

بسم الله الرحمن الرحيم

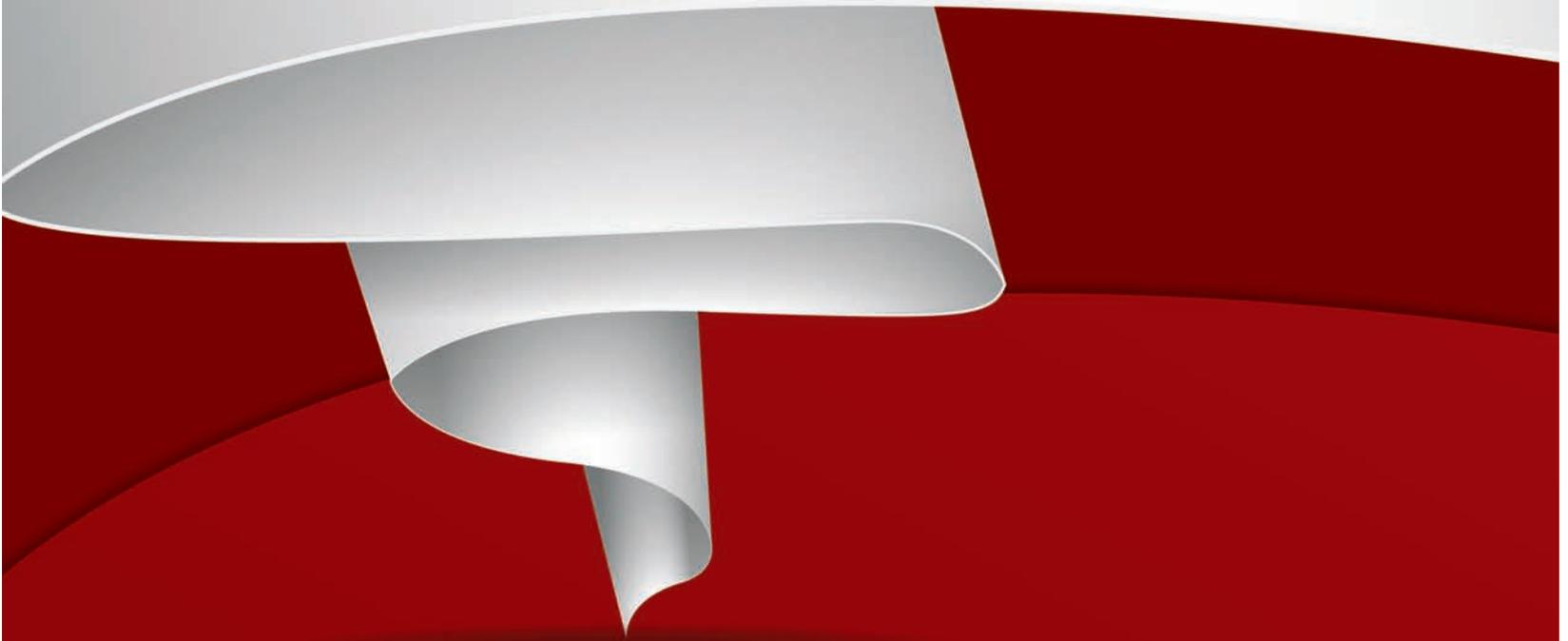
تعرف الصحة النفسية على أنها ممارسة الفرد للحياة بشكل طبيعي، والشعور بالسعادة والرضا، مع القدرة على العودة للحالة الطبيعية بعد التعرض لأي صدمة أو ضغط نفسي. وقد بينت الإحصاءات الأخيرة في العالم أن 20% من الأطفال والمراهقين في العالم يعانون من اضطرابات نفسية متنوعة، بحسب تقارير منظمة الصحة العالمية.

من هنا وباعتبار أن المجتمع المدرسي هو متنفس للكثير من الاضطرابات النفسية، والتي تؤدي في حال إهمالها الى تفاقمها وصعوبة معالجتها، جاء اهتمام الهيئة الصحية الإسلامية بالصحة النفسية المدرسية والتي تستهدف ليس الطلاب فقط وإنما أيضًا الكادر التعليمي والأهل.

لذا ومن العام 2008 تنفذ الهيئة مجموعة من البرامج والأنشطة المتنوعة في المدارس ومنها المحاضرات التثقيفية والمعارض التفاعلية والمسارح والأعمال الفنية والأنشطة التفرغية وغيرها. ومع بداية العام الدراسي 2015-2016 وضعت برنامجًا ممنهجيًا حول المهارات الحياتية من أجل دمج الصحة النفسية في الأنشطة اللاصفية، إضافة إلى افتتاح ثلاث عيادات نفسية في ثلاث مدارس رسمية بالتعاون مع البلديات.

لتسليط الضوء على جهود الهيئة الصحية الرامية إلى دمج الصحة النفسية في الأنشطة اللاصفية في المدارس تم تخصيص ملف هذا العدد للحديث عن الصحة النفسية المدرسية. إلى جانب ملف العدد نستعرض باقة من العناوين حول مراكز الهيئة وأنشطتها، ومواضيع حول الوقاية الصحية والتغذية والثقافة العامة والتسليية.

إدارة التحرير



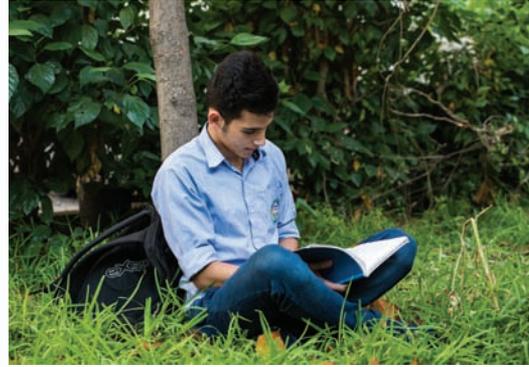
1	الافتتاحية
2	الفهرس
4	ملف العدد: الصحة النفسية المدرسية
10	– العيادات النفسية في المدارس
12	– المسرحيات التثقيفية للوقاية من الإدمان
14	مركز النبي شيبث
16	مشروع المسنين
18	مع البلديات
22	أنشطة الهيئة
34	الدفاع المدني: مركز الضاحية
40	الصحف
41	انترنت
42	اصدارات
43	شهداء
44	مؤسسة عاملة
47	خريطة
48	احصاءات
50	الغذاء في الصيف
52	حماية الجلد من الشمس
54	مهنة
56	استفتائات
58	دراسات عالمية
60	الطب في التاريخ
61	كاريكاتور
62	تسلية
64	كلمة العاملين

مجلة الهيئة الصحية الإسلامية

العدد الثامن والثلاثون / حزيران 2016 رمضان 1437

نشرة داخلية تهتم بالمواضيع الصحية والنفسية

(غير مخصصة للبيع)



ملف العدد: الصحة النفسية المدرسية

الإدارة العامة

بئر العبد الصنوبرة

هاتف: +961 1 2 73389/90

www.hayaa.org

magazine@hayaa.org

تصدر عن جمعية الهيئة الصحية الإسلامية

إشراف المهندس عباس حب الله

إدارة التحرير: زهراء عودة

تصميم: هالة سلوم



الهيئة الصحية الإسلامية: الصحة النفسية صارت في المدرسة 20 ألف تلميذ تقريباً استفادوا من برامج الصحة النفسية المدرسية خلال العامين 2014 و 2015

20% من الأطفال والمراهقين في العالم لديهم اضطرابات أو مشاكل نفسية بحسب تقارير منظمة الصحة العالمية. أما في لبنان فتشكل الصحة النفسية مشكلة متعايدة من مشاكل الصحة العامة. وتشير البيانات الحديثة في بيروت (2012) إلى أنه تم تشخيص اضطراب نفسي لدى نحو 26,1% من المراهقين من عمر 11 إلى عمر 17، ومن بين أولئك الذين شخّصت إصابتهم بحالات نفسية سجل أن 1% منهم فحسب يسعون للحصول على المساعدة.

هذه الأرقام الملفتة تلتقي مع ما لحظته الهيئة الصحية الإسلامية على مدى أعوام من العمل في خدمة الناس وذلك من خلال تواصلها مع فئات من المجتمع اللبناني خاصة ما بعد حرب تموز. إضافة لاحتكاكها المباشر مع المجتمع الذي تنشط فيه ومتابعتها للمشكلات الاجتماعية المتفاقمة، وكلها أسباب تنتج عنها ضغوطات ومشاكل نفسية عند الكثيرين وتوجه آخرين إلى الإدمان على

المواد المخدرة.

وإحساساً منها بالمسؤولية تجاه مجتمعها سارعت الهيئة الصحية كالعادة إلى تحمل مسؤولياتها عبر محاولة معالجة المشاكل النفسية ومكافحة الإدمان على المخدرات والحد من تفاقمها. خاصة عند الفئات المعرضة لاحتمال أعلى للإصابة بالضغوطات النفسية ومنهم الأطفال والمراهقون فذهبت إليهم في مدارسهم، وبادشرت بتنفيذ برنامج الصحة النفسية المدرسية.

●● من العام 2008 والهيئة الصحية الإسلامية تنفذ برامج متنوعة ومتفرقة حول الصحة النفسية في المدارس ●●



الدراسات الميدانية كانت واحدة من الأساليب العلمية التي اعتمدها الهيئة الصحية للوقوف على أبرز المشكلات النفسية التي يعانيها تلامذة المدارس، وأبرزها واحدة عن «التنمر عند الأطفال» والثانية بعنوان «السلوكيات الاندفاعية (المتهورة) لدى الطلاب».

المرحلة الأولى: برامج نفسية متنوعة

منذ سنوات وضعت الهيئة الصحية استراتيجية تعنى بوقاية الصحة النفسية وتعزيزها عند الأطفال والمراهقين في المدارس، وذلك بناءً على مجموعة من الدوافع وحالات الرصد، أبرزها الدراسات النفسية التي أعدها وطلبت مديري المدارس واقتراحات الاخصائيين النفسيين.



أحد ضباط مكتب مكافحة المخدرات في قوس الأمن الداخلي يلقي محاضرة في ثانوية أشبال الساحل 2014

- تعزيز التنسيق والمتابعة بين المدرسة والطالب والأهل.
- نشر التوعية والوقاية حول المواضيع المتعلقة بالإدمان على مختلف أنواعه

وفيما يلي أبرز العناوين التي تناولتها الهيئة في برامج الصحة النفسية المدرسية.

أولاً: الأنشطة التي استهدفت التلاميذ في الحلقات المدرسية الثلاث

- أنشطة ومهرجانات لاصفية ترفيهية وتفرغية ذات طابع نفسي
- أعمال فنية (مسرحيات، معارض، مسرح دمي، رسم جداريات، تنفيذ مجسمات، سيكودراما، الفن التشكيلي)
- ورش ومحاضرات (قلق الامتحان، آداب الحياة - النظافة الشخصية، التواصل الالكتروني ومخاطر الإدمان عليه، سلوكي هويتي، حماية الجسد، الوقاية من مخاطر المخدرات، التوتر والصدمات، العادات السلوكية السيئة، مشكلات المراهق، تنظيم الوقت، التربية الجنسية، مشروبات الطاقة).

ومنذ العام 2008 وعلى مدار سنوات قامت الهيئة بمئات الأنشطة التثقيفية التوعوية داخل المدارس وخارجها مستهدفة التلاميذ والكادر التعليمي والأهل إضافة إلى تدريب الاخصائيين،

فقامت بوضع برامج متنوعة للصحة النفسية المدرسية تهدف إلى:

- تطوير أساليب التعامل مع الطلاب داخل المدرسة.
- المساعدة في الكشف المبكر عن الاضطرابات النفسية والتعامل معها.
- تطوير مهارات الكادر التعليمي والإداري في التعامل مع الحالات المختلفة داخل المدرسة.



ورشة للاهالي حول الاضطرابات الحركية عند الطلاب في 2011

ثالثاً: عناوين الورش والمحاضرات التي استهدفت الكادر التعليمي

- الصحة النفسية في المدارس
- حاجات الطفل والخصائص العمرية
- المشكلات السلوكية وكيفية التعامل معها
- الضغط النفسي وكيفية التعامل معه
- تقنيات حل المشكلات السلوكية عند الطلاب
- رصد الاضطرابات النفسية والسلوكية عند الطلاب
- الاضطرابات الحركية ADHD
- بناء تقدير الذات
- الوقاية من المخدرات
- دور المرشد التربوي إزاء مشاكل المراهقة



تدريب المرشدين التربويين والنظار حول الاضطرابات السلوكية للطلاب ٢٠١٠

ثانياً: عناوين الورش والمحاضرات التي استهدفت الأهل

- حاجات الطفل والخصائص العمرية
- المشكلات السلوكية والانفعالية وكيفية التعامل معها
- مواكبة الأبناء دراسياً
- الضغط النفسي وكيفية التعامل معه
- التنفس والاسترخاء
- حياة المراهق الاجتماعية
- حماية الجسد
- العدوانية عند الأطفال
- السرقة عند الأطفال



تربية الأبناء عنوان دورة تدريبية نفذتها الهيئة للأهالي في ٢٠٠٨

●● 20 ألف تلميذ تقريباً تعرّضوا للنشاط تثقيفي أو أكثر من أنشطة الهيئة الصحية في مجالي الصحة النفسية والتوعية من مخاطر المخدرات خلال العامين 2014 - 2015 ●●

سمات المدمن الجسدية

- الضعف والخمول
- إهمال المظهر الخارجي
- اصفرار الوجه واحتقان العينين
- ضعف الشهية والميل إلى أكل الحلويات والسكر
- اختلال في الاتزان: صعوبات في النطق والتعبير والمشية

سمات المدمن النفسية

- اكتئاب
- انطواء وعزلة
- حدّة في المزاج
- هذيان وهلوسة
- قلق، توتر مستمر
- اضطراب في الإدراك
- سلوك عدواني مع عصبية زائدة وضعف القدرة على التكيف الاجتماعي

خطوات إعداد المشروع:

- تم رصد وجمع كافة المعلومات عن حاجات المدارس والطلاب من خلال دراسات وملاحظات العمل الميداني السابق
- تقسيم وتحليل المعلومات بحسب الاولوية والمراحل الدراسية
- جمع مراجع ومصادر لإعداد أنشطة المشروع
- إعداد مواد المشروع التي تتميز بالأنشطة التفاعلية والتي هي بعيدة عن التثقيف التقليدي
- تم تدريب وتجهيز فريق عمل لتطبيق المشروع في المدارس.
- بعد عمل الهيئة مع المدارس على نحو أنشطة متنوعة سجلت بعض الصعوبات والمعوقات التي واجهت الفريق الميداني داخل المدرسة، أبرز هذه المعوقات:
 - عدم تعاون البيئة المحيطة بالطالب لأسباب عدة تتمثل بقله وعيهم في مجال الصحة النفسية.
 - عدم تعاون الأهل وذلك بسبب الخجل من المحيط وعدم تقبل فكرة وجود اضطراب نفسي عند أحد أفراد الأسرة خوفاً من الوصمة.
- لذا كان لا بد من مشروع يدخل ضمن المنهاج التعليمي لكافة التلاميذ، يلزم المدرسة والكادر التعليمي على تحمل المسؤولية، ويدخل الثقافة النفسية إلى النظام التعليمي والأسر وجعلها مسائل مقبولة اجتماعياً ككافة المشاكل الأسرية الأخرى.



طلاب مدرسة المهديي الحدث يشاركون في معرض حول الوقاية من المخدرات ٢٠١٤

دمج الصحة النفسية في المنهج التعليمي

بعد عمل الهيئة مع المدارس على نحو أنشطة متنوعة سجلت بعض الصعوبات والمعوقات التي واجهت الفريق الميداني داخل المدرسة، أبرز هذه المعوقات:

- عدم تعاون البيئة المحيطة بالطالب لأسباب عدة تتمثل بقله وعيهم في مجال الصحة النفسية.
- عدم تعاون الأهل وذلك بسبب الخجل من المحيط وعدم تقبل فكرة وجود اضطراب نفسي عند أحد أفراد الأسرة خوفاً من الوصمة.

لذا كان لا بد من مشروع يدخل ضمن المنهاج التعليمي لكافة التلاميذ، يلزم المدرسة والكادر التعليمي على تحمل المسؤولية، ويدخل الثقافة النفسية إلى النظام التعليمي والأسر وجعلها مسائل مقبولة اجتماعياً ككافة المشاكل الأسرية الأخرى.



مهرجان تفاعلي تعبيرية في مدرسة المهديي في ٢٠١٠

الأهداف المرحلية للمشروع، أهداف الصحة النفسية ومكافحة المخدرات:

- الوصول إلى التخفيف من حدة الاضطرابات السلوكية والنفسية وانتشارها بين الطلاب في كافة المدارس الرسمية والخاصة.
- تزويد الطلاب منذ المراحل الأولى للدراسة بالمهارات الحياتية المطلوبة للاندماج النفسي والاجتماعي السليم.
- تزويد المربين من معلمين وإداريين في المدرسة بثقافة تربوية نفسية شاملة لرفع القدرة على إعداد جيل سوي نفسياً واجتماعياً.
- ادخال الارشاد النفسي في صلب العملية التربوية عبر المواد التثقيفية والمعاينة الدورية في العيادة النفسية المدرسية.
- تنمية روح الشراكة بين الأهل والمدرسة في كافة القضايا التربوية المتعلقة في التوجيه الصحيح للمسار التعليمي.

البرامج التي يتضمنها المشروع: 1- برنامج المهارات الحياتية:

وهو عبارة عن أربعة كتبيات موزعة على محاور أساسية تنطوي تحتها المهارات الحياتية اللازمة للتلاميذ في الحلقات الأربعة. وتكون على شكل أنشطة صفية تفاعلية تتدرج بمستواها بحسب المرحلة التعليمية. وقد تم تدريب عشرين مختصة في المجال النفسي لتنفيذ هذا البرنامج في المدارس.

