



إدارة تعزيز  
الصحة الجامعية  
بعمادة شؤون الطلاب

برعاية معالي مدير الجامعة  
أ. د. عبدالرحمن بن عبيد اليوبي

# ملتقى تعزيز الصحة الجامعية University Health Promotion Forum

جودة الحياة ..  
لصحة الفرد والمجتمع  
ندوات - محاضرات  
ورش عمل - معرض

بالتعاون مع شركاء النجاح



ملتقى تعزيز  
الصحة الجامعية  
University Health  
Promotion Forum

جامعة الملك عبدالعزيز  
مركز الملك فيصل للمؤتمرات



تاريخ المعرض  
٢-٣/٨/١٤٤٠هـ



جوال ٠٥٠٠٠٠٤٠٦٢  
shaalzahrani4@kau.edu.sa



## فكرة الملتقى

تسعى جامعة الملك عبد العزيز دائماً بأن تكون سباقة للتميز والريادة في خدمة طلابها ومنسوبيها وخدمة المجتمع بشكل عام، وتطمح إدارة تعزيز الصحة بالجامعة إلى الريادة على المستوى الجامعي المحلي والإقليمي في إنتاج وتطوير برامج تعزيز الصحة. وانطلاقاً إلى تحقيق الرؤية الوطنية ٢٠٣٠ في تعزيز الصحة العامة وتطبيق البرنامج الوطني في جودة الحياة ٢٠٢٠ نسعى جاهدين في جامعة الملك عبد العزيز إلى صناعة حياة أفضل للفرد السعودي، وذلك بتقديم برامج تعزيز الصحة التي تراعي احتياج المجتمع بما يحقق لهم حياة صحية مثالية تجعلهم قادرين على المشاركة الايجابية في بناء هذا الوطن العزيز.

يعد هذا الملتقى السنوي هو الأول من نوعه في المملكة ، و الذي تنظمه عمادة شؤون الطلاب بجامعة الملك عبدالعزيز بمشاركة من عدة قطاعات حكومية و جمعيات توعوية و شركات خاصة . حيث يهدف الملتقى الى نشر ثقافة الوعي الصحي و تعزيز أساليب الحياة الصحية من خلال الدورات و الندوات و ورش العمل و كذلك عرض منتجات صناعة تعزيز الصحة و الوقاية في المجتمع.

## اهداف الملتقى

- رفع وعي المجتمع بمفاهيم تعزيز الصحة وطرق تبنيها
- تعزيز صحة طلاب وطالبات و منسوبي الجامعة، والعمل معاً لبناء مهارات وسلوكيات إيجابية متكاملة لتحسين وحماية صحتهم ونقلها الى المجتمع
- تقديم ندوات و ورش عمل تسهم في تأهيل المشاركين للوصول إلى وعي صحي أكبر يمكنهم من تبني أسلوب حياة صحي
- اشراك الطلاب والطالبات ومنسوبي الجامعة بصورة فعالة ونشطة في تعزيز صحتهم
- نقل الوعي الصحي من داخل الجامعة الى كافة أفراد المجتمع
- اشراك الجهات الصحية العالمية والمحلية مع افراد المجتمع في تعزيز الصحة
- اشراك القطاع الخاص مع افراد المجتمع في تعزيز الصحة.
- قياس مستوى التغيير في السلوكيات الصحية







# محاو الملتقى

## المحور التوعوي

1

### تعزيز الصحة البدنية

تتصدر المملكة العربية السعودية النسب الأعلى عالمياً في عدد المصابين بالأمراض المزمنة كمرض السكري، ومرض ارتفاع ضغط الدم، والسمنة المرضية، وهذه الأمراض تسهل الوقاية منها من خلال التوعية و تغيير العادات والسلوكيات غير الصحية

### يهدف الملتقى إلى تنفيذ برامج تعزيز الصحة البدنية التالية

- مرض السكري وارتفاع ضغط الدم، والوقاية منهما
- السمنة والوقاية منها، زيادة معدلات النشاط البدني
- المخدرات والوقاية منها
- الكشف المبكر عن الأمراض المزمنة أو الوبائية
- العادات الغذائية غير الصحية والوقاية منها

### ندوات – دورات – ورش عمل – محاضرات

تسهم الندوات و ورش العمل المقدمة في الملتقى في تعزيز الصحة، ويقدمها نخبة متميزة من المحاضرين والمدرسين من داخل الجامعة وخارجها من ذوي الخبرة ولاختصاص.

