادارة

مشاركة حياتنا بركن تعريفي ومحاضرة في اليوم العالمي للغذاء بمركز الملك سلمان

تنفيذ فعالية اليوم العالمي لمكافحة السمنة في الحياة مول

مشاركة في ركن تعريفي للتوعية وتعزيز الصحية بنادي الفيحاء بالمجمعة

اطلاق مسابقة توينر حياة الوطن صحة بمناسبة اليوم الوطني للمملكة ٨٩

معرض مجسمات التوعية الصحية المتنقل



بعض المنشورات والملصقات التوعوية الصحية

الinks about sugar content in various drinks:

- لاته بالتحليل 12 أونصة
تحتوي على 2 ونصف ملءة مغيرة 2 غرام، من السكر 11
- عصير برتقال طبيعى 16 أونصة
تحتوي على 12 ملءة مغيرة 12 غرام، من السكر 39
- كولا 12 أونصة
تحتوي على 8% ملءة مغيرة 8% غرام، من السكر 39
- شوكولاتة 16 أونصة
تحتوي على 12 ملءة مغيرة 12 غرام، من السكر 48
- سلاش 16 أونصة
تحتوي على 12 ملءة مغيرة 12 غرام، من السكر 34
- مشبوب الطاقة 12 أونصة
تحتوي على 9% ملءة مغيرة 9% غرام، من السكر 39
- حليب الشوكولاتة 16 أونصة
تحتوي على 12 ملءة مغيرة 12 غرام، من السكر 48

باختيار مشروبك علم بكمية السكريات في مشروبك

الشريان السليم

في هذه الصورة مقطع عرضي لشريان سليم تظهر الاوعية الدموية واسعة بدون عوائق. لاحظ بإن الجدار الداخلي للشريان خال من تراكم الترسبات فهو قوي ومشدود إذ يتدفق الدم بسهولة إلى باقي الأعضاء وانتسخة 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 والكلسترول ومواد أخرى ترسبت في داخل الجدار الشريان.

فتقلص مرور الدم إلى أقل من نصف حجمة الطبيعية واستمرار ذلك قد يؤدي إلى النوبات القلبية والسكتة الدماغية.

اتباع نظام غذائي ذو كميات عالية من الدهون يساهم في ارتفاع نسبة الاصابة بانسداد الشريان بما فيها ارتفاع نسبة الكوليستروول في الدم وارتفاع ضغط الدم والسكري والسمنة.





المنشورات الإلكترونية للتوعية الصحية

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

مشروبات الطاقة ليست بريئة حقاً

تسبب مشروبات الطاقة

- هشاشة العظام
- صداع التوتر
- ارتفاع نسبة الكوليستيرول
- تهيجات والتهاب دgar المعدة
- الألراق
- القلق

التاكل الجمسي للأنسان

الصداع التصفي

السمنة المفرطة

مرض السكري 2

ارتفاع ضغط الدم

التوتر

المصدر: وزارة الصحة السعودية

Logo of the Saudi Ministry of Health

Follow us: @hayanawaring

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 الـ
كربيت الذرة وزهرة الشمس. وتجنب السمن والزبدة
وكذلك السمن النباتي وبعض أنواع المارجرين.
الآن تجرب النباتية واستبدلها تدريجياً، فتقوم بالذمة التي



نصح جمعية حياثنا المصايبين بالأمراض المزمنة
التقيد بإرشادات الطبيب خلال رمضان.
من ذلك ما يتعلّق بأوقات تناول الأدوية والنظام الغذائي
المتبع ومراجعة المنشأة الصحية عند الحاجة.



برنامج «عجب» للحد من السمنة لدى طلبة المدارس

الاشراف العام

د. محمد سعد العصيمي

شارك في الإشراف

د. صالح سعد الأنصارى

فكرة وإعداد

د. عبد الرحمن يحيى القحطاني

أشرف على التنفيذ

فهد بن فيصل الحجي

التنسيق والمتابعة:

ابراهيم بالبيد خالد الرفاعي



المراجعة العلمية

د. عبد الرحمن يحيى القحطاني أ.د. سليمان عبدالله الشمري

كرسي ابحاث التوعية الصحية وتعزيز الصحة



شكر وتقدير لإدارة التربية والتعليم بالرياض:

أ. محمد عبدالله المرشد أ. عبد الرحمن مسعد العامري



افتتاح فعالية «حياتنا صحة» في العثيم مول ويهدف إلى التوعية والتنقيف 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 ”مستشار 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 الشئون الصحية بمنطقة الرياض

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

"**حياتنا**"

دعوتكم لحضور

الحفل الختامي

لمشاريع الإبداع لأنظباء الدراسات العليا
لطب الأسرة بمنطقة الرياض

مركز صحي الروضه

الخميس 2017/11/9

• ٠ ١ ١ ٢ ٤ ٨ ٢ ٩ ٢ ٩
• ٠ ١ ١ ٢ ٤ ٨ ٢ ٩ ٧ ٣
• ٠ ٥ ٥ ٤ ٥ ٦ ٤ ٠ ٠ ٤
• www.hayatona.org
• info@hayatona.org
• @hayatona.org