محتوء البرنامج:

العنوان	الوحدة
تقدير الذات	الأولم
العلاقات الشخصية	الثانية
التحكم بالانفعالات	الثالثة
كيف ألعب (الحلقتان الأولى والثانية) مهارات أكاديمية (الحلقتان الثالثة والرابعة)	الرابعة
التربية الجنسية	الخامسة
الوقاية من السموم	السادسة

2- الإطار العملي للمدرسة الناجحة

وهو كناية عن ورش تدريبية قصيرة للعاملين في المدرسة من معلمين ونظار. يعتبر هذا البرنامج عنصراً أساسياً في تأمين بيئة تعليمية فعالة.

3- المتابعة العيادية والاستشارات النفسية التربوية في المدارس:

افتتاح عيادة داخل المدرسة تعنى بالاستشارات النفسية والتربوية، التي تصادف الطلاب أو الكادر التعليمي من خلال التشخيص الأولي للمشكلة ومتابعتها من قبل المعالج النفسي، الذي يزور العيادة المدرسية بشكل أسبوعي لمتابعة حالات الطلاب الذين يعانون من مشاكل تربوية ونفسية للعمل على حلها وفق ثلاثة أطر:
-جلسات فردية مع الطالب
-إشراك المعلمين المعنيين من خلال جلسات توجيه خاصة أو ورش تدريب عامة.
-إشراك الأهل من خلال جلسات توجيه خاصة أو ورش تدريب عامة.

●● أربعون مختصة في المجال النفسي دربتن الهيئة الصحية لتنفيذ برنامج الصحة النفسية المدرسية ●●

4- في مجال الوقاية من الإدمان:

أنشطة فنية، رياضية، تثقيفية للوقاية من السموم: تهدف هذه الحملة إلى نشر التوعية الصحيحة بين الكادر التعليمي وجميع الطلاب لخطورة الوقوع في الإدمان على المخدرات من خلال نشر استخدام أساليب التثقيف عبر الفن والرياضة.
نوادٍ مدرسية للوقاية من المخدرات: تتيح أندية مكافحة المخدرات المدرسية للطلاب فرصة المشاركة في المشاريع والأنشطة التفاعلية، فهي بمثابة المنتدى يستطيع الطلاب من خلاله تعزيز السلوك الإيجابي لديهم، كما أن النادي يمكنهم من إدراك المفاهيم في المناهج التعليمية.

الورش التدريبية التي يتضمنها البرنامج

الإدارة الصفية الناجحة	المعلم النموذجي
ضبط الانفعالات	
تعزيز السلوك الايجابي	
التواصل الفعال	
التدرب على مقياس الضغط النفسي للمربي وكيفية تحسينه	الإسعاف النفسي وإدارة حالات الطوارئ
التدرب على مقياس قلق الامتحان للطالب وكيفية التعاطي السليم مع النتائج	
التعامل السليم مع نوبات الغضب	
التعامل السليم مع نوبات الهلع	الرصد والاحالة
خطة الاخلاء النفسي في حالات الطوارئ	
التعرف إلى الاضطرابات السلوكية وكيفية تحديدها	
التقنيات الاولية للتعاطي مع السلوكيات السلبية	
اعداد تقرير رصد لمؤشرات الاضطرابات السلوكية	الحماية من السموم
كيفية الاحالة السليمة	
كيفية وقاية الطلاب من التعاطي والإدمان	
الطب والإدمان	الحماية من السموم
كيفية رصد عوارض الإدمان	
الإدمان على مواد غير مخدرة	

تدريب وتمية قدرات

تم تدريب عشرين معالجة نفسية متنوعة الاختصاصات بين علاج نفسي وعلاج انشغالي وعلاج نطق واختبارات الذكاء. تضمنت ورش التدريب مجموعة من التقنيات العلاجية المتبعة عالميًا ومنها:

- إسعاف نفسي منزلي
- اختبارات الذكاء
- علاج بالموسيقى
- سيكودراما
- إسعاف نفسي للكوارث
- علاج بالحفر
- علاجات تفرغية
- Rebirthing (التنفس المنتظم)
- Arjile علاج بالطين
- المتابعة الخارجية لحالات الإدمان

الرؤية المستقبلية:

وضع برنامج توجيهي تثقيفي شامل لكافة المهارات التربوية والتثقيفية اللازمة لأهالي الطلاب. توسيع إطار نشر تطبيق هذا البرنامج ليكون ضمن المنهاج الدراسي لأكثر عدد ممكن من المدارس الرسمية والخاصة.



* الاحصاءات المعتمدة مقتبسة من كتيب وزارة الصحة العامة: تحليل الوضع واستراتيجية الصحة النفسية واستخدام المواد المسببة للإدمان- وقاية، تعزيز وعلاج - لبنان 2015 - 2020. بيروت: لبنان، الطبعة الثانية - آب 2015

مشروع افتتاح العيادات النفسية في المدارس الهيئة الصحية والمدارس والبلديات: شراكة لمستقبل أفضل

المشاكل والاضطرابات السلوكية والعاطفية التي يعانيها الأطفال والمراهقون لم تعد أمراً مخفياً أو سراً، لذا السكوت عنها وتهميشها يشكل خطوة إضافية في تأزيم الاستقرار النفسي لهؤلاء. من خلال عملها الطويل مع المدارس والتلاميذ والأهل لحظت الهيئة الصحية مسألة عدم الاهتمام الكافي بالاضطرابات العاطفية والسلوكية للتلاميذ، لذا وضعت في برنامجها للصحة النفسية مشروع افتتاح عيادات نفسية داخل المدارس. مما قد يعطي أملاً جديداً لأي تلميذ يعاني من اضطراب نفسي أو مشكلة تربوية بمستقبل أفضل. ثانوية حسين علي ناصر كانت من المدارس التي تلقت الدعوة وافتتحت عيادة نفسية في المدرسة بالتعاون مع بلدية البرج.

ولأن افتتاح العيادة في المدرسة لا بد يشكل عبئاً إضافياً على صندوق المدرسة، اعتمد الأستاذ السباعي حلاً: «تواصلنا مع الهيئة الصحية التي اقترحت علينا مشروعها وقبلناه بلا تردد، والمدرسة قدمت الغرفة أما بلدية البرج فقد قامت بتجهيزها وتمويلها».

الطلاب يطرقون باب العيادة النفسية

بشهادة الكثير من المختصين لا تزال نظرة المجتمع للعلاج النفسي والاستشارة النفسية نظرة رفض وخوف وجهل، لذا اقناع الطالب المصاب باضطراب عاطفي أو سلوكي أو حتى أولئك الذين يعانون من مشاكل دراسية لم يكن بالأمر السهل، وكذلك إقناع الأهل كان ضرورياً لتسهيل قبول الطالب بالدخول إلى العيادة النفسية. لتجاوز هذه المشكلة قامت الهيئة الصحية بمجموعة من المحاضرات والورش الخاصة بالأهل وأولياء الأمور لتوعيتهم بأهمية الاستشارات النفسية بالمدرسة ونتائجه الفعالة في تحسين سلوك وأداء أبنائهم. يقول الأستاذ محمود شقير الناظر في الثانوية:

لماذا العيادة النفسية في المدرسة؟

كثيرة هي المشاكل التي تواجهها الإدارة مع بعض التلاميذ ذوي السلوكيات غير المتوازنة في المدارس، كالعنف اللفظي والجسدي، وعدم احترام الكادر التعليمي والإدارة، والتغيب غير المبرر، والرسوب المستمر، وغيرها، وبالتحديد في المدارس الخاصة بالتلامذة الذكور ومنها ثانوية حسين علي ناصر في المعمورة. هذه المشاكل تدفع إدارة أي مدرسة لمحاولة علاجها بطرق مختلفة. أما مدير ثانوية حسين علي ناصر الأستاذ زين السباعي فارتأى «أن الحل ليس بطرد الطالب ما يدفعه للتسرب المدرسي، لذا لا بد من علاج آخر بالتواصل مع الطالب والحوار معه ومع أهله ورد المشكلة إلى جذورها. لذا لجأنا إلى المختصين. ومن هنا نشأت فكرة افتتاح عيادة نفسية في المدرسة وافتتحت العيادة في العام 2015.»



الأرقام

إضافة إلى ثانوية حسين علي ناصر في المعمورة فقد تم افتتاح عيادة في ثانوية البنات - الرمل في البرج، وفي متوسطة حارة حريك، بالتنسيق مع بلديتي حارة حريك و برج البراجنة بهدف الوقوف على رصد الحالات عند الطلاب وإحالتها الى المراكز النفسية التابعة للهيئة. كما تابعت المعالجات في ثانوية الغبيري للبنات وثانوية حارة حريك للبنات عدداً من الحالات الفردية بهدف الاستشارة.

●● الجهل بأهمية العلاج والاستشارة النفسية سبب رئيسي للخجل من طرق باب العيادة النفسية ●●

النتائج التي صدرت خلال عام من بداية المشروع:

- عمل في العيادات الاستشارية معالجات نفسيات ضمن دوام ثابت تراوح بين 3 الى 9 ساعات أسبوعية.
- استقبلت العيادات في المدارس حوالي **210** تلاميذ.
- **أبرز المشكلات التي لوحظت:**
 - الانحرافات حول التدخين
 - العنف والعدائية
 - الغضب والانفعال
 - الاضطرابات العلائقية بين الطلاب والأهل
 - الاضطرابات العلائقية بين الطلاب والمعلمين
 - اضطرابات سلوكية ونفسية سببها المشاكل الأسرية وانفصال الأبوين
 - تسلط الأخ الأكبر
 - تنظيم الوقت
 - مشاكل في الدراسة

- التدخلات المقترحة والتي يعمل عليها بعضها منذ بدء العمل بالمشروع:

- استمرار تنفيذ ورش عمل للأهل وللمعلمين حول الاضطرابات السلوكية عند الطلاب وكيفية التعامل مع المراهقين.
- إقامة وتنفيذ محاضرات حول الانحرافات السلوكية عند المراهقين والأضرار الصحية والنفسية والاجتماعية.
- تنفيذ عرض مسرحي هادف حول الوقاية من الادمان على المخدرات. (وهو ما تنفذه الهيئة منذ سنوات).

210 تلاميذ طرقوا باب العيادة النفسية فيه المدرسة: مؤشراً صحياً وسليماً حول تغيير نظرة التلاميذ الخائفة عن العلاج النفسي

«تجاوب الأهل كان ملفتاً»، ويضيف « كذلك تم تنفيذ محاضرات للكادر التعليمي تساعدهم على ملاحظة الطلاب الذي يحتاجون للاستشارة النفسية».

الخجل من طرق باب العيادة النفسية وجهل أهمية استشارة



قلق الامتحان أحد المواضيع التي تتم معالجتها دورياً

مختص نفسي كانا عاملين مشتركين بين الطالب وأهله بحسب ما ذكره الطلاب، «كنت متردداً في البداية ولم يكن لدي أدنى فكرة عن الموضوع» يقول الطالب م. س (16 عاماً) الذي كان يعاني من مشكلة دراسية. هذا الجهل يؤكد عليه الطالب ي. ع (17 عاماً) الذي يعاني من مشاكل أسرية «لم أكن أعرف ما علي فعله. جلست صامتاً ولكن المعالجة النفسية أوضحت لي الهدف من الزيارة وشيئاً فشيئاً بنيت معها علاقة ثقة». تضيف المعالجة النفسية التي تداوم في الثانوية نادية صفي الدين « رغم جهلهم التام بما ينتظرهم خلف الباب، لم أواجه صعوبات ببناء ثقة مع الطلاب. بمجرد معرفتهم بأن طرح مشاكلهم سيبقى سرياً يدلون بكل ما يسبب لهم الضيق والقلق. لقد وجدوا من يستمع إليهم ويشكون له وهو ما كانوا يحتاجونه بالدرجة الأولى».



مدير الثانوية زين السباعي

وعن نتائج هذه الزيارات المتتالية يعترف م. س بتقدم علاماته عشرين علامة بعد ثلاث زيارات للعيادة النفسية. أما ي. ع فيذهب أبعد من ذلك « لقد تغيرت كثيراً على المستوى النفسي والسلوكي والتعليمي. ثقتي بنفسك ازدادت ودراستي تحسنت»، لهذه الأسباب لا يتردد بنصح أقربائه وأصحابه باستشارة مختص في حال واجه مشكلة ما.

حملة الوقاية من الإدمان علمه المخدرات علمه مسارح المدارس الهيئة الصحية تخاطب التلاميذ عبر المسرحيات التثقيفية

«أعطني مسرحًا وخبرًا أعطك شعبًا مثقفًا». مقولة لطالما شاعت في العصر الذهبي للمسرح، ولا تزال حية حتى اليوم رغم تنوع وسائل الاتصال وتطورها، لما للمسرح من أسلوب جاذب وتأثير قوي في القدرة على ترسيخ المعلومات في الأذهان والتعبير عن الأفكار والثقافات. ولأن الهيئة الصحية الإسلامية تسعى دائماً للتطوير والتحديث في مجال أساليب التثقيف والتوعية فلم تتوان في اعتماد الأساليب والتقنيات الجديدة، ومنها الأشكال الفنية والمسرحية تحديداً.

ومن خلال هذه الأساليب الفنية توسعت دائرة المستهدفين إلى أكبر شريحة ممكنة، من الطلاب والمراهقين والأهل والمربين والمدارس. وهكذا باتت الأعمال المسرحية التثقيفية والإرشادية واحدة من الأساليب المعتمدة في تنفيذ برنامج **الصحة النفسية المدرسية**.

ففي هذا السياق تم إطلاق مسرحية جديدة للوقاية من الإدمان علمه المخدرات تحت عنوان «بعد.. بلاها»

«بعد.. بلاها»: أسأل مجرب

في عتمة حالكه السواد تنتصب توابيت أربعة شاهرة الموت والهلاك. من كل تابوت يصدح صوت مرتجف خائف يحكي قصة مؤلمة، أربع قصص تحكي تجربة أربعة شبان عانوا من آفة الإدمان على المخدرات. عايشوا أولاً السعادة الكاذبة المخادعة، وما لبثوا أن تهاووا في بئر سحيقة من المعاناة النفسية والجسدية، وحكوا بحرقه المشاكل العائلية التي سببها لعوائلهم في سبيل تأمين الجرعات اللازمة.

خطاب درامي بأسلوب المسرح الحديث وجهه أربعة ممثلين إلى الحضور بلغة الجسد، من خلال لوحات فنية تعبيرية وإيقاع يضبط أنغامها، في مسرحية «بعد.. بلاها» التي أطلقتها الهيئة الصحية بالتعاون مع جمعية رسالات ضمن الحملة المستمرة للوقاية من المخدرات.

«بعد.. بلاها»: قصص واعية ومعاناة صادمة

عن المسرحية وأهميتها التثقيفية تحدث مدير عام الهيئة الصحية المهندس عباس حب الله، معدداً الأسباب التي تدفع البعض للوقوع بهذه الآفة الخطرة، وركز على أهمية الوقاية المبكرة التي تشكل

حاجزاً منيعاً لتجنبها والتي يجب أن تبدأ من الأهل والمدرسة. ومن أساليب الوقاية التي تعتمدها الهيئة الأعمال المسرحية المباشرة. وكذلك ذكّر حب الله بالخدمات التي تقدمها الهيئة الصحية للمصابين بهذه الآفة:

« إضافة إلى الحملات الوقائية الهيئة عندها مراكز للعلاج أيضاً في كيفون وفي جوبا، إضافة للعديد من المراكز والعيادات النفسية في المناطق».

●● أساليب التوعية في الهيئة تواكب الأجيال من المسرح الكلاسيكي إلى المونولوج حتى المسرح المعاصر ●●



مشهد من المسرحية

من المراكز الصحية العشرة الأوائل في تصنيف وزارة الصحة مركز النبي شيت الصحي: سبعة عشر عاماً من العطاء والتفوق

المطر في الخارج غزير وفي الداخل حركة كخلية نحل. مرضى ومستفيدون لبنانيون وسوريون يملؤون المكان. كل ينتظر خدمته الصحية في مركز النبي شيت الصحي التابع للهيئة الصحية الإسلامية. عن هذا المركز الذي حاز على اعتماد بالمستوى المتقدم في تصنيف وزارة الصحة للمراكز الصحية يتحدث إلينا مديره الحاج أيمن جمعة.

تلك المنطقة يضطرون للذهاب إلى بعلبك أو زحلة كي يحصلوا على الخدمات الصحية اللازمة مهما كانت بسيطة. ومنذ العام 1999 تسلمت الهيئة الصحية إدارة المركز بعقد تشغيلي مع وزارة الصحة والصندوق الكويتي، « من اليوم الأول للعمل قمنا بدراسة المركز من الداخل ودراسة المحيط للوقوف على حاجات الناس وتحديد الخدمات التي يمكن توفيرها لأهالي المنطقة» يقول الحاج أيمن

جمعة مفصلاً خدمات وأقسام المركز: «من ناحية الخدمات ينقسم المركز إلى خمسة أقسام العيادات - الطوارئ - عيادة الأسنان - المختبر - الأشعة - قسم الأدوية - الاستقبال والخدمات اللوجستية، أما العيادات المتوفرة حالياً فهي: العيادة النسائية عيادتنا اختصاص - صحة عامة - أطفال وعيون - عيادة الطوارئ. كذلك المختبر يوفر الفحوصات الروتينية وعند الحاجة نجري إحالات لبعض الفحوصات غير المتوفرة لمركز فرج بلوق في بعلبك.

جميع اللقاحات متوفرة في المركز الإلزامية منها والاختيارية

يستهل جمعة الحديث بفخر عن التصنيف رداً على مباركتنا له ويعتبر أن ذلك بفضل الجهود الكبيرة التي تقوم بها الهيئة لتطوير مراكزها وتحسين خدماتها بهدف خدمة الناس بشكل يليق بهم: « الدرجة المتقدمة التي حصل عليها المركز ليست وليدة الليلة وضحاها بل هي ثمار جهود سنين من العمل بنظام الجودة الذي اعتمده الهيئة الصحية وكانت سبابة به، وأيضاً لم نبخل أبداً

على الفريق العامل بالتدريب وتنمية القدرات، فخضعوا لعدة دورات حول العمل بنظام الجودة وتطبيق المعايير، مما سهل علينا منهجة نظام الجودة وتحويله إلى سياسة متبعة داخل المركز، ما نتج عنه ثقة الناس بنا ورضاهم عن خدماتنا وثقة الوزارة التي زارت المركز أكثر من مرة».