### معرض تعزيز الصحة

يصحب الملتقى معرض كبير لكل ما يهتم صحة المواطن و لكل ما يعزز الحياة الصحية المثالية ، يقام هذا المعرض بالشراكة مع القطاع الخاص والجمعيات الخيرية والقطاعات الحكومية المختلفة.

## فعاليات الملتقى

## المحور ٢ التوعوي

### تعزيز الصحة النفسية

ترتفع في المجتمع الطلابي الجامعي معدلات الإصابة بالضغط النفسي، و التي تزيد من نسبة الإصابة بالأمراض النفسية والتي يمكن تجنبها من خلال نشر ثقافة الصحة النفسية ورفع مستوى الوعي بالضغطات والأمراض النفسية ومسبباتها وطرق التعامل معها.

### يهدف الملتقى إلى تنفيذ برامج تعزيز الصحة النفسية التالية

- الضغط النفسي والوقاية منه
- القلق المرضي والوقاية منه
- مرض الاكتئاب والوقاية منه

## المحور ٣ التوعوي

### تعزيز الصحة الاجتماعية

تمثل الصحة الاجتماعية ركيزة في مفهوم الصحة العامة، وهناك العديد من الظواهر الاجتماعية التي تحتاج إلى تعزيز صحي مستمر وكذلك رفع مستوى وعي المجتمع بأهميتها

### يهدف الملتقى إلى تنفيذ برامج تعزيز الصحة الاجتماعية التالية

- استشارات ما قبل الزواج
- القيادة اللمنة
- العنف الاسري
- تثقيف ما قبل الابتعاث.
- الاستخدام المفرط للجوال والالعاب الكمبيوتر
- الكشف المبكر عن الامراض المزمنة او الوبائية
- العادات الغذائية الغير صحية و الوقاية منها
- زيادة معدلات النشاط البدني



## المحور الوقائي

يشمل هذا المحور اتخاذ كل الإجراءات لمنع حدوث الأمراض المزمنة و المُعدية و ذلك بالفحص المبكر و التطعيمات وأيضاً بالتصدي للعوامل والعادات الشخصية التي تؤدي إلى حدوث المرض

يهدف الملتقى لتنفيذ برامج تعزيز الصحة الوقائية التالية

- الفحص المبكر عن الأمراض التالية: السكري، الضغط، سرطان الثدي، سرطان القولون
- تنفيذ حملات التطعيم الموسمية
- تنفيذ عيادة وبرنامج طب وقائية خلال الملتقى
- تقديم برامج التوعية بالسلامة والمخاطر في مقر العمل
- تقديم برامج توعوية لتقليل العدوى في مقر العمل

## المحور التدريبي

يتعرض المجتمع الجامعي أحياناً إلى مخاطر قد تؤدي بعضها إلى إصابات خطيرة. وتعد مهارات الإسعافات الأولية من أهم المهارات التي يجب على الجميع تعلمها وإجادتها، و قد أكدت كثير من الدراسات والإحصائيات على ارتفاع نسب الوفيات والمضاعفات في الحوادث والحالات الطارئة في مجتمع ما بسبب ضعف الإسعافات الأولية المقدمة للمصابين أثناء حدوث الالصابات

يهدف الملتقى إلى تنفيذ برامج تدريبية صحية، عن طريق التالي

- إقامة دورات تدريبية في الإسعافات الأولية
- إقامة دورات تدريبية في الإنعاش القلبي الرئوي (BLS)

## المستفيدون من الملتقى

- طلاب و طالبات جامعة الملك عبدالعزيز
- منسوبي ومنسوبات جامعة الملك عبدالعزيز
- افراد المجتمع



ملتقى تعزيز  
الصحة الجامعية  
University Health  
Promotion Forum