جانب من تكريم الفائزين في جائزة الابداع في طب الأسرة





فعالية «حياتنا صحة»

الإصابات الرياضية وعلاقتها بالغذية في الحياة العسكرية

بالتعاون مع كلية الملك فهد الأمنية

تهدف هذه الفعالية في إقامة ندوات للتعریف بالأغذیة وعلاقتها بالإصابات والتعریف بالعديد من الأنماط المعيشیة التي تساهم في تحسین صحة جسم الإنسان وخاصة العسكريين. وتخلل هذه الفعالية معرض مصاحب للتعریف بالجمعیة وبرامجه وأنشطتها وعرض للمجسمات الصحية التوعیة والتي لاقت استحسان الحضور



فعالية حياتنا صحة

(الأمراض الموسمية)
(الأجهزة الالكترونية)



صور لأبرز الفعاليات والبرامج



يسرنا دعوتك لحضور
فعاليات حياتنا صحة
بنادي الإسكان يوم السبت ١٤٣٩/٦/٢٩

سيقام العديد من الأنشطة والأركان
التوعوية والترفيهية

- ١ مسرح الأطفال
- ٢ مسابقات وجوازات متعددة
وألعاب على المسرح
- ٣ هدايا ومسابقات متعددة
بكل الأركان
- ٤ محاضرات توعوية
- ٥ معرض تفاعلي

إِقَامَةُ أَمْسِيَاتِ رَمَضَانَ الْصَّحِيَّةِ تَوْعُوِيَّةٍ صَحِيَّةٌ بِالْتَّعاَوُنِ مَعَ دِيَوَانِيَّةِ الصَّالِح



إقامة مسابقة «فوازير» حياتنا على السناب



مشاركة حياتنا في الأسبوع الخليجي لصحة الفم والأسنان بالتعاون مع قسم صحة الأسنان بجامعة الملك سعود في مدارس الرياض و جمعية 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 السمنة ٢٠١٩



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



مشاركة جمعية حياتنا الأهلية للتوعية
الصحية في الفعالية المصاحبة لمباراة الفيحاء
والفتح بملعب مدينة المجمعة 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
رويتك | أصدقائك | @hayatonaorg

تسعة فائزين

500
ريال لكل فائز





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 لأ Sultan Al-Malhi Center for Social Development for the visually impaired بمفردة

مشاركة عضو مجلس ادارة الجمعية د. عبد الله السعيدان في الجمعية المصرية للعمل التطوعي والتعرف على ابرز الاعمال 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 للحكومة 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" وللقاء مع الدكتورة إيمان ششه استشارية غدد صماء وسكرى

مشاركة نائب رئيس مجلس الإدارة في قناة خير الفضائية للتعریف 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

اقامة ندوة طبية مع الدكتور خالد الجابر في جامع الراجحي بعنوان الصحة النفسية برؤية دينية شمولية

ورشة عمل الخطة الاستراتيجية بحضور أعضاء مجلس الإدارة والهيئة الإستشارية 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

اقامة ورشة عمل حول التعريف بالتطوع وأهميته بين حياتنا و جمعية تكافف

إقامة دورات بمستشفى الملك عبد الله الجامعي وهي :

إعداد الوسائل التوعوية بطرق علمية للدكتور محمد الشارخ

تحديد الأهداف التثقيفية للدكتور عبد الله أرباب

التخطيط لبرامج التثقيف الصحي للأستاذ تركي القرني

إقامة ملتقى المثقفين الصحيين الأول والثاني بمركز الدراسات العليا لطب الأسرة

اقامة دورة تدريبية القواعد الصحيحة لتناول الاغذية بمقر جمعية خيرات لحفظ النعمة

ندوة بعنوان الطرق الصحيحة لتناول الاغذية (رجال) بمقر لجنة التنمية

ندوة بعنوان الطرق الصحيحة لتناول 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 اكاديمية الفوزان وحصولهم على شهادات في إدارة المشاريع

حضور ورشة عمل الاستراتيجية للمسؤولية الاجتماعية بتنظيم وزارة العمل

حضور دورة تدريبية البناء المؤسسي بتنظيم جمعية واعي للتأهيل الاجتماعي بالتعاون مع جامعة الملك سعود

مقدمة في الريادة الاجتماعي بتنظيم مع اكاديمية 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.