ويعد مركز النبي شيت واحداً من المراكز الأولى التي أسست في قرى شرقي بعلبك الأربع عشرة، فحتى بداية التسعينات كان أهالي



مدير مركز النبي شيت أيمن جمعة

الاختصاصات المتوفرة في المركز

يتعاقد المركز مع ثلاثين طبيباً موزعين على
اختصاصات مختلفة:

- أنف أذن حنجرة
- الصحة العامة
- أطفال
- نسائي
- أمراض المسالك بولية
- أمراض العيون
- أمراض القلب وشرابين
- الأمراض الجلدية
- أمراض الأعصاب
- أمراض عظم ومفاصل
- جراحة عامة
- جهاز هضمي
- أسنان

ويسعى القائمون على المركز لافتتاح عيادات
لأمراض الضغط والكلية والغدد والسكري
وذلك بناء على حاجة المحيط نظراً لتزايد
هذه الأمراض، وكذلك من خلال دراسة
المشكلات التي لوحظت أثناء تنفيذ برنامج
الكشف الطبي المدرسي وأبرزها حالات
السمنة.

أما في قسم الأشعة فمتوفر تصوير الأشعة و PANORAMIC
(صورة الفكين) و MAMMOGRAPHIC (تصوير الثدي للكشف
المبكر عن السرطان). وفي صيدلية المركز نقدم الأدوية المزمنة
والأدوية الأساسية المقدمة من وزارة الصحة».



يقول جمعة: «ولأن المريض صاحب حاجة وواجبنا تأمين حاجاته
الصحية نسعى إلى خدمة جميع شرائح المجتمع بما فيهم النازحون
السوريون الذين يتلقون نفس معاملة اللبنانيين. أما تعرفتنا فهي
12000 لمعاينة الصحة العامة و 15000 لمعاينة الاختصاص»،
مضيفاً «ولتأمين أكبر قدر من الحاجات الصحية نفتح الباب أمام
التعاون مع المجتمع المحلي المحيط والجهات الفاعلة من بلديات
ومخاتير ومدارس وجمعيات أهلية وغيرها.

●● يسجل المركز شهرياً حوالي 2700 مستفيد ●●

كما أن عملنا غير محصور داخل المركز بل دائرة خدماتنا
واهتماماتنا توسعت الى الخارج ونعمل على المشاريع التي تنفذها
الهيئة الصحية مثل برنامج سلامة الغذاء والكشف الصحي المدرسي
والمحاضرات التثقيفية والتلقيح الميداني.» ومن الأنشطة التي نهتم
بها وتعزز تواصلنا مع الأهالي الأيام الصحية المجانية التي نقيمها
باستمرار.



التحاليل المخبرية من أكثر الخدمات طلباً

وبراً بالمسنين..

خدمة نموذجية في مراكز الهيئة الصحية لرعاية كبار السن

لمى الحموي
م. دائرة الإرشاد والتثقيف

رعاية المسنين واحد من البرامج الأساسية في مراكز الرعاية الصحية الأولية. خدمة مختصة بالمسنين لملاحظة أي خلل صحي أو مؤشر لبداية خلل عند المسن. يعتبر هذا المشروع الأول في لبنان يعد وينفذ في مركز رعاية صحية أولية.

في دراسة أجرتها منظمة الصحة العالمية حول نسبة المسنين في العالم، ومقارنتها بالنسب في الأعوام السابقة، والتوقع في الأعوام اللاحقة، تبين أن هذه النسبة هي في تزايد مستمر، فقد بلغ عدد الذين يتجاوز عمرهم 65 عاماً في السنة الحالية 740 مليون مسن، أي بنسبة 10.4% من إجمالي سكان الأرض، ومن المتوقع أن يبلغ عددهم 2 بليون مسن في عام 2050، أي بنسبة 21.7%.

إن هذا الارتفاع الملحوظ في لبنان يمكن تفسيره في الجدول التالي

نلاحظ من الجدول:

السنة	1970	1996	2005
معدل الولادات/الأسرة	4,6	3,0	2,1
معدل الوفيات/1000	9,1	7,0	7,1
معدلات الأعمار منذ الولادة	66	72	74
نسبة كبار السن (> 65 years)	5%	7%	7.8%

*البيانات الواردة في الجدول أعلاه تعبر عن الواقع اللبناني، وهي معتمدة على احصاءات نفذتها منظمة الصحة في لبنان عام 2014

- انخفاض عدد أفراد الأسرة مع تزايد السنين
 - انخفاض معدل الوفيات نتيجة للتطور الطبي والبحوث العلمية
 - ارتفاع معدلات الأعمار منذ الولادة <--> ازدياد نسبة كبار السن في المجتمع اللبناني
- هذا الواقع فرض علينا أن نوجه البوصلة في عملنا باتجاه كبار السن والذين تعتبر رعايتهم من البرامج الأساسية في مراكز الرعاية الصحية الأولية، وبالتالي نخصصهم بخدمات رعايية عبر مراكزنا تعينهم على مواجهة مرحلة الشيخوخة وتضمن لهم القدرة على القيام بالوظائف الحياتية الأساسية دون الاستعانة بالأقارب.



- القدرة على ضبط التبول

وُيُنَى على نتيجة التقييم لتحديد ضعف المسن عن تلبية واحدة أو أكثر من حاجاته الأساسية المذكورة سلفاً، وعليه يتم تحويله الى معالج فيزيائي، أو معالج انشغالي، لمساعدته بهدف جعله قادراً على تلبية هذه الحاجات بشكل مستقل.

2-تقييم الحالة الصحية :

يتم عبر هذا التقييم الوقوف على المسائل الصحية التالية:

- الأمراض المزمنة التي يعاني منها المسن (والتثبت عبر ملف المسن أو بطاقة خاصة بالمرض)
- الأدوية المزمنة التي يأخذها وطريقة توزيعها في اليوم الواحد، ومن يساعده على تناولها
- ردات الفعل الجانبية من الأدوية (في حال وجودها)
- الحاجة الفعلية للمسن لكل الأدوية المزمنة التي يأخذها، ومدى تأثيرها على حياته.

يمكن الاستعانة هنا في تشخيص الحاجة الفعلية للمسن الذي يخضع لهذا التقييم، بطبيب اختصاص أمراض شيخوخة، حيث يتم تنظيم الأدوية بشكل أفضل، والاستغناء عن الأدوية غير الضرورية التي تؤثر سلباً على حياة المسن، من الناحية الصحية والنفسية.

3-تقييم القدرات الذهنية : MMSE

يتم عبرها قياس القدرات لدى المسن على التركيز وحفظ الأحداث والأشخاص الذين يتعامل معهم، ويتم اعتماد نموذج (اختبار قياس القدرات الذهنية MMSE mini mental status exam) ويتم عبر هذا النموذج قياس قدرة المسن على:

- تسمية الأشياء والأشخاص بأسمائهم
- التركيز والقدرة على الحفظ

• التعبير اللغوي ووضوح المصطلحات المعتمدة

ويتم تخصيص المسنين الأميين باختبار مختصر يقيس قدراتهم على التركيز وحفظ الأحداث.

4- تقييم الوضع الغذائي :

وذلك بإجراء الفحوصات اللازمة للوقوف على صحة المسن لناحية تمتعه بصحة جيدة أو إصابته بالسمنة أو بسوء التغذية.

- اختصاص التغذية: 37

- العلاج الفيزيائي : 9

- العلاج النفسي : 12

من الجدير القول إن مشروع رعاية المسنين في المراكز بات حاجة أساسية، ومن الضروري تأمين الجهات الراعية له لتسهيل مهمة اعتماده في المراكز الصحية وتمكين المسنين المحولين من متابعة علاجاتهم دون كلفة إضافية.



من هذا المنطلق وضعنا مشروعنا، الذي استهدف المسنين المستفيدين من خدمات المراكز الصحية التابعة للهيئة الصحية. وقد تضمن تقديم خدمة نموذجية عبر المراكز لرعاية المسنين، عبر تقييم حالة كل مسن وفق نماذج التقييم المعتمدة عالمياً، والبناء على نتائج التصنيف لدعم المسن ومساعدته على تجاوز الضعف أو النقص في الحالة الصحية والذهنية، وتمكينه من الاعتماد على نفسه في تلبية حاجاته الحياتية الأساسية.

التقييمات المعتمدة :

اعتمدت الهيئة في هذا المشروع على أربعة أنواع من التقييمات، التي يعتمدها أطباء الشيخوخة، بهدف دراسة حالة المسن، وتحديد مواطن الضعف لديه، ومجالات الدعم. والتقييمات هي:

1 - ا تقييم القدرات الجسدية :

ADLs(النشاطات اليومية)

يتم عبرها تقييم قدرة المسن على تلبية حاجاته الأساسية بشكل مستقل، دون الاعتماد على مساعدة الآخرين. ويتم فيها اعتماد نموذج (Activities of Daily Life Scale (ADLs).

ويشمل هذا النموذج قياس قدرة المسن على القيام بالوظائف التالية (دون مساعدة الآخرين):

- تناول الطعام
- لبس الثياب
- الاستحمام
- التنقل بين غرف المنزل
- الدخول الى المراض

التنفيذ

تم تطبيق التقييمات المذكورة على عينة من المسنين بلغت 67 مسناً في أربعة مراكز تابعة للهيئة الصحية في منطقة بيروت. وقد قام بالتطبيق فريق متخصص من الهيئة الصحية تم تدريبه بهدف تحقيق أفضل النتائج.

وتمثلت النتائج بتحويل عدد من المسنين إلى أطباء مختصين في المجالات التالية:

إطلاق برنامج الكشف التخصصي المدرسي في اتحاد بلديات غربي بعلبك

برعاية النائب علي المقداد، أطلقت الهيئة الصحية الاسلامية و **اتحاد بلديات غربي بعلبك** مشروع «الكشف التخصصي المدرسي» في المدارس الرسمية التالية: مدرسة شمسطار، حوش العرب، بدنايل، حدث بعلبك و متوسطة سليم حيدر. ويتضمن الكشف التخصصي فحص عيون وفحص فئة الدم ومعاينات اختصاص والأمراض الجلدية.



اكتشاف ضعف النظر في الصغر
يساعد على تحسنه في الكبر

إعداد مثقف ضد المخدرات في بلدة برج قلاوي

بالتعاون مع اتحاد بلديات جبل عامل والتعبئة التربوية في منطقة الجنوب الأولى، نفذت دائرة الصحة النفسية دورة تدريبية حول «إعداد مثقف ضد المخدرات» في مركز الامام الخميني في برج قلاويه واستهدفت الدورة أساتذة التعليم الرسمي في المنطقة. الدورة التي استمرت يومين، استفاد منها 11 مدرس، وتناولت موضوعات مختلفة في الصحة النفسية والإدمان وكيفية رصد الحالات المدمنة، كما تطرقت الدورة الى موضوع الأمراض المنقولة جنسياً، واختتمت بعرض أفلام توعوية تتناول المواضيع الصحية المذكورة.



إعداد مثقف ضد المخدرات
في بلدة برج قلاوي

استكمال برنامج التلقيح بالتعاون مع البلديات

استكمالاً لحملة التلقيح ضد شلل الاطفال، و بالتزامن مع الحملة الوطنية التي اطلقتها وزارة الصحة، قامت الهيئة الصحية بالتعاون مع **اتحاد بلديات جبل عامل** بتنفيذ الحملة ضمن قرى الاتحاد حيث بلغ عدد الاطفال المستفيدين 346 طفل من عمر صفر وحتى 5 سنوات. أما القرى المستفيدة فهي: طلوسة، بليدا، مركبا، بني حيان، مجدل سلم، قريخا و ميس الجبل.



التلقيح مستمر.. في الحضانات
في منطقة اتحاد بلديات جبل عامل

وفي البقاع استكملت الهيئة الصحية الاسلامية المرحلة الثانية من مشروع «التحصين الشامل» وحطت رحالها هذه المرة في **بلدة حلبتا** حيث تم تلقيح الأطفال المتسربين من اللقاحات الالزامية. إشارة الى أن هذا المشروع ينفذ بالتعاون مع اتحاد بلديات شمالي بعلبك.



من بيت لبيت يتنقل فريق الهيئة
الصحية في بلدة حلبتا

لقاء تشاوري بين اتحاد بلديات بنت جبيل والهيئة الصحية

وبرعاية اتحاد بلديات بنت جبيل نفذت الهيئة في بلدة شقرا ندوة علمية تناولت موضوع الادمان من وجهة نظر القانون والدين وحضرها 150 مشارك من البلدة، وفي بلدة عيتا الشعب حضر 200 طالب من ثانوية عيتا، عرضاً لمسرحية «نفضة» تلخص مسيرة المدمن على المخدرات وحياته بعد الإدمان.



التعاون علمي تحصين المنطقة من أفة الإدمان علم المخدرات

التوعية من المخدرات في اتحاد بلديات جبل عامل

بأسلوب فني مميز توجهت الهيئة الصحية الاسلامية الى المدارس الواقعة ضمن اتحاد بلديات جبل عامل لتوعية الطلاب الى مخاطر الإدمان على المخدرات من خلال مشهد تمثيلي يحاكي واقع المدمن والمأساة التي يعيشها بعد الإدمان. واعتمدت الهيئة أسلوب النقاش مع الطلاب لاثارة اهتمامهم و انتباههم الى المخاطر الحقيقية للإدمان. استفاد من النشاط 750 طالب من مختلف المدارس. كما نفذت سلسلة من المحاضرات التثقيفية والوعوية من مخاطر الإدمان على المخدرات والمحاضرات في بلدات قريخا، مجدل سلم وطيروبا وحضرها شباب وفعاليات المنطقة. بلغ عدد المستفيدين من المحاضرات التي بلغ عددها 30 محاضرة 1000 مشارك



الممثل علمي عماشة في أداء مسرحية داخل الصف للتوعية من المخدرات

الوقاية من سرطان الثدي في اتحاد بلديات جبل عامل

إنطلاقاً من مبدأ «الوقاية خير من قنطار علاج» نفذت الهيئة الصحية الاسلامية في منطقة صور بالتعاون مع اتحاد بلديات جبل عامل 16 حلقة تثقيفية حول «الكشف المبكر عن سرطان الثدي». شملت الحملة بلدات الصوانة، محييب، مجدل سلم، بليدا، القنطرة، ميس الجبل، عدشيت، قريخا، رب ثلاثين، تولين، طلوسة، دير سريان وحولا.

استفادت من الحملة 216 سيدة وتم احالة 174 منهن لاجراء الصورة الشعاعية مجاناً في مستشفى تبنين الحكومي.



توعية السيدات حول الوقاية من سرطان الثدي يساعد علم الاكتشاف المبكر للمرض

في إطار التعاون المستمر بين العمل البلدي واتحادات البلديات والهيئة الصحية الاسلامية، نفذت دائرة الصحة النفسية بالتعاون مع العمل البلدي لقاء تشاوري حول «التوعية من مخاطر الادمان على المخدرات». حضر اللقاء فعاليات من بلدات قضاء بنت جبيل و نفذت كل من بلدي الطيري و عيترون. وبعد نقاشات ومداخلات للمشاركين تم تشكيل لجنة لمتابعة تنفيذ التوصيات الناتجة عن اللقاء. واختتم اللقاء بمسرحية فنية عرضها الفنان «علي يونس» تتناول موضوع الإدمان على المخدرات.

وبالتعاون مع الاتحاد نفذت الهيئة الصحية الاسلامية ورشة للكادر التعليمي في ثانوية عيتا الشعب. الورشة التي حضرها 25 معلم تهدف الى ارشاد الاساتذة حول كيفية التعرف على الطالب المدمن في الثانوية وكيفية إحالته إلى المركز المتخصص للعلاج.

يوم صحي للمسنين في بلدة يحمر الشقيف

بالتعاون مع بلدية يحمر الشقيف ولمناسبة ولادة السيدة الزهراء (ع)، فتح مركز الجنوب الطبي أبوابه أمام المسنين الذين تلقوا الخدمات الصحية في اختصاصي العيون وأنف، أذن حنجرة، ونفذ النشاط واستفاد منه 20 مسن/ة.



ندوة للتعريف بالخدمات النفسية فيه بعلبك

وبهدف تعريف أهلنا على الخدمات النفسية التي يقدمها مركز فرج بلوق الصحي، أقامت الهيئة الصحية ندوة تعريفية بالخدمات النفسية المستحدثة» في المركز. ومن هذه الخدمات التي يوفرها المركز: علاج نطق / علاج حسي حركي / اختبارات الذكاء / استشارات نفسية / علاج نفسي.

الندوة التي حضرها رئيس بلدية بعلبك الدكتور حمد حسن، ألقى كلمة أكد فيها على أهمية افتتاح مراكز للعناية النفسية وازدياد حاجة المواطنين لهذه الخدمات. الندوة نفذت في قاعة يقظان اليحفوفي في مسجد المصطفى .



رئيس بلدية بعلبك الدكتور حمد حسن

يوم صحي للمسنين فيه بلدة المنيرية

14 مسن ومسنة تلقوا الخدمات الطبية في مركز الجنوب الطبي لمناسبة ولادة السيدة زينب (ع) وشملت التقديمات المعايينات المجانية في اختصاصي العيون والأذن والأنف والحنجرة. النشاط الذي نفذ بالتعاون مع بلدية المنيرية لاقى ارتياحاً لدى المسنين.



العناية بصحة المسن حق لهم وواجب على الجميع

مشاركة الهيئة فيه افتتاح مشروع فرز النفايات من المصدر فيه النبطية

شاركت الهيئة الصحية الاسلامية في منطقة الجنوب الثانية في حفل افتتاح مشروع «فرز النفايات من المصدر» الذي دعت اليه بلدية النبطية في قاعة كامل يوسف جابر.

رعى الاحتفال عضو كتلة الوفاء للمقاومة الوزير محمد فنيش وحضره نواب وشخصيات بلدية واختيارية وصحية وطبية ونقابية وكشفية وحشد من المواطنين.

وشاركت الهيئة الصحية بزواوية خاصة بها عرضت فيها منشوراتها البيئية .

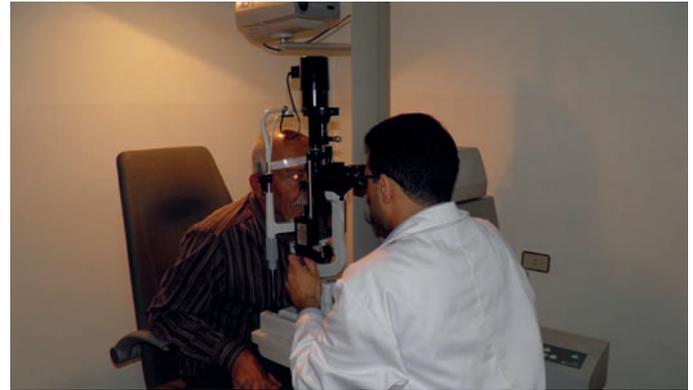


الوزير محمد فنيش يستمع لعرض الهيئة حول فرز النفايات من المصدر

يوم صحي فيه دبين

وفي إطار التعاون المستمر بين الصليب الأحمر الدولي وبلدية دبين والهيئة الصحية الاسلامية، نفذت الهيئة _مركز الخيام_ يوماً صحياً مجانياً تخصصياً وأمراض الغدد والسكري والقلب والشرايين في بلدة دبين.

اليوم الصحي نفذ في مبنى البلدية واستفاد منه 60 مريض/ة ووزعت وحدات الدواء مجاناً على المرضى كما أجري فحص تخزين السكر ل14 مريض.



افتتاح العيادة النفسية في جباع

افتتحت الهيئة الصحية الاسلامية العيادة النفسية في مركز جباع الصحي برعاية وحضور رئيس كتلة الوفاء للمقاومة النائب محمد رعد ونائب مدير عام الهيئة الصحية الاسلامية المهندس مالك حمزة. وللمناسبة نظمت الهيئة الصحية الاسلامية بالتعاون مع بلدية جباع عين بوسوار حفلا حضره حشد من الفعاليات البلدية والاختيارية والصحية والكشفية و تقدم العيادة النفسية خدمة الطب النفسي.



قص شريط افتتاح العيادة النفسية في مركز جباع الطبي

الأيام الصحية

أيام صحية في مديرية بيروت

وفي إطار عملها الطبي الخدماتي، نفذت مديرية بيروت سلسلة من الأيام الصحية المجانية حيث فتحت أبواب مراكزها أمام المرضى لتلقي الخدمات الطبية والدواء.

حيث شهد مركز البرج المعمورة يوماً مجانياً شمل تقديم المعاينات في اختصاصي الصحة العامة والأطفال واستفاد منه 50 مريض وتم تلقيح الأطفال ضد الشلل .

اشترك في النشاط أطباء من المركز وخمسة متطوعات وتم اعطاء المريض الدواء اللازم حيث بلغ عدد الوحدات حوالي 150 وحدة دواء كما شاركت اختصاصية نفسية في النشاط وفي مركز الإمام الرضا نفذ النشاط نفسه حيث تمت معاينة 100 مريض.

وبالتعاون مع قطاع جبيل وكسروان، نفذت الهيئة يوماً «صحياً» مجانياً في بلدات جرود كسروان. الجولة شملت بلدات راس اسطا-علمات - افقا- لاسا- المغيرة وقد تم معاينة حوالي 100 مريض وتلقيح 43 طفل لقاح الشلل وتم توزيع 400 وحدة دواء على جميع المرضى شارك في النشاط طيبين صحة عامة وممرضين اثنين وقد لاقى النشاط تجاوباً «كبيراً» من قبل اهالي المنطقة .



العناية بصحة الأطفال عملية مستمرة على جدول الأيام الصحية

أيام صحية بمناسبة الولادات الميمونة

في الولادة الميمونة للسيدة فاطمة الزهراء (ع) نفذت الهيئة الصحية الاسلامية أياماً صحية مجانية احتفاء بالمناسبة في المناطق كافة. حيث شهد مركز عيتيت في الجنوب يوماً صحياً مجانياً بالتعاون مع بلدية عيتيت تضمن اجراء فحوصات مخبرية مجانية واستفاد منه 50 مريض/ة.



احدء المريضات فيء اليوم الصءيء المءانيء فيء بعءبءك

الى ذلك، فتح مركزي المعشوق برج قلاوي أبوابهما أمام الوافدين للاستفادة من المعاينات المجانية والحسومات على الصور الشعاعية والفحوصات المخبرية وقد بلغ عدد المستفيدين 500 مريض. وللمناسبة نفسها، استقبلت مراكز الخيام، الغازية، جباع والجنوب الطبي المرضى في يوم مجاني شمل حسومات على الفحوصات المخبرية والصور الشعاعية والصوتية واستفاد منه 170 مريض. ولميفدون حصة صحية في ولادة السيدة الزهراء حيث نفذت الهيئة يوماً صحياً في مستوصف الجمعية الثقافية في البلدة شمل إجراء معاينات طب عام وأطفال وتوزيع الدواء المجاني وقد بلغ عدد المستفيدين 850 مريضاً.

واحتفاء بولادة السيدة زينب (ع) شهدت منطقة البقاع سلسلة أيام صحية مجانية، حيث أحيا المناسبة كل من مركز النبي شيت، فرج بلوق، شمسطار، بوداي ويونين، وذلك بفتح أبوابهم لاستقبال المرضى مجاناً.



كشءف صءيء علمء رضيءة فيء بلاءء ميفءون

أيام صحية بالتعاون مع الصليب الأحمر



من اليوم الصحي في حارة صور

نفذت الهيئة الصحية الإسلامية في بلدة شبعاً يوماً صحياً مجانياً تخصصياً بمرض الغدد والسكري بالتعاون مع الصليب الأحمر الدولي. شمل هذا النهار تقديم المعاينات المجانية وفحص تخزين السكر في الدم وتوزيع وحدات الدواء على المرضى الذين بلغ عددهم 60 مريضاً/ة.



طبيبة تعالين إحدى السيدات في شبعاً

تعاونت الهيئة الصحية الصليب الأحمر الدولي، طال أيضاً بلدة حارة صور، حيث نفذت يوماً صحياً مجانياً في البلدة، شمل تقديم المعاينات المجانية في اختصاصات القلب والشرايين والأمراض النسائية كما قدمت الهيئة خدمة تخطيط القلب حيث استفاد من النشاط 300 مريضاً/ة.

وفي البقاع أيضاً وبالتعاون مع الصليب الأحمر الدولي، نفذت الهيئة الصحية الإسلامية أياماً صحية مجانية في بلدي مجدلون وحوش تل صفيّة.

الأيام تضمنت تقديم المعاينات في اختصاص الصحة العامة، قلب وشرايين وغدد وسكري إضافة إلى توزيع وحدات الدواء على المرضى. نفذت الأيام المجانية بواسطة الاسعاف النقال الذي قصد البلديتين وقد بلغ عدد المستفيدين 270 مريضاً/ة.

و في بلدي البازورية وعين بعال نفذت الهيئة الصحية الإسلامية يومين صحيين، تخللهما تقديم المعاينات المجانية في اختصاصي الصحة العامة والقلب والشرايين وتوزيع وحدات الدواء على المرضى. واستفاد من الحملة 300 مريضاً/ة



يوم صحي في مركز تمنين الصحي

وبهدف تفعيل مركز تمنين الصحي وزيادة نسبة تجاوب البيئة المحيطة، وانتقاله الى المبنى الجديد تم تنفيذ يوما صحيا مجانيا لأهالي البلدة في الاختصاصات التالية: صحة عامة، عيون، أنف أذن، حنجرة، فحوصات مخبرية. وقد بلغ عدد المستفيدين 207 مستفيداً.



زاوية ترفيهية للأطفال في اليوم الصحي في تمنين

يوم صحي للمسنين في بلدة حومين التحتا

ولأنهم الفئة الأكثر حاجة الى الرعاية، زار فريق من الهيئة الصحية الاسلامية وبلدية حومين التحتا المسنين في البلدة حيث قدمت لهم الهيئة المعاينات الصحية المجانية في اختصاصي القلب والشرايين والغدد والسكري. واستفاد من هذه الجولة 22 مسن ومسنة .



الهيئة في بيوت المسنين في حومين التحتا

الأيام الصحية في المخيمات

في ذكرى انتصار الثورة الايرانية، وفي ظل الضغوطات المعيشية التي يمر بها النازحون الفلسطينيون، نظمت الهيئة الصحية الاسلامية ولجنة دعم المقاومة الفلسطينية حملة مجانية في المخيمات الفلسطينية على كافة الأراضي اللبنانية. الحملة الصحية قدمت المعاينات المجانية وتوزيع الدواء على المرضى.

واستفادت كل من مخيمات عين الحلوة، المية ومية، مخيم برج الشمالي، مخيم البص، مخيم الرشيدية، مخيم صبرا وشاتيلا، مخيم برج البراجنة، مخيم مار الياس، مخيم الجليل، نهر البارد والبدواي، استفادت هذه المخيمات من التقديمت الصحية والمعاينات المجانية ووحدات الدواء. وبلغ عدد المستفيدين 919



الدكتور علي الصباغ يعاين طفلا فلسطينيا في مخيم المية ومية

وفي يوم الأرض، أحييت الهيئة الصحية ولجنة دعم المقاومة في فلسطين المناسبة بسلسلة أيام صحية مجانية في المخيمات الفلسطينية في لبنان. الحملة التي شملت مخيمات المية ومية، عين الحلوة، البدواي، نهر البارد، الجليل، برج البراجنة، صبرا وشاتيلا، مار الياس، البص، برج الشمالي والرشيدية استفاد منها 2200 مريض/ة. وتنوعت الخدمات الطبية بين تقديم المعاينات المجانية وتوزيع وحدات الدواء المجاني.



في أحد المخيمات الفلبيستينية

كشف صحي في مدارس البقاع

وفي مدارس بريثال وفلاوى والبشائر في البقاع نفذت الهيئة الصحية كشفاً صحياً سريرياً حيث تم معاينة الطلاب و تحويلهم الى اطباء اختصاص كل حسب حالته.



كشف سريري في إحدى مدارس بريثال

متابعة احالات المعصرة

استكمالاً لدورها في الكشف المدرسي وبعد رصد حالات مرضية بين طلاب مدارس الإمداد في المعصرة قامت الهيئة الصحية الإسلامية بالتعاون مع جمعية الامداد الخيرية بمتابعة احالات الكشف الطبي من نزلاء دار الامام علي (ع). حيث تم استقبالهم في مركز برج البراجنة الصحي الإجتماعي وتقديم الخدمات الطبية اللازمة لهم . وقد تفاوتت الحالات الصحية للطلاب بين المتوسطة والبسيطة. وقد أجريت الأعمال الطبية اللازمة لهم.



العناية الصحية بالأطفال في المعصرة في شمال لبنان

الكشف المدرسي

كشف صحي في مدارس الإمداد

كشف فريق الهيئة الصحية الاسلامية على 90 طالب/ة من مدارس الإمداد في بنت جبيل كشفاً طبياً عاماً. وخلال الكشف تم معاينة الطلاب و تلقيح المتسربين من لقاحاتهم الالزامية و قد بلغ عددهم 25 طالب كما وزعت وحدات الدواء على الطلاب المرضى. كذلك نفذت كشف صحي سريري على تلامذة مركز الإمداد للرعاية والتأهيل في الهرمل و تلامذة المركز في بلدة الطيبة البقاعية بمشاركة طبيب أطفال وفريق من متطوعات الهيئة الصحية الاسلامية.



طبيب من الهيئة يكشف عليه تلميذ في مدرسة الإمداد في بنت جبيل



وفي مركز الإمداد في الهرمل

أنشطة المستشفيات

احتفاء بالولادات الميمونة

إلى ذلك ولمناسبة ولادة السيدة زينب (ع) ويوم الممرضة، استقبلت مستشفى البقاع الغربي تلاميذ مدرسة المهدي في مشغرة، الذين جالوا على أقسام المستشفى وقدموا التهئة للكادر الطبي والتمريضي العامل فيها، كما نظمت إدارة المستشفى إحتفالاً شارك فيه العاملون، وتخلل الإحتفال كلمة لمدير المستشفى.

كما حضر إلى المستشفى وفد من الهيئات النسائية في حزب الله ووفد من كشافة الإمام المهدي (عج) مباركين ومهنئين بالمناسبة. وفي خطوة جديدة، قام تلاميذ من مدرستي الإمام الحسين (ع) ومدرسة راهبات القلبين الأقدسين في البقاع الغربي بزيارة الى مستشفى البقاع الغربي في سحمر لتقديم التهئة والتبريك بولادة السيدة زينب (ع) حيث جالوا في أقسام المستشفى وقدموا الورود للكادر الطبي والتمريضي. وجاءت هذه الخطوة تحت عنوان «حوار الأديان».

احتفلت مستشفى البقاع الغربي بمناسبة ولادة السيدة الزهراء (ع) باحتفال حضره المسؤول الثقافي في قطاع البقاع الغربي الشيخ علي عبدالله.

وخلال الاحتفال تم تخريج المشاركين بدورات تدريبية خلال العام 2015 كما تم الاعلان عن اسماء الفائزين بالمراكز الأول في مسابقة السيدة الزهراء.



تلامذة مدرسة الامام الحسين (ع) يوزعون الهدايا على الممرضة



تلامذة مدرسة الامام المهدي يهنئون الممرضات بولادة السيدة زينب ويوم الممرضة



تلامذة مدرسة القلبين الاقدسين يوزعون الورود على الممرضين



توزيع الهدايا على الفائزين بمسابقة السيدة الزهراء

تكريم الدكتور رفيق الأمين في مستشفى البقاع الغربي

كرمت مستشفى البقاع الغربي المدير الطبي السابق د. رفيق الأمين تقديراً لعطاءاته خلال مسيرته الطبية في المستشفى. حضر التكريم مدير المستشفى و زملاء الطبيب واللجنة الطبية حيث كانت كلمة مدير المستشفى أكد فيها أن أبواب المستشفى مفتوحة للجميع وحيًا الدكتور الأمين على جهوده المتميزة.



الدكتور رفيق الأمين مكرماً بين زملائه

مستشفى البتول تخرج المشاركين في الدورات

برعاية وحضور النائب علي المقداد، أقامت إدارة مستشفى البتول حفلاً لتخريج «دورات الكوادر التمريضية». حضر الحفل كل من مدير مديرية البقاع في الهيئة الصحية ومدير مستشفى البتول و رئيس اتحاد بلدية الهرمل إضافة الى فعاليات المنطقة والكادر التمريضي والطبي العامل في مستشفى البتول



النائب علي المقداد ومدير المستشفى علي شاهين يسلمان الشهادات للمشاركين

محاضرات ثقافية

وفي الإطار الثقافي، نفذت الهيئة الصحية الاسلامية في منطقة البقاع، ورش عمل حملت العناوين التالية «مظهر المؤمن» و «يد الله مع الجماعة».

الورش استهدفت العاملين في مركز فرج بلوق الصحي والإدارة وبلغ عددهم خلال الورشتين 60 مشارك.



الشيخ أيمن شمس يحاضر حول مظهر المؤمن في مديرية البقاع

محاضرات الجسم الطبي

ضمن برامجها التدريبية المستمرة، نظم الجسم الطبي في الهيئة الصحية الاسلامية في البقاع سلسلة من الندوات الطبية تحت عناوين مختلفة تستهدف الأطباء العاملين في الهيئة الصحية وتنوعت عناوين المحاضرات ومواضيعها ومنها:

- أمراض الجهاز الهضمي عند الأطفال.

- أمراض العظام والمفاصل.

- الأمراض العصبية، الصداع والصرع.

وبلغ عدد الأطباء المستفيدين من الندوات 65 طبيباً/ة



أطباء في محاضرة أقيمت في صور

استهدفت المحاضرات 50 طبيباً/ة من منطقتي الجنوب الأولى والثانية.

إلى ذلك نفذت الجسم ندوة طبية أخرى في مطعم شواطينا في صور استفاد منها الأطباء العاملين في الهيئة وحملت مواضيع وعناوين نفسية تمحورت حول «الاكتئاب، أسبابه وعوارضه وطرق العلاج».



الدكتور عدنان الحسني يلقى محاضرة حول اللقاءات



تأثيرات الحليب على الجهاز الهضمي عند الأطفال أحد عناوين في المحاضرة



الدكتور فضل شحيمي يلقى محاضرة حول الإكتئاب

وبالتعاون مع اللجنة العلمية في منطقة صور نفذ الجسم الطبي سلسلة من المحاضرات التثقيفية، استهدفت الأطباء العاملين في الهيئة الصحية الاسلامية من مختلف الاختصاصات الطبية ومنها:

- اضطرابات النمو عند الأطفال

- محاضرة حول الإنفلونزا h1n1

- أمراض الجهاز التنفسي

- أمراض المسالك البولية

- سرطان الثدي



محاضرة في بعلبك عن الأمراض العصبية

ونفذت الهيئة يوماً مماثلاً في مدرسة الغبيري شمل زوايا وسائل التواصل الاجتماعي، زاوية سلوك الشباب، الرعاية الشخصية، مكافحة مشروبات الطاقة وزاوية التغذية وقد استفاد من النشاط 400 طالبة من الثانوية.

محاضرات، ندوات، ورش عمل

أيام تثقيفية في بيروت

نفذت الهيئة الصحية سلسلة من الأيام التثقيفية في معاهد المسار و فلورانس والإمداد في الضاحية الجنوبية لبيروت. النشاط شمل زوايا مكافحة التدخين، مكافحة المخدرات، مكافحة مشروبات الطاقة وزاوية التغذية بلغ عدد الطلاب المشاركين 360 طالب و طالبة في المعاهد الثلاث



مضار التدخين في اليوم التثقيفي في مدرسة جون

يوم آخر نفذ في ثانوية جون الرسمية وذلك بالتعاون مع دائرة الصحة النفسية ودائرة الصحة الاجتماعية. شمل زوايا تحليل فئة دم، زاوية الصحة النفسية، زاوية التغذية وزاوية مكافحة التدخين. حضر النشاط 40 طالب وطالبة وقد لاقى صدى واسع في المنطقة



تلميذات من مدرسة الإمداد يستمعون إلى نصائح خبيرة التغذية



زحمة أمام زاوية العناية الشخصية في ثانوية الغبيري

دورات تدريبية لأصحاب دور الحضانة

افتتحت الهيئة الصحية الاسلامية أولى دوراتها التدريبية لأصحاب دور الحضانة في الضاحية الجنوبية. وتأتي هذه الدورات ضمن مشروع متكامل تنفذه الهيئة الصحية الاسلامية لرفع مستوى الخدمات المقدمة من خلال هذه الحضانة وتحسين معايير السلامة العامة فيها. استمرت الدورات ست أسابيع وتضمنت عناوين مختلفة تشمل كافة الجوانب المتعلقة بالطفل وسلامته داخل الحضانة ومنها: إسعافات أولية (نظري وعملي) _ خطة الإخلاء أثناء الطوارئ ومهارات إطفاء الحريق (نظري وعملي) _ سلامة الغذاء _ أساليب تغذية الطفل _ رصد الامراض والأوبئة في دور الحضانة _ أساليب التعقيم والتنظيف _ الصحة والسلامة في دور الحضانة _ مؤشرات الاضطرابات النفسية عند الأطفال وآليات رصد والإحالة _ اللعب السليم واهميتها ورسوم الأطفال كيف نفهمها. وتجدر الإشارة إلى أن التدريب النظري والعملي لخطة الإخلاء أثناء الطوارئ ومهارات أطفال الحريق درب عليها فريق متخصص من فوج الإطفاء في الدفاع المدني. بلغ عدد الحضور 35 سيدة من مالكات دور الحضانة ضمن نطاق الضاحية الجنوبية.



إدعم المشاركات تتدرب على كيفية إطفاء الحريق

التوعية من مخاطر الإدمان على المخدرات

ضمن سلسلة ورش العمل التي تنفذها الهيئة الصحية الاسلامية للتوعية من مخاطر الادمان على المخدرات، استقبل مركز برج قلاوي ورشة شارك فيها 45 شخص من فعاليات وأهالي البلدة . تضمنت الورشة محاضرة وعرض أفلام وثائقية تسلط الضوء على هذه الآفة. وفي صور نفذت الهيئة والتعبئة التربوية ندوة مماثلة لطلاب جامعة LIU تخللها مشهدية تمثيلية تحاكي واقع المدمن. كذلك نفذت دائرة الصحة النفسية في صور سلسلة من المحاضرات والندوات العلمية سلطت الضوء على آفة الإدمان وضرورة الوقاية منها.

محاضرة عن العلاقة بين الأهل والأبناء في صور

«العلاقة بين الأهل والأبناء» هو عنوان المحاضرة التي نفذتها دائرة الصحة النفسية في الهيئة الصحية في منطقة صور. وتأتي هذه المحاضرة ضمن سلسلة من المحاضرات التوعوية التي تستهدف الأخوات في الهيئات النسائية. وتهدف الهيئة من خلال هذه المحاضرات الى تطوير العلاقة بين الأهل وأبنائهم عبر طرق تربوية تحسن العلاقة وتجعلها جيدة جداً.



العلاقة بين الأهل و الأبناء، من أكثر العناوين طلباً و حاجة



المشاركات في الدورة

ورشة نفسية في بيروت



تحتاج العاملة إلى مساحات من التفرغ النفسية عبر الأنشطة اليدوية

نفذت دائرة الصحة النفسية في مديرية بيروت مجموعة ورش عمل لـ 14 عاملة من مراكز متنوعة في المؤسسة، عبر ورش عمل تفاعلية تعرفت من خلالها العاملات على مواضيع عدة وتضمنت العناوين التالية :

- الأنوثة والأنثى

- مراحل النمو /من الحمل الى الطفولة

- مراحل النمو /من الكمون الى البلوغ والمراهقة

- الجروح النفسية

- وسائل الدفاع السلبية واليجابية

- الهوية ومعرفة الذات

اظهرت نتائج الاستبيانات تطور 78 % من المعلومات عند العاملات

- عرض فني مسرحي استهدف فعاليات من المجتمع المدني ومدراء المدارس والجمعيات والمؤسسات حضره حوالي 200 شخص
- مجموعة من الانشطة التثقيفية من خلال اعطاء محاضرات في القطاعات والشعب بلغ مجموعها 102 محاضرة استهدفت عامة الناس

- اعداد فريق متخصصين في الصيدلة 12 مثقف في الوقاية من الادمان على المخدرات من خلال ورش عمل ولا زال الفريق يتابع تأهيله.

بهدف التثقيف والوقاية من الادمان على المخدرات نفذت دائرة الصحة النفسية بيروت وبالتنسيق مع القسم الاجتماعي عدد من الانشطة والمحاضرات في الوقاية من الادمان على المخدرات ضمن القطاعات توزعت على الشكل التالي .



إعداد فريق من الصيدلة للتثقيف حول الإدمان على المخدرات

مناسبات

الاحتفال بعيد المعلم

وكعادتها كل عام، احتفلت الهيئة الصحية الاسلامية في منطقة النبطية بعيد المعلم بطريقتها الخاصة حيث نفذت يوماً صحياً مجانياً استهدف تجمع المعلمين في لبنان في المنطقة الثانية. وشمل هذا النهار تقديم المعاينات المجانية في اختصاصات القلب والشرايين، الغدد والسكري، الأمراض النسائية إضافة الى فحص السكري والدهون و توزيع الدواء المجاني على المرضى. استفاد من هذا النهار 220 معلم ومعلمة.



من اليوم الصحي للمعلمين في النبطية

الاحتفال بولادة السيدة زينب

أحييت الهيئة الصحية الاسلامية في منطقة النبطية ذكرى ولادة السيدة زينب (ع) ويوم الممرضة المسلمة، بزيارة الممرضات والممرضين العاملين في مستشفيات المنطقة وهي مستشفى النجدة الشعبية، مستشفى الشيخ راغب حرب، المستشفى الحكومي ومركز الجنوب الطبي. وفي منطقة البقاع احتفل الموظفون بالمناسبة بحفل حضره 25 شخصاً.



توزيع ورود وتهنئة بمناسبة ولادة السيدة زينب (ع) على العاملين في مركز النبطية

مجلس عزاء فيه الذكرى السنوية لوفاة طبيبين من الهيئة

تخليداً للذكرى العطرة للدكتور المرحوم عاطف صفدية والدكتور المرحوم هاشم السيد، أحييت مديرية الجنوب الثانية ذكرى مرور عام على وفاتهما. وحضر المناسبة حشد من الأطباء الزملاء في منطقة الجنوب الثانية ومدراء وعاملين.



اصدقاء الفقيد يحيون ذكراهما

مركز الدفاع المدني والطوارئ - فوج إطفاء الضاحية هناك حريق..؟ اتصل على 1290

لتسليط الضوء أكثر على المركز وعمله، و دوره الإنساني في الضاحية الجنوبية، كان لنا لقاء مع مدير المركز السيد حسين كريم

في الضاحية. فنحن لا نحل محل الجهات الرسمية بل نتدخل عند طلب أي نداء يصلنا من المواطنين.

ما هي وظيفة المركز؟ وما هو نطاق عمله؟

ممن يتألف المركز؟ وما هو عديده؟

يتألف المركز من المبنى الذي يضم كافة الاحتياجات الخاصة بمركز إطفاء وفيه:

- قسم العمليات / الطوارئ
- معرض تثقيفي يعرّف عن رجل الإطفاء ومهامه
- قسم التمارين الخاصة برجال الإطفاء
- قسم المنامة
- قسم الغرف الخاصة بالتسلية

فوج إطفاء الضاحية عبارة عن مشروع إنساني تم بالتعاون ما بين اتحاد بلديات الضاحية وجمعية الهيئة الصحية - الدفاع المدني التي تشغل هذا المركز ضمن نظام واتفاقية رسمية. هذا المركز وجد لخدمة أهلنا في الضاحية الجنوبية لبيروت. نطاق عمله يغطي مساحة جغرافية لأربع بلديات تابعة لها: الغبيري، حارة حريك، برج البراجنة، المريجة -الليلكي -تحويطة الغدير. أما بالتنفيذ العملي فنحن نتدخل بعمليات الإطفاء عند الحاجة، وحيثما يوجد الخطر نكون حاضرين. وجد المركز كنصر مساعد لمراكز الدفاع المدني اللبناني المنتشرة



المعرض الدائم في المركز للتعريف برجل الإطفاء ومعداته



يقودها رجل إطفاء واحد ويكون العنصر الأولي للتدخل، مزودًا بجهاز لإطفاء الحرائق الصغيرة، ومن مميزاته الوصول المبكر إلى نقطة الحريق تفاديًا لازدحام السير. وقد استفدنا من هذه الآلية وأثبتت فعالية عالية على الأرض خاصة في الحرائق البسيطة، إن كان حريق دراجة نارية أو سيارة أو حريقًا منزليًا بيطًا. ومن مميزات اعتماد الدراجة النارية توفير الوقت والجهد واستهلاك الأفراد عبثًا.

أما عن التجهيزات فقد حرصنا على أن تكون من أحدث التجهيزات العالمية وأكثرها تطورًا في تواكب الواقع الحالي. يوجد في المركز عشر سيارات إطفاء متنوعة الأحجام والسعة كي تتناسب وحجم ونوع كل حريق. كذلك السيارات والصاروخ الموجودة تتلاءم وحجم الطرقات الواسعة والضيقة، إضافة إلى تجهيز المركز بسلم طوله ٤٢ مترًا يبلغ حدود ١٢ طابقًا للاستفادة منه في عملية الإخلاء. كذلك ينفرد المركز على صعيد لبنان باستخدام الدراجات النارية التي



مدير المركز حسين كريم



كيف يتم اختيار الكادر البشري في المركز والذي يعد العنصر الأساسي في عملية الإطفاء؟

كي ننجح بمهمتنا يجب أن يكون اختيار الكادر البشري اختياراً مبنياً على مجموعة من المواصفات المناسبة لمهمة رجل الإطفاء. في مرحلة التحضير لافتتاح المركز حضرنا مسبقاً نوعية العناصر البشرية التي ستعمل فيه لناحية المميزات الجسدية من الطول والوزن والقوة البدنية والعمر (20 - 30). كذلك أخذنا بعين الاعتبار المواصفات النفسية بأن يكون العنصر رياضياً حماسياً سريع البديهة عالي التركيز والأهم أن تكون لديه الرغبة الكاملة في العمل في هذه المهمة الخطرة.

كيف يمكن أن تصفوا عملكم الذي يعتبر حديثاً نسبياً؟

في العام 2015 نفذنا 250 مهمة متنوعة بين حرائق التفجيرات، الكهرباء، المؤسسات، المنازل، المستودعات، السيارات، الدراجات النارية، الأعشاب، النفايات، عمليات إنقاذ حوادث وغيرها. ما يميز عملنا مجموعة من الخطوات التي نعتمدها:

- التنسيق مع الجمعيات والمراكز الأخرى لتحديد حاجة الحادث من سيارات إطفاء أو عديد.

ومع ذلك يبقى هذا العنصر خاضعاً باستمرار للدورات التدريبية والتأهيلية، إذ يخضع بداية لدورة مدة شهرين تتضمن أبرز المسائل التي تفيده على الأرض ثم يتابع بعض التأهيلات، إضافة إلى استمراره بالبرنامج الرياضي كي يحافظ على لياقته المطلوبة. يتألف الكادر البشري من 64 عنصراً مؤهلين تأهيلاً كاملاً، ويوجد باستمرار في المركز ٢٥ عنصراً على أهبة الاستعداد للاستجابة لأي طلب مساعدة مهما كان مجرد أن يطلب الرقم 1290

●● الاندفاع العشوائي والحماس العاطفي مشكلة قد تعيق عملنا وتعرض المواطن للخطر لذا طلبنا الدائم عدم التجمهر في مكان الحادث ●●

- بين لحظة تلقي الاتصال حتى خروج فريق الإطفاء مدة لا تتجاوز الأربعين ثانية.
- المعدل الوسطي للوقت لوصولنا الى مكان الحادث لا يتعدى أربع دقائق.



ما هي أبرز الصعوبات التي تواجهونها في عملكم؟

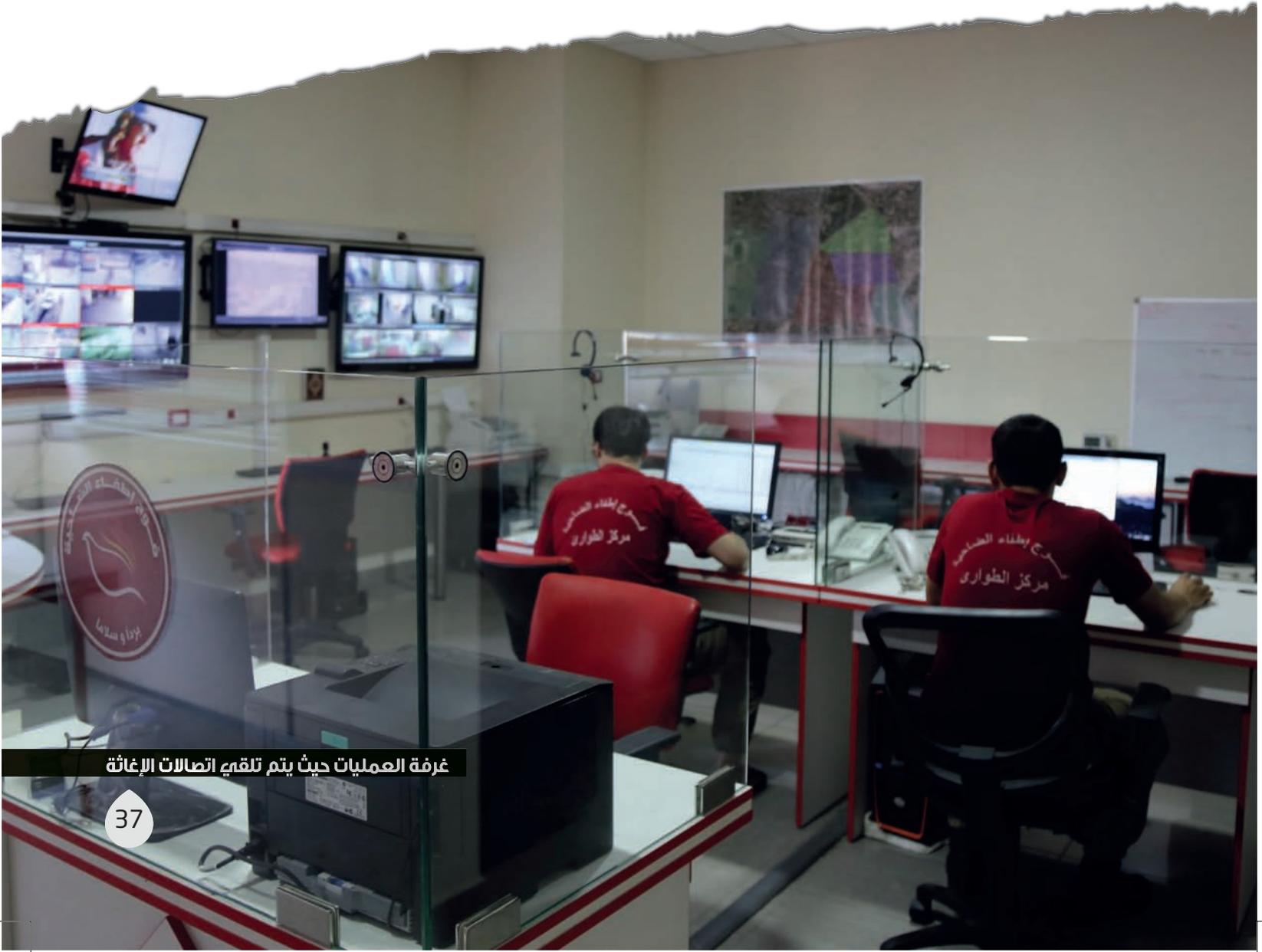
أكثر مشكلة نواجهها أثناء عملنا هي الاندفاع العشوائي والعاطفي للناس أثناء الحريق أو بعيد التفجيرات. هذا الحماس قد يعرضهم للخطر ويعرض رجل الإطفاء للخطر أيضاً ويؤخر عملية الإخلاء وإطفاء الحرائق.

ومن أجل زيادة التثقيف عند المواطنين وطلاب المدارس والجامعات أقمنا معرضاً دائماً في المركز يحكي تفاصيل مهمة رجل الإطفاء، من الوظيفة والدور والمعدات واللباس إلى الصفات الجسدية والنفسية، لعلنا بذلك نساهم بزيادة الوعي عند الناس بأهمية رجل الإطفاء وضرورة تسهيل الطريق للقيام بمهمته دون معوقات. كما نحرس على المشاركة في المعارض وفي الجامعات للتعريف بهذه المهمة الإنسانية التي تهدف بالدرجة الأولى إلى إنقاذ الناس وحماية حياتهم.

ننفرد عن غيرنا بتحليل المهمة من بعد انتهائها، إذ يقوم مدير العمليات بتحليل معلومات المهمة التي تم تصويرها بكاميرا مثبتة على رأس العديد أثناء الحادث، من أجل تبيان الأخطاء وكيفية تصحيحها.

بالتقنيات الجديدة التي نعتمدها نركز على مسألة ترشيد استهلاك المياه في إطفاء الحريق، من أجل توفير المياه أولاً والحفاظ على الأجزاء التي لم تصلها النيران وعدم تلفها ثانياً.

1290



غرفة العمليات حيث يتم تلقيه اتصالات الإغاثة

الهيئة الصحية | الدفاع المدني

تميز الفصل الأول من العام 2016 في مديرية الدفاع المدني بوفرة أنشطتها، كان زاخرا بالأنشطة والفعاليات والدورات والعمليات الإسعافية في المناطق كافة. وجاءت الأنشطة والخدمات التي بلغ عددها 5741 على الشكل التالي:

- دورات اطفاء
- تأهيل للعاملات في حضانات الاطفال
- مواكبة المناسبات والأنشطة العامة: احتفال الذكرى السنوية لانتصار الثورة الإسلامية في إيران، حملات التلقيح التي تنفذها الهيئة الصحية، تشييع شهداء، أنشطة رياضية وعبادية.
- ورش ودورات تدريب، نظرية وميدانية (إنقاذ، إسعاف، إطفاء، الحد من الكوارث والأزمات)

المنطقة	بيروت	الجنوب	البقاع
عدد الخدمات	8089	4849	2654



التعاون مع البلديات

في إطار المشاريع المشتركة مع البلديات على صعيد ملفي الإسعاف والإنقاذ تم تسليم كل من بلديتي شقرا وعيتا الشعب سيارتي إنقاذ بكامل التجهيزات والمعدات، بالإضافة إلى تسليم بلدية مجدل سلم سيارة إسعاف مجهزة.



لبنان / مجتمع
 لمناسبة "يوم الأرض"
"الهيئة الصحية الإسلامية" تنظم يوم علاج مجاني في المخيمات



اليوم الصحي في المخيمات
 PM 10:27 31-03-2016

نظمت "الهيئة الصحية الإسلامية" و"لجنة دعم المقاومة الفلسطينية" سلسلة أنشطة وأيام صحية مجانية استهدفت المخيمات الفلسطينية، وذلك لمناسبة يوم الأرض وشملت الأيام الصحية تقديم معانات مجانية في اختصاصي الصحة العامة والأطفال وجرى أيضا توزيع الدواء على المرضى. وقد لاققت هذه الخطوة إقبالا كبيرا من قبل أهالي المخيمات خصوصا في ظل انخفاض وكالة "الأونروا" الاستثنائية في الفترة الأخيرة. وقد شهد مخيم الصر في صور ومخيم الرشيدية وبرج الشمالي إقبالا من قبل الأهالي الذين عبروا عن شكرهم وامتنانهم لـ "الهيئة الصحية الإسلامية". وسهّد كل من مخيمات الشبعا ومنه في صيدا و برج البراجنة ومار الياس و صبرا وسانيا في بيروت هذه الأنشطة الصحية. كذلك شهد مستوصفا الشفاء في مخيم البناوي والبارد إقبالا للمرضى الذين تجمعوا منذ الصباح للحضور، على المعايبة المجانية والدواء ممن الحملة التي نفذتها "الهيئة الصحية الإسلامية" بالتعاون مع اللجنة. وأكد العديد من المستفيدين أنّ ما تقوم به لجان العمل في المخيمات يعوض عليهم البعض الذي ينسب به الأونروا الأخير، وهم يأملون أن تتصافى الجهود المحلية والدولية من أجل توفير الاستشفاء للأجئين وتأمين الأدوية المرمية".

وأوضح مدير مستوصف الشفاء في مخيم البناوي أحمد قدورة أنّ "لجان العمل الصحي أبت إلا بأن تقوم بهذا اليوم المترام مع يوم الأرض، بتفقد هذا اليوم الصحي المجاني، والذي يتضمن تقديم معانات للمرضى ومن بينهم الأطفال، وتأمين بعض الأدوية". وأضاف: "هذا العمل يساهم تخفيف المعاناة عن أبناء شعبنا في المخيمات وأبناي أيضا في أعمارهم خاصة تحيي المناسبات الوثنية الخاصة بالفضة الفلسطينية واللبنانية، وتنمى أن يتطور هذا العمل إلى كافة الاحتفالات حتى يستفيد أكبر عدد من أبناء شعبنا من هذه الخدمات". وبلغ عدد المستفيدين 2500 مريض ومرضى. إشارة إلى أن هذه الحملة تنفذ بمعدل مرة واحدة كل شهرين منذ عام تقريبا وتشمل كافة المخيمات الفلسطينية على الأراضي اللبنانية.

مخيمًا من أمهات الفاطم الحبارية هم الأهل والمقصود الضحك للفرق تحت ذريعة انه شاب وبخاجة لمصروف هو مفهوم قائل للترافق، حيث سجدت لديه كمية من الأموال وفي حال وجد الجود المناسب لتخوله عالم المخدرات أن يساع في ذلك حيث أن هناك العديد من الحالات التي نواجهها كانت مصدر الأموال هم الأهل والقسم ولكن دون معرفة ذلك. أما حسن أبو اهدم احد المربين في جمعية ام الورق فقاتل ان برنامج الجمعية يقدم 15 شهرا، حيث يتواجد 68 شخصا في الشايف والمعالجة، فقد وصول "الزئيل" الى المركز يعني فيه المرافقة لثلاثة اشهر دون ان زيارة اهلهم، بينما في الثلاثة اشهر الثانية يكون التركيز على عائلة المريض مع اهلهم وتأمين وضعهم وعائلاتهم بهم فكل زيارة تكون لهدف معين ومعرفة ايضا للأهل لماذا وصل اليهم في هذه المرحلة بينما المرحلة الثالثة تكون في خروج المريض 15 يوما بزيارة وحده الى خارج المركز وبعدها يكون الاندماج في المجتمع وسامته بشكل مستمر كي لا يشعر بالوحدة ويعود من جديد في المخدرات.

وحرصت جمعية ام الورق ككتبا "الشهادت حيا" لمعنى الزلازل لديها فيمكن شاب عن والده الذي كان رجلا غير مسؤول وغير حدي حيث لم يجد الحب والقيام داخل عائلته والمشاكل الدائمة ما دفعه للهروب من المنزل حيث عمل في مطبخه ووقد أصبح يسرق من خزنة صاحب المطبخة وحين تركه والده ان يات له في الشكر من الأموال أصبح "يسرقهم منه" بخجة الإتهار الى ان التفت الى العمل في نادي ليلي وتعرف الى سيدة ولم يتجاوز حينها 150 صره كانت تلمحه على تناول البيرة والخبز... وفي سن 185 تعرف على جميع انواع المخدرات وفي سن 240 أصبح يعمل في مطعم وأصبح بعدها المدير التنفيذي للمطعم ليعود بقوى الى عالم المخدرات فهو أصبح من أصحاب الأموال... وبعد المشاكل الناجمة عن المعنى قررت الاندماج بالجمعية والاعتراف في برنامجه والملاج حيث كان التاهيل من اصعب الأمور بالنسبة له ليعود بعدها الى حياته الطبيعية بعيدا عن جميع انواع المخدرات فزادة الحياة وتأسيس العائلة كانت الأولى.

مخاطر المخدرات... "بعد بلاها"



على عوارض السمعة 22 نيسان 07:00 2016

المخدرات بين الشباب اللبناني، خطر يواجهه المجتمع المحلي بأكمله من التلوث، إلا ان الإحصاءات وبيانات قوى الأمن تشير الى ارتفاع نسبة المتعاطين خصوصا في فئة الشباب تصل الى مستويات عالية جدا، يتحول لبنان الى بلد مصنع ومستهلك للمخدرات، حيث تشير الدراسات التي ان المخدرات المصنعة في لبنان لا يصدر جميعها الى الخارج، كغير كثير منها يبقى في الداخل ويصبح "الخيزر اليومي" لمعظمي المخدرات.

على عوارض (صدي البلد) المخدرات انتشرت من المخدرات ما تكون مشي، "بعد عنها بلاها" مثلث سيجارة ينتهي بامر "مهايتها الحس او الظن ... عيارت برودفا العديد من المدمنين السابقين على المخدرات امام العديد من الشباب لكو عيبتهم لعدم سلوكه طريق يعرفون جيدا لهائكة... قصص يخبرها عنها العديد من الشباب والشابات الذين خاضوا تجربة الامان والملاج... بعضهم لقد صنيعة والبعض الآخر فقد قلعة اكله والمجتمع به.

ولأن المخدرات الخطر الأول على الشباب اللبناني أطلقت جمعية الهيئة الصحية الإسلامية والجمعية اللبنانية للتعاون رسالات توعوية "بعد... بلاها" توعية والحضور الشاب على عوار، وذلك بمناسبة اليوم العالمي لمكافحة المخدرات. السرية والتي جسدت المراحل التي يمر بها المدمن، انطلاقا من الأسباب التي تدفعه الى الامان مرورا بالعوارض والاعتمادات الناجمة عن الامان وصولا الى نظرة المجتمع والنتائج المترتبة على ذلك. وتحتوي السرية و رفع أزمة شباب من مختلف الفئات العمرية سلوكا طريق المخدرات للخروج من وهم المعيشي او الاقتصادي وكيف باع بدهم ذهب والنته و كيف قبل الآخر شقيقته للحصول على المال.

الشاب على عوار والذي اعتر ان السبب المشاكلة عن الامان بين الشباب تنبع بحجم الخطر على المجتمع، حيث ان القناعة المستمرة على مستوى الحكومات والاجهزة الامنية على المستوى المحلي والعالمي يساعا على استقطاب المزيد من المدمنين، خصوصا ان العديد من القبول والتمركز في كثير من دول العالم الثالث هي برعاية والتراف المخدرات وبعض الاقضية الدولية، فهي مصدر ضخم لتداول وتوزيع اساسي في تدوير علة الشباب والمجتمع، فهي الخطر اساليب القتل لاشه.

مدير الهيئة الصحية الإسلامية المهندس جاس حب الله والذي اشار في حديثه لـ"البلد" الى ان المخدرات والتي تلتك شباب الشباب اللبناني والمرافقين خصوصا، مع توفر بيئة مساعده على الامان من المنزل والعمل والمدارس والجامعات، الفتحه الجوع الساعا لا بد ان تقوم بتدريب وتحتاتك للحد وتوعية الجعل والامن على هذه المشقة وعدم الوقوع فيها. محمرا ان النظرة الامنية هي توعية المجتمع لكي لا يقع احد في شباك المخدرات، اما من تدخل هذا العالم السليم لا يروج مساعده على الخروج بطريقة سليمة منه ومعالجة ولكن يكون درسا لتدابير. خصوصا الهيئة الصحية تنك مركز التاهيل ومساعده الشباب من اسوء حين الى 9 اشهر مسترة في عدة مناطق.

واضاف حب الله ان اسلوب التوعية من اهم انواع التاهيل على شباب خصوصا ان السرية تحاكي تجارب حقيقية حصلت مع شباب، خصوصا ان السرية يتبعها معرض حب الله الذي اشار في حديثه لـ"البلد" الى ان المخدرات والتي تلتك شباب الذي اعتر ان عدي محاربة المخدرات هو مسؤولية الدولة، ولكن الامنية التي لدى مكتب محاربة المخدرات هي مسؤولية المجتمع المدني الفصح المحاربة هي في ارضي سلم الامتدادات الدولية رغم ان الدراسات تشير الى تدخل 85% من المدمنين الذين يتبعون التاهيل يوجدون في دول الجنوب المحاربة بينما 15% فقط هم من يتبعون وهذه الارقام تشير الى الخطر الذي يواجهه قطاع المجتمع اللبناني.

تجارب شخصية
 "انا احد 25 سنة كنت مدمنا وهلا وقت نجات" يهده العارلا يعرف احد من مؤسسة اهداء التي تجربته الخاصة في عالم المخدرات التي اشير ان القضية بدأت حين كان صرته لا يتجاوز 15 عاما حين افواه عضلة بشلول سيجارة "الحذينة" لتجول بعد ثلاث سنوات في معاني الحروب المحاربة ومن ثم الجيروين، حيث ان التتم لم يعد يعطيه نفس القلعة لتجول بعدها الى الامان على الأمر. ويضيف احد 3 سنوات كانت حبيبا عليه وفي عائلته حيث فقد حقيقته بعد دخوله السجن، ولقد معها علة واصدقاء القفر من الذين كانوا يتصحبونه بالامام عن "هذا العالم الواسع" الا انني لم اكن افي استطع العودة الى الحياة الطبيعية وكتساب مهنة الشح والرسم.

وكشف احد ان الحياة داخل السجن هي الشجع الأول على الامان لبعض الشباب يتخل "مدمنا" ويخرج تجرا وهذا ما حصل مع العديد من معارفة، الا ان راتته على العودة الى عائلته كانت أقوى من المغريات التي يقبها عالم المخدرات، وبعد اشهر من المعالجة والتاهيل الجسدي والنفسي عاد الى حياته الطبيعية تريبا، الا ان فترة العلاج لم تنته ولكن الازلة لا ينقضي تلك المرحلة الصعبة من حياة نيلي التي اوى من الامان.

اما فادي فضل عدم الخوض كثيرا بتجربته ناصحا الشباب خصوصا بن هم في عبر المرافقة بدمو محاربة حتى تتبين سيجارة الحذينة راتيه حسب تعبيره وملاح الطريقة الى عالم المخدرات، موجهة رسالة الى الأهل لتاهتم بولادهم وبرعاية صحتهم، قطع الطريق على الشاب اهد بخبر من المعالجة في وقت قد لا يقع التدم، خصوصا ان الشاب في هذا العمر يحاول التجربة والتمرد على الواقع، خاتما حديثه "صعبة من مدمن سابق بعد عن المخدرات كرامك وكبريل الله".

فادية "اسم مستعار" والتي رأت ان مدمن المخدرات هو ضحية مشاريع وليس مجرم فمن غير القول ان ينظر اليه المجتمع على انه منته فعلن ابناء هذا المجتمع، فيحاول البعض تقرب من المدمن ويستترك كتم لنا مظلون لاسباب عديدة خصوصا من لديه البية بالتعالي، واصفقت "مخلفا عالم المخدرات ونتاجه التجربة الصعبة ترويد الخروج... ما نقتلونا نطقت حنا نحنا بحاشك".

نائب رئيس جمعية جاد سيمون سامية اعتر ان موضوع الامان في لبنان علب عن المرافقة فقط وانا في سن مبكرة يتناول القبول والتمرد والامن يلجرون لذلك. ما بنال على غياب التوعية لدى الأهل قبل الشباب وهذا ما ترك عليه جمعية جاد من خلال النشاطات والحصات في المدارس والجامعات، لتحد قدر الامكان من هذه المشقة التي تقرب المجتمع اللبناني. واصف ان الجمعية تملك العديد من الحالات اما في مركز التاهيل او في المستشفى او تتابع بعض الحالات لدى خروجها من الجمعية.

وحرصت جمعية ام الورق ككتبا "الشهادت حيا" لمعنى الزلازل لديها فيمكن شاب عن والده الذي كان رجلا غير مسؤول وغير حدي حيث لم يجد الحب والقيام داخل عائلته والمشاكل الدائمة ما دفعه للهروب من المنزل حيث عمل في مطبخه ووقد أصبح يسرق من خزنة صاحب المطبخة وحين تركه والده ان يات له في الشكر من الأموال أصبح "يسرقهم منه" بخجة الإتهار الى ان التفت الى العمل في نادي ليلي وتعرف الى سيدة ولم يتجاوز حينها 150 صره كانت تلمحه على تناول البيرة والخبز... وفي سن 185 تعرف على جميع انواع المخدرات وفي سن 240 أصبح يعمل في مطعم وأصبح بعدها المدير التنفيذي للمطعم ليعود بقوى الى عالم المخدرات فهو أصبح من أصحاب الأموال... وبعد المشاكل الناجمة عن المعنى قررت الاندماج بالجمعية والاعتراف في برنامجه والملاج حيث كان التاهيل من اصعب الأمور بالنسبة له ليعود بعدها الى حياته الطبيعية بعيدا عن جميع انواع المخدرات فزادة الحياة وتأسيس العائلة كانت الأولى.

تطبيق الهيئة الصحية الإسلامية علمه الهاتف الذكي

حسن ركين

م. دائرة الانترنت

أطلقت الهيئة الصحية الإسلامية، تطبيقها الإلكتروني على الهواتف الذكية، وهو التطبيق الصحي الثاني في لبنان بعد تطبيق وزارة الصحة العامة.

مميزات التطبيق

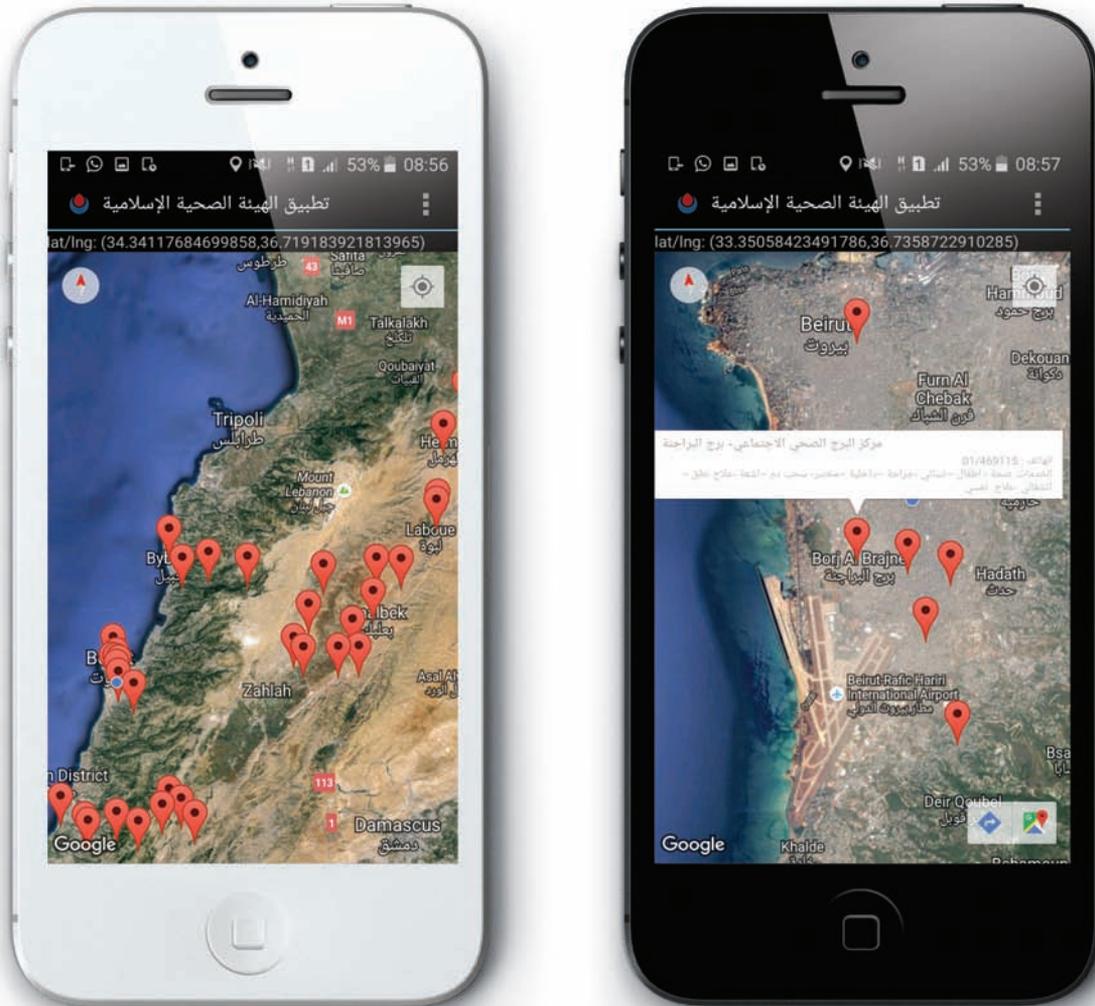
يحتوي التطبيق على ثلاث نوافذ رئيسية:

- المراكز: هذه النافذة تتضمن خريطة بتوزيع المراكز الصحية التابعة للهيئة الصحية الإسلامية في لبنان، وعناوينها، وخدماتها، وأرقام الهواتف. وإذا ما تم تشغيل التطبيق على الهاتف، يستطيع المتصفح معرفة أقرب مركز إليه جغرافياً.
- الأقسام: تحتوي هذه النافذة بشكل رئيسي على آخر المقالات والمنشورات في الموقع الرسمي في مواضيع:
 - o الصحة الاجتماعية.
 - o الصحة النفسية.
 - o المستشفيات ومديريات المناطق.
 - o الأنشطة الصحية.

- من نحن: باقة تعريفية عن المؤسسة، وخدماتها، والجداول الإحصائية.

يمكن للمتصفح تنصيب التطبيق من خلال البحث في متجر (Play Store) عن اسم (الهيئة الصحية الإسلامية) والتطبيق ما زال في فترة تجريبية.

وهو متوفر بنظم التشغيل المختلفة على الجوال: الأندرويد والـ IOS والـ Windows Phone وكل منهم له تطبيقاته ومتجره الإلكتروني المستقل.





باسمه تعالى

مشروع تصنيف المنشآت الغذائية

يفيد إتحاد بلديات جبل عامل والهيئة الصحية الإسلامية بأن:



لصاحبها: _____

قد حازت على شهادة

بيئة صحية سليمة



الهيئة الصحية الإسلامية

الإتحاد بلديات جبل عامل

إن هذه الشهادة ملحق بناذ على زيارة التصنيف
تاريخ منح الشهادة: _____
صالحة لغاية تاريخ: _____



باسمه تعالى

مشروع تصنيف المنشآت الغذائية

تفيد بلدية بعلبك والهيئة الصحية الإسلامية بأن:



لصاحبها: _____

قد حازت على شهادة

بيئة صحية سليمة



الهيئة الصحية الإسلامية

بلدية بعلبك

إن هذه الشهادة ملحق بناذ على زيارة التصنيف
تاريخ منح الشهادة: _____
صالحة لغاية تاريخ: _____



نبذة عن خدمات الهيئة الصحية الإسلامية

تشتمل الخدمات الصحية على الإرشاد في الموضوعات الصحية: كالصحة النفسية، الصحة البيئية، الصحة الانجابية ... في كافة مستوياتها؛ وتقوم الجمعية بالكثير من البرامج والأنشطة الصحية.

برامج الهيئة على صعيد صحة البيئة:

- مكافحة العدوى والأمراض
- السلامة في صالونات حلاقة الرجال
- السلامة المهنية في المكاتب وألم الظهر
- السلامة والصحة في مراكز لرعاية الصحة الأولية
- مكافحة العدوى وأساليب التعقيم في دور الحضانات
- خطة الطوارئ في أماكن التزوح
- أمراض الصيف
- المياه حياة أم أمراض
- تلوث الغذاء وأمراضه
- المدارس الخضراء المستدامة
- المسابقات البيئية في المدارس
- صفر نفايات وإعادة التدوير
- تبضع الأغذية السليم
- سلامة الغذاء في المطاعم



«والشهداء عند ربهم لهم أجرهم ونورهم»

الاسم: عباس موسى وهبي

مكان وتاريخ الولادة: ولد في بلدة
محرونة في 28 / 4 / 1982

الوضع العائلي: متاهل وله ولدان

استشهد بتاريخ: 2016/4/2

قدمت الهيئة الصحية الإسلامية شهيداً آخر في صفوف المقاومة الإسلامية دفاعاً عن الأرض والعرض والإنسان، الشهيد عباس وهبي.

إلى جانب عمله في الجهاد في صفوف المقاومة كان الشهيد يعمل مسؤول مركز الشهاية في مديرية الجنوب الأولى.

مؤسسة الجرحى: أربعة وثلاثون عاماً في بلسمه الجراح

الأبدان التي كانت تملأ ساحات الجهاد والمقاومة، أثخنت بالجراح كي تحفظ كرامة الوطن، وقبل أن يجف نرف دمائهم على التراب، أياد تسلمت السلاح لتكمل المعركة، وأياد أخرى تلقفت أجسادهم النازفة، لتبدأ رحلة العلاج ومرحلة جديدة من النضال ساحة عملها الجمعية الخيرية لمساعدة جرحى ومعوقى الحرب في لبنان، **مؤسسة الجرحى**.

في الذكرى الرابعة والثلاثين لانطلاق عمل مؤسسة الجرحى - الحائزة على ترخيص في العام 1992- كان لنا لقاء مع مدير الإعلام والعلاقات العامة في المؤسسة السيد عماد خشمان للحديث عن أبرز التطورات التي شهدتها المؤسسة، وعن التحديات التي تواجهها في ظل الخطرين الصهيوني والتكفيري.

والنفسية والاجتماعية.

خلال التسعينات أنشأت المؤسسة عدة مباني ومراكز في المناطق المختلفة في بيروت والجنوب والبقاع. ولكن العدوان الإسرائيلي في حرب تموز 2006 استهدفها مثل كل مؤسسات المقاومة. وكما الأحياء والقرى المتضررة جراء القصف طال إعادة الإعمار مباني المؤسسة، ومنها مبنى الجمعية في بيروت، ما أتاح لها أن تقدم مجموعة شاملة من الخدمات ومراكز التأهيل بحيث أصبح لدينا اكتفاء ذاتي بالعناية بالجرحى ورعايتهم من لحظة دخولهم حتى عودتهم إلى أسرهم.

من هي مؤسسة الجرحى؟ وما هي أبرز المراحل التي مرت بها؟

بدأت مؤسسة الجرحى عملها مع انطلاقة المقاومة الإسلامية عام 1982 بمسميات مختلفة. ومن اليوم الأول للاجتياح الإسرائيلي للبنان قامت بخدمة الجرحى وتقديم الرعاية لهم. ومع تطور الصراع مع العدو الصهيوني تطورت الخدمات وتنوعت. فعلى مدار 34 سنة مرت بمراحل مختلفة على المستويات كافة، من البنية الادارية والطاقات البشرية والكادر العامل وإنشاء المراكز والمباني حتى الخدمات والبرامج الصحية



إبراز المواهب الفنية
والإبداعية
في مجالات الرياضة
والثقافة والأعمال
اليدوية بعد جزءاً
أساسياً وفعالاً
في عملية التأهيل
والتمكين



السيد عماد خشمان
في حديثٍ لمجلتنا

ما هي أبرز المراكز والخدمات في المؤسسة؟

المبنى الرئيسي للمؤسسة يقع في منطقة الضاحية الجنوبية لبيروت، ويشتمل على مجموعة من مراكز الرعاية التأهيلية والصحية:

• مركز العباس (ع) للعلاج الفيزيائي والتأهيل الطبي، يعمل على تقديم العلاجات التأهيلية بجميع جوانبها الجسدية والوظيفية، عبر كادر متخصص متنوع وكفؤ، تعمل المؤسسة على تطويره بشكل دوري بهدف رفع الكفاءة العملية، من أجل تحسين نوعية الخدمات المقدمة للجرحى وغيرهم من ذوي الإعاقات الجسدية والأمراض المزمنة. ويشمل هذه الاختصاصات التالية:

o العلاج الفيزيائي

o العلاج الانشغالي

o علاج النطق

• مركز العباس (ع) للأطراف الاصطناعية والأجهزة التقويمية يقوم بتصنيع الأطراف الاصطناعية المتطورة والملائمة لحالات البتر، والتي تتناسب مع حركة الجريح وعمله بالإضافة إلى تصنيع أجهزة الشلل والأجهزة التقويمية لمشاكل العمود الفقري.

• مركز العلاج النفسي والإرشاد الاجتماعي

يقوم بتنفيذ جلسات العلاج النفسي بأنواعه المختلفة (الفردية والعائلي..). معالجون وأطباء نفسيون. وتهدف هذه البرامج العلاجية إلى إعادة تفعيل الحضور المباشر للجريح في مجتمعه وبيئته كما يتابع الفريق العامل في المركز القضايا الاجتماعية والإرشادية للجرحى وعوائلهم.



الأطراف الاصطناعية
أمل جديد بالحياة



كذلك تعطي المؤسسة أهمية للجانب الرياضي لأنه يشكل أهمية كبيرة على الصعيد الجسدي والنفسي للجرحى، فأنشأت نادي الجري الرياضي. وعلى مدى سنوات شارك الأخوة الجرحى في العديد من المباريات والمنافسات وفي بعضها حصلوا على المراكز الأولى. وتعمل المؤسسة اليوم على افتتاح نوادٍ رياضية جديدة لكرة القدم وقوس الشباب.

إضافة إلى التأهيل والعلاج ما هي أبرز البرامج التي تقدمونها للجرحى؟

تقسم البرامج التي نعمل عليها مع الجرحى والمعوقين والحرب إلى نفسية واجتماعية وتربوية ومهنية، تهدف جميعها إلى إعادة دمج الجرحى في أسرهم وتمكينهم، وذلك من خلال توفير الظروف المناسبة للعودة إلى العمل وتوفير القروض التشغيلية لهم. من هنا كانت ضرورة التأهيل والتدريب المهني. لذا أنشأت المؤسسة بيت الجريح التراثي ومهمته تدريب الجرحى وتطوير الجوانب الإبداعية عندهم، إضافة إلى توفير مردود مالي إضافي بعد أن تقوم المؤسسة بتأمين التسويق لمنتجاتهم، وذلك من خلال المشاركة بالمعارض المختلفة أو إقامة معارض خاصة.

كما تولي المؤسسة الجانب التربوي اهتماماً خاصاً لما له من انعكاس إيجابي على نفوس الجرحى والمعوقين وأسرهم. فالجمعية وفي إطار رعايتها للجرحى والمعوقين تقوم بتأمين المكنيات اللازمة للتعليم، كذلك لأبناء الجرحى والمعوقين في المدارس والمعاهد والجامعات المختلفة، وتعمل على مواكبة هذا الجانب من تأمين الأقساط والكتب والقرطاسية.



جريح يعمل في بيت التراثي

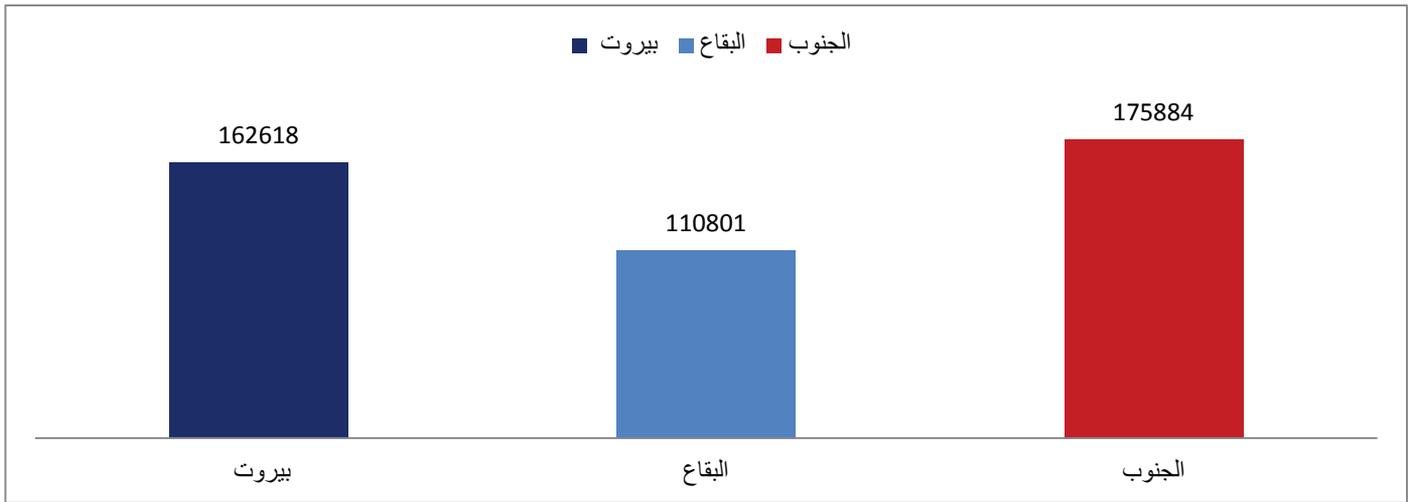
برنامج مساعدة ضحايا الألغام والقنابل العنقودية والأختر غير المنفجرة

هذا البرنامج يعمل على رفع مستوى القدرات والامكانات العلمية والمهنية لدى المصابين والمتضررين وعائلاتهم من جراء هذه الألغام والمخلفات الحربية وتقديم الخدمات التأهيلية والتدريبية والقروض التشغيلية لهم، من خلال تنظيم الحلقات والدورات التدريبية المختلفة، بالتعاون والتنسيق مع اللجنة الوطنية لمساعدة الضحايا في المركز اللبناني للأعمال المتعلقة بالألغام في الجيش اللبناني وبدعم من المنظمات الدولية المانحة والبلديات والمؤسسات التنموية المختلفة.

التقرير الإحصائي

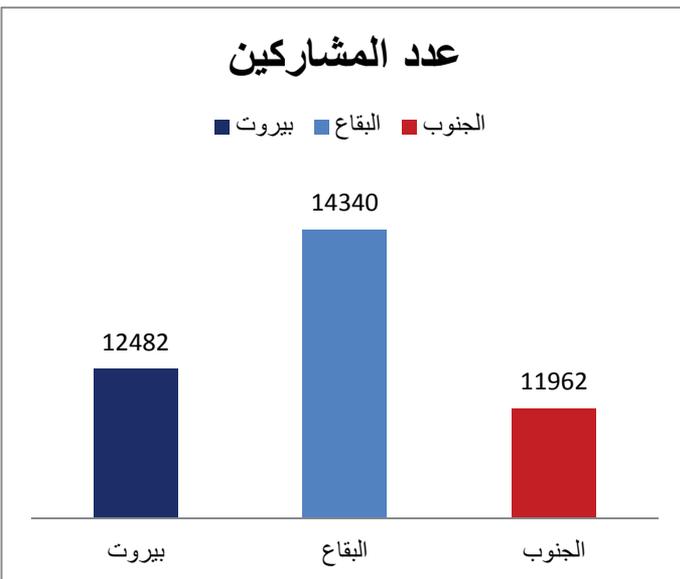
شهد الفصل الأول تطورا ملحوظا في تقديم الخدمات الصحية الاجتماعية والنفسية في مراكز الهيئة الصحية الاسلامية، وقد انعكست هذه الأنشطة على مجمل حركة العمل في المراكز والمديريات، وقد طالت خدمات الهيئة هذا الفصل 496200 مستفيدا.

الحركة العددية للمستفيدين في المراكز للفصل الأول من العام 2016 حسب المناطق:

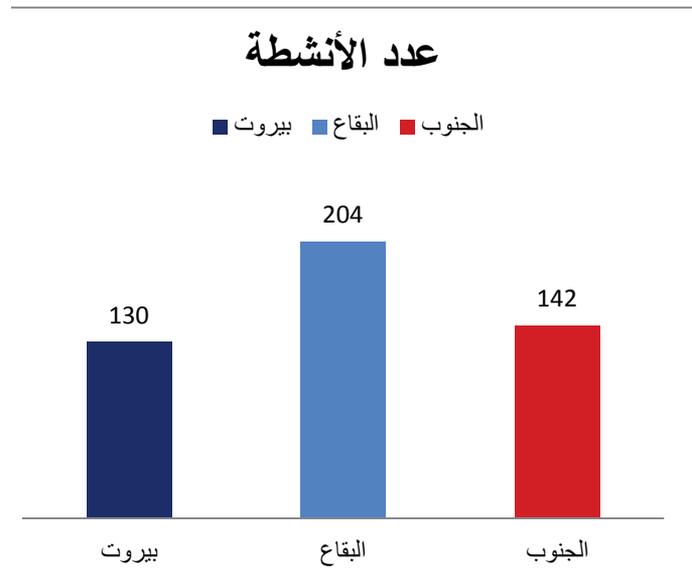


الصحة الاجتماعية

عدد المشاركين بالأنشطة حسب المناطق



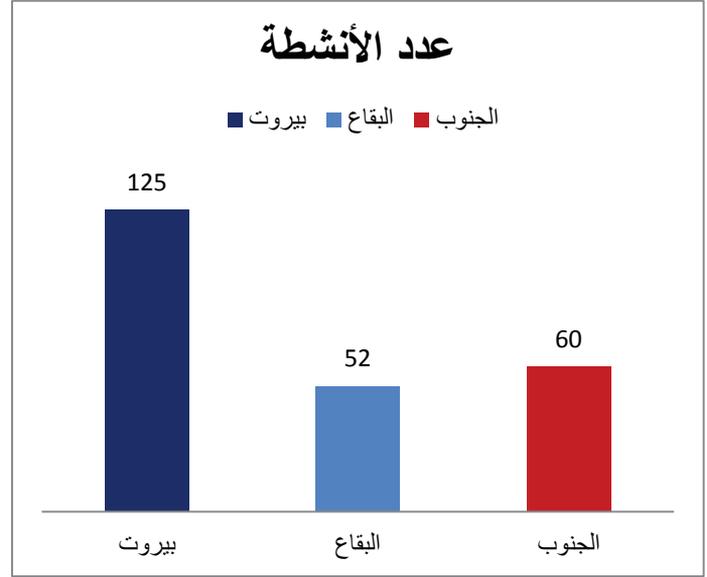
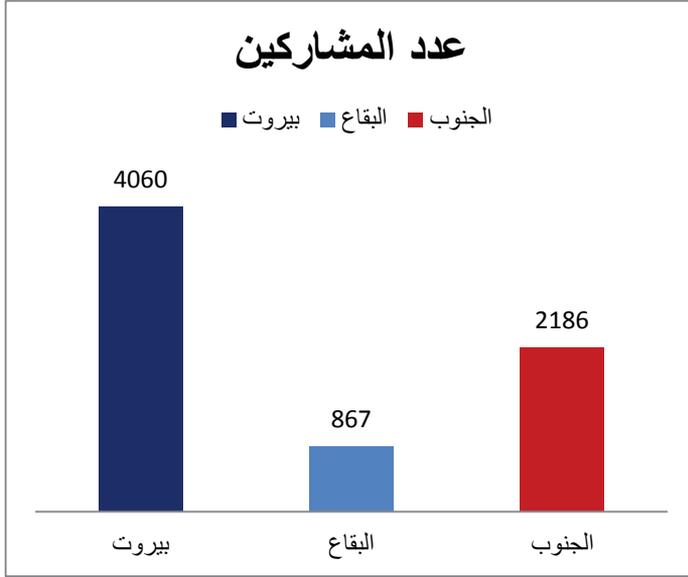
عدد أنشطة الصحة الاجتماعية حسب المناطق



الصحة النفسية

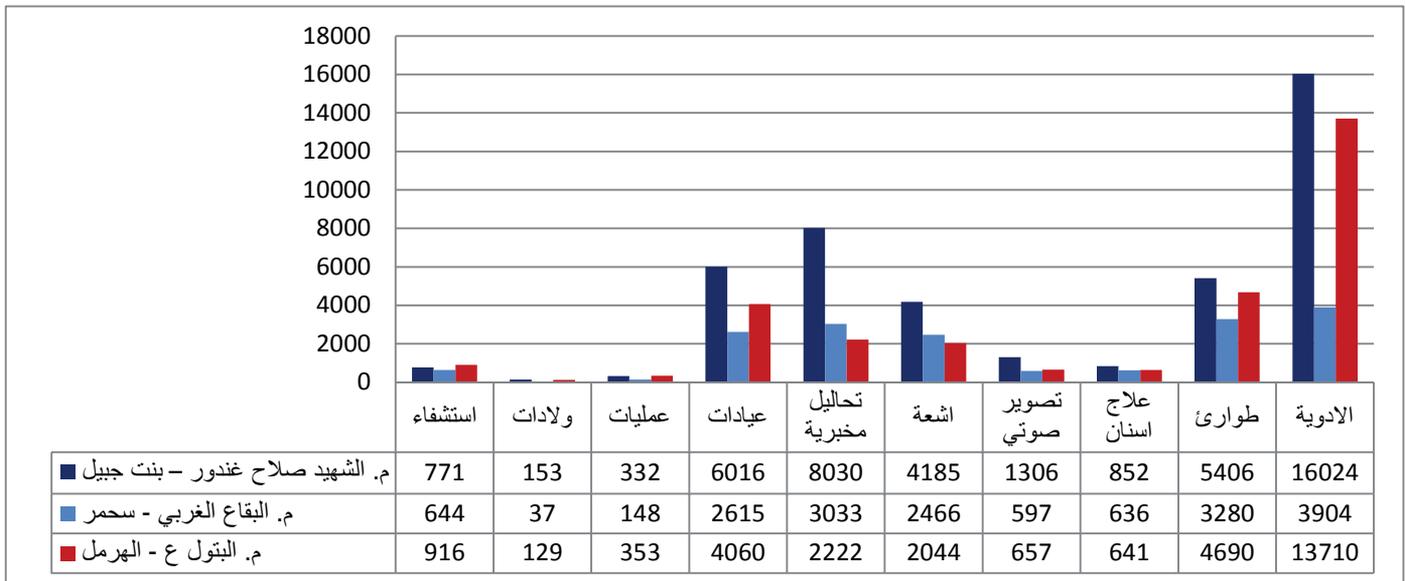
عدد أنشطة الصحة النفسية حسب المناطق

عدد المشاركين بالأنشطة حسب المناطق



تقديمات المستشفيات للفصل الأول من العام 2016

في العام 2015 بلغت تقديمات المستشفيات الثلاث الشهيد صلاح غندور والبتول والبقاع الغربي - سحر 297065 خدمة.



الغذاء المناسب في فصل الصيف: الفاكهة والسوائل

من قواعد التغذية الحصول على جميع المركبات الغذائية الموجودة في العديد من الأصناف المختلفة. ولكن في فصل الصيف نتيجة الحر الشديد وسرعة فقدان الجسم للسوائل، فيجب التعويض عن ذلك بالإكثار من تناول الأطعمة التي تحتوي على السوائل والمعادن والفيتامينات التي يحتاجها الجسم مثل الخضراوات والفاكهة.

أهمية شرب الماء في فصل الصيف

70% من جسم الانسان يتألف من الماء، وهو ضروري أيضاً من أجل باقي العمليات التي تحدث داخل الجسم. فالماء يساهم في ترطيب البشرة، وتعديل حرارة الجسم، والتخلص من الأوساخ. وعادة في المناخ العادي غير الحار، يستهلك جسم الانسان أكثر من 1.5 من الماء في يوم واحد (تنفس، تعرّق، تبوّل)، أما في فصل الصيف فتزداد حاجتنا الى المياه، بسبب ارتفاع درجة الحرارة وامكانية فقدان السوائل بشكل أكبر. وينصح للأشخاص (نساء ورجالاً) الذين لا يمارسون نشاطات، بشرب ما يقارب من 6 ال 8 أكواب مياه يومياً، أي من 1.5 الى 2 ليتر.

السلطة والفاكهة: فيتامينات ونحافة

صحن السلطة يعد من الوجبات الأساسية التي يجب توفرها يومياً مع الطعام، بالإضافة إلى الفواكه التي تعتبر مصدراً للطاقة لاحتوائها على السكر. ومن المهم هنا تناول الفاكهة باعتدال أي 4 الى 5 وجبات للراشدين و3 الى 4 وجبات للصغار. أما بالنسبة إلى الأطعمة التي من المفضل تجنبها في الصيف، فهي الوجبات السريعة لأنها تحتوي على كمية كبيرة من الدهون المشبعة التي ترفع درجة حرارة الجسم، والإقلال من تناول السوائل التي تحتوي على الكافيين لأنها تزيد من معدلات التبول وتقلل نسبة الماء في الجسم.

نصيحة الهيئة

تعد المثلجات من أكثر أنواع الحلويات المرغوبة في فصل الصيف. ولكن تناول المثلجات باستمرار يؤدي إلى التهاب الحلق واللوزتين، والإصابة بنزلات البرد والأنفلونزا وآلام في الصدر نتيجة الفرق الكبير بين درجة حرارة الأعضاء الداخلية للجسم ودرجة حرارة الأطعمة المثلجة.

لذا ينصح بتناول المثلجات مرة أو مرتين أسبوعياً



العصائر: السوائل اللذيذة عصير البطيخ

البطيخ فاكهة الصيف المميزة: كل مئة غرام منه تحتوي عليه 90% ماء. وأثبتت الدراسات فوائده الكثيرة، فهو يساعد على إطفاء العطش وترطيب الجلد وينعش الجسم، كما أنه يساعد على الهضم ومقوية للدم ومفتت لحصوات الكلى.

إضافة إلى فوائده الكثيرة يتميز البطيخ بطعمه اللذيذ وخاصة عصير البطيخ

لأربعة أشخاص المحتويات:

- ربع كيلو من البطيخ.
 - ثلاثة أرباع كوب من عصير الليمون -تزيد أو تنقص حسب الحاجة
 - عسل لتحلية.
 - بعض أوراق النعناع الطازج.
 - مكعبات ثلج للتقديم.
 - 1- قطعي البطيخ إلى أجزاء صغيرة وانزعي القشرة والبذور
 - 2- اعصري البطيخ مع عصير الليمون على دفعات
 - 3- صفي الخليط
 - 4- أضيفي مكعبات الثلج والنعناع في إبريق
 - 5- صب العصير
 - 6- أضيفي العسل أو قلبي الخليط جيداً.
- قدميه مثلجاً مع إضافة المزيد من مكعبات الثلج وأوراق النعناع.



الشمس في الصيف الصديق اللدود حماية الجلد ضرورية: ولكن..!

تحقيق زينب قصير

م. دائرة الأنشطة الإعلامية

الظهر - لذا من الخطأ اعتبار الكريمات الواقية من الشمس «تجميلية» بل هي مستحضرات ضرورية جداً وفعالة.

ويوضح د. مستراح أن الناس يعتبرون هذه الكريمات من الكماليات مرجعاً ذلك إلى جهلهم بأهميتها وخطورة أشعة الشمس على البشرة، ويستطرد قائلاً: «لا تشعر الناس بالحاجة إلى هذه المستحضرات لأن الأمراض الجلدية المتعلقة بالبشرة ليست موجهة، كما أنها تأخذ وقتاً طويلاً حتى تظهر، فشيخوخة البشرة لا تبدأ قبل سن الثلاثين، ما يجعل الناس مطمئن وتعتقد أنها غير مصابة بأي عارض جلدي.

هذه المستحضرات التي نتحدث عنها لا تشرى من الدكان، أو التعاونية، بل هي تعطى بوصفة طبيب، حيث إن لكل نوع بشرة مستحضرًا خاصاً، فما ينطبق على البشرة الدهنية لا ينطبق على الجافة والعكس صحيح. ويستطرد مستراح «لا يجب المغالاة في هذا الموضوع، استشارة الطبيب تكفي، فالشركات المنتجة لهذه

قد يعتقد بعض الناس أن الكريمات الواقية من الشمس تحميهم حقاً من أشعتها. وقد لا يعتقد البعض الآخر بفعالية هذه المستحضرات. ومع تعدد أنواعها وارتفاع أسعارها نسبياً، يتساءل كثيرون حول فائدتها، وأنواعها، وأيهما الأسلم والأهم على المستوى الصحي، وما هي دواعي استخدامها.

هذا اللبس المتعلق باستخدام كريمات الوقاية من الشمس، أوضحه لنا طبيب الجلد الدكتور زياد مستراح. مستراح استهل حديثه قائلاً «بأن كريمات الوقاية من الشمس هي مستحضرات ضرورية جداً لحماية البشرة من «التصبغات والدبغات» وهي واقية من أشعة الشمس بكل أنواعها والتي قد تتسبب في حال تعرض الانسان الدائم لها وبأوقات طويلة إلى نشوء خلايا سرطانية».

وأضاف «إن أشعة الشمس مؤذية جداً للبشرة خصوصاً في أوقات معينة من النهار - من الساعة 11 صباحاً وحتى الثانية من بعد

●● هناك كريمات
واقية لربة المنزل
لحمايتها من نار
الطهو ●●



المستحضرات تطلب القيام بفحص بشرة وغيرها ولكن هذا الأمر غير ضروري».

وحسب الدكتور مستراح فإن هذه المستحضرات تتنوع وتتغير حسب نوع البشرة وطبيعة العمل وحالة الطقس. فهناك أنواع منها تستخدم في الشتاء أو في الطقس الغائم وهناك أنواع تستخدمها ربة المنزل وهي تعمل داخل منزلها لتقيها من حرارة نار الطهو والبخار المتأني عنها.

ولكن ماذا عن ماهية هذه المستحضرات وكيفية عملها؟ يرد الدكتور مستراح فيقول إن هذه المستحضرات تتألف من مواد كيميائية وتعمل على عزل أشعة الشمس عن البشرة، وتعكسها.

زينب ص، أم لولدين، تعمل في مجال التدريب وتبلغ 35 عاماً، وهي جامعية. تقول زينب إنها لم تكن تلتفت سابقاً إلى ضرورة استخدام كريمات الوقاية من الشمس ولكنها اليوم وبعد أن تعدت الثلاثين أيقنت أهميتها، وتضيف «أحس أنني فتية ولكن بشرتي بدأت بالتعب». وبعد زيارتها لطبيب الجلد اثر تعرض بشرتها لحالة مرضية جلدية معينة، ها هي اليوم تستخدم هذه المستحضرات و«تعلم ابنتها على طريقة استخدامها رغم صغر سنها».

أما زميلتها في المكتب المجاور فاطمة والتي تبلغ من العمر 28 عاماً، من المستوى الجامعي، فلا تعتبر هذه المستحضرات فعالة، وتضيف: « بشرتي سمراء ولا أعتقد أنني قد أتأثر بأشعة الشمس» وتضحك قائلة: «أسود من هيك ما في».

●● تختلف أنواع الكريمات وفق اختلاف أنواع البشرات وحالة الطقس وطبيعة عمل الانسان ●●

إلا أن رأي الطبيب مستراح لا يتطابق ورأي فاطمة، فحسب مستراح فإن أشعة الشمس الزائدة تضر حتى بالبشرة السمراء، وتعجل في شيخوختها.

مع الإشارة إلى أن هناك عوامل عديدة تساهم في شيخوخة البشرة كالعرض المفرط للشمس، قلة شرب المياه، عدم الاهتمام بتنظيف البشرة والعناية بها وغيرها.

نصيحة الهيئة

الكريمات
الواقية من
الشمس لا
تشتري من
التعاونيات،
ولا تعطى إلا
بوصفة طبية.

ارتفعت نسبة الوعي لدى الناس في الآونة الأخيرة وأدركوا أهمية استخدام كريمات الوقاية من أشعة الشمس



تقويم النطق: علاج الكلام والتواصل

سارة الشاب

اختصاصية في علاج اللغة والنطق

قد يبدو فهم عملية التواصل بين البشر وكيفية التعامل معها أمراً سهلاً، إلا أنه في الحقيقة أمرٌ معقدٌ ويحتاج إليه أن تكون متخصصاً في مجال العلاج اللغوي لتقوم بذلك!

ومن المهم أن تشمل الخطة العلاجية الأشخاص المحيطين بصاحب المشكلة، من أهل ومعلمات وزملاء ومرّبين... وبعد وضع الخطة العلاجية، يباشر المعالج الجلسات العلاجية، والتي يكون معدّها عادة جلسة إلى 3 جلسات أسبوعياً، وبكل الأحوال تختلف وتيرتها حسب حاجة كل حالة.

ولأن العمل الجماعي أمر لا يستهان به من ناحية أهميته في تشخيص الحالة وتحسين مستوى العلاج وتطويره، فإن المعالج اللغوي عادة ما يعمل ضمن فريق متعدد الاختصاصات، أو بالتعاون مع متخصصين في مجالات أخرى، ويشمل ذلك: الأطباء، الممرضات، المعالجين النفسيين، المتخصصين في العلاج النفسي-حركي والعلاج الانشغالي، المتخصصين في العلاج الفيزيائي، والخبراء في المجالات التربوية والإرشاد الاجتماعي. ولهذا، نرى أن الاختصاصي اللغوي يمكنه أن يتواجد في أماكن عدة كالمدارس والمستشفيات والمراكز المتخصصة والمستوصفات والبيوت، أو في عيادته الخاصة. إن العمل في مجال العلاج اللغوي أمر يحتاج إلى مجهود نفسي كبير وصبر طويل. ولكن وفقاً لطبيعة وظروف العمل، يمكن للاختصاصي اختيار عدد أيام أو ساعات العمل التي تناسبه. وما زالت فرص العمل متوفرة لهذه المهنة.

إن التخصص في دراسة العلاج اللغوي، ويدعى أيضاً علاج النطق أو علاج اللغة والنطق، يجعل من المتعلّم شخصاً خبيراً بطبيعة التواصل الإنساني، وتطوره، واضطراباته؛ بحيث يستطيع بعد الانتهاء من الدراسة، والتي تبلغ مدتها 4 سنوات، أن يقوم بفحص، وتشخيص وعلاج هذه الاضطرابات. ويمكن للمتخصص بعد نيل شهادة البكالوريوس، متابعة دراسته لنيل الماجستير في بعض المجالات الصحية.

يمكن للحائز على شهادة البكالوريا، أن يتقدم بطلب انتساب إلى كلية الصحة العامة - الفرع الثاني (البنار) في الجامعة اللبنانية (حيث يتوفر الاختصاص باللغتين الانكليزية والفرنسية) أو كلية الطب في جامعة القديس يوسف (يقصر على اللغة الفرنسية). ويُقبل الانتساب وفقاً لنتائج امتحان الدخول الخطي ومن ثم الشفهي، ويتم كذلك اختيار عدد محدود من الأشخاص.

يعمل الاختصاصي اللغوي مع الرضع، والأطفال، والراشدين الذين يعانون من مشاكل على صعيد الكلام، واللغة الشفهية والمكتوبة، والنطق، والتواصل غير الشفهي، أو من صعوبات في عملية الأكل والبلع. ويقوم أولاً بتقييم قدرات الشخص ومشاكله، ومن ثم وضع خطة علاجية تتضمن الأهداف التي يجب العمل على تحقيقها.

نصيحة الهيئة

فور الانتباه إليه مشكلة تواصل أو نطق عند الطفل علمه الأهل أن يستشيروا أخصائي في تقويم النطق. كلما كان العلاج مبكراً كلما كانت النتائج أفضل وأسرع

تتوفر خدمة
علاج النطق في
مراكز الهيئة الصحية
وعياداتها النفسية

●● تتوفر خدمة
علاج النطق في
مراكز الهيئة الصحية
●● وعياداتها النفسية

آداب التعليم في استفتاءات السيد علي الخامنئي

إيمان الخنسا

م. دائرة الثقافة الإسلامية

﴿هُوَ الَّذِي بَعَثَ فِي الْأُمِّيِّينَ رَسُولًا مِّنْهُمْ يَتْلُو عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيُزَكِّيهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَإِنْ كَانُوا مِن قَبْلُ لَفِي ضَلَالٍ مُّبِينٍ﴾
{الجمعة/2}

يقول الإمام الخامنئي دام ظله: «المعلم هو الشخص الذي يُعدّ الطاقات والكوادر البشرية لإدارة البلاد وتسيير أمورها ولحياة المجتمع في المستقبل القريب...

من بين هؤلاء يظهر المتميزون والشخصيات الكبيرة. ومن بين هؤلاء