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



والتقاء مع الدكتورة إيمان ششه استشارية غدد صماء وسكري
التنسيق مع إذاعة أم بي سي ببرنامج "صباحكم سعودي"
المشاركة في برنامج الثامنة حول الوجبات السريعة وتأثيرها على
الصحة. شارك فيها د. عبد الرحمن القحطاني خبير تعزيز الصحة
استضافة د. خالد النمر عن التوعية حول جلطة القلب

استضافة د. علي عسيري حول السلامة الغذائية

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

المحاضرات وورش العمل



بالتعاون مع الجمعية الخيرية للتوعية الصحية حياتنا

يسرنا دعوتك لحضور

• الدورة الطبية الشرعية •

الصحة النفسية برؤية بيئية شمولية

مغرب يوم الاربعاء ١٤٣٧/٤/١٧ هـ

د. حمدة بن ابراهيم الحيدري

الاستاذ المساعد في قسم الفقه بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية



يوجد مكان مخصص للنساء
تبت سلسلة المحاضرات عبر موقع
www.grajhi.org.sa
www.liveislam.net

الدورة الطبية السابعة

بالتعاون مع الجمعية الخيرية للتوعية الصحية حياتنا

بعد العشاء

الأربعاء الموافق ١٤٣٦/٦/١٦ هـ

الضوابط الشرعية للطب الشعبي

سعادة د. فهد بن محمد الضابري
عالم الافتاث في مستشفى الملك فيصل التخصصي بالرياض
وزير شئون ادارة دعمة حياتنا

د.حسين بن عبد الله العبيدي
رئيس قسم الفقه بكلية الشريعة بالرياض

الخميس الموافق ١٤٣٦/٦/١٧ هـ

موقع الشرعية والصحة من الدعامة للخطاب العقلي

سعادة د. عبد الرحمن بن بخيت
الأمين العام لجمعية حياتنا
وغيره من الصدقة

د.حسين بن عبد الله العبيدي
رئيس قسم الفقه بكلية الشريعة بالرياض

١- يوحى مدحري مصادر للدورة
٢- قياس هشاشة العظام
٣- تك دند الوزن المثالي
٤- تقييم السكر والضغط

موقع: www.grajhi.org.sa | التواصل: www.liveslam.net

مع تحيات مكتب الدعوة والإرشاد
وتنمية الحاليات والتأني

يوجد مكان مخصص للنساء

الجهات المنظمة:

المملكة العربية السعودية
وزارة الشؤون الإسلامية والأوقاف والآثار
وزارة المرأة والطفولة والأسرة والبيئة
جامعة الملك سعود للعلوم الإسلامية
مروجع الشفاعة والإنسان بالرياض

حياتنا HAYATONA
المؤسسة للسلام على العزير الراذنجي
الوقفية لحياة وأذنه الراذنجي
جامع الرادنجي بعنيزة الراذنجي





المحاضرات وورش العمل

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



المحاضرات وورش العمل

ضمن سلسلة "صحتك بين يديك"
تعقد الجمعية الخيرية للتوعية الصحية "حياتنا" ورشة عمل بعنوان
"حلم الرشاقة... بين برامج الرجيم وعمليات التخسيس"
يقدمها الاستاذ / محمد الشارع
استشاري تدريب تعزيز الصحة - نائب رئيس مجلس الادارة
الدعاوة عامة ...
التسجيل مجاناً ...
المقادير محدودة ...
الدورة منضمه للمرجان

المكان: فندق ميركيور - مخرج ٩ خلف غرانطة مول
الثلاثاء ٢٨/٤/١٣٦٤ هـ
من الساعة ٤:٣٠ م حتى ٦:٣٠ م
للتسجيل أرسل بياناتك وارقام التواصل على البريد الإلكتروني
info@hayatona.org
أو من خلال الهاتف : (٠١١) ٢٤٨٢٩٢٩ (٠١١) تحويلة: (١٠١)

Hayatona
الجمعية الخيرية للتوعية الصحية
The Charitable Society for Health Communication
www.hayatona.com
info@hayatona.org

أقامت الجمعية الخيرية للتوعية الصحية "حياتنا" ورشي عمل بعنوان (حلم الرشاقة ،، بين برامج الرجيم و عمليات التخسيس) 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 والسعى 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 "الوعية 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 تكاف

اتفاقية مع جمعية خيرات لحفظ النعمة

شراكة مع حساب تحدث العربية وتعزيز هذه المبادرة .



إحصائيات

أكثر من ..

أكثر من ..

إقامة ..

ألف مستفيد من برامج الجمعية
الميدانية ووسائل التواصل الاجتماعي

١٥٠٠٠

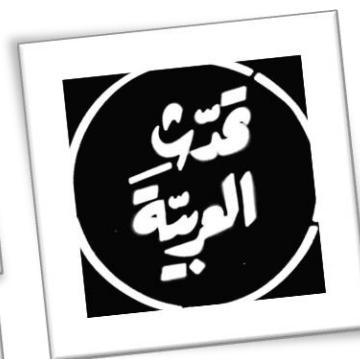
٦٠

٤١

ورش عمل ودورات توعوية صحية

فعالية نوعية توعوية صحية

شركاء النجاح



وزارة الموارد البشرية
والتنمية الاجتماعية
المملكة العربية السعودية



مركز التنمية الاجتماعية بالدرعية





شكرا لكم

حي المصيف طريق أبي بكر الصديق - ص.ب ١٠١٦٥ الرمز البريدي ١١٦٦٥
ت : ٠٥٥٤٥٦٤٠٠٤ ف : ٠١١٢٤٨٢٩٧٣ جوال : ٠١١٢٤٨٢٩٢٩

@info@hayatona.org
@hayatonaorg
 Hayatona1

حسابات الجمعية :



SA850500068201289684000 SA5015000999300000180004 SA9880000341608010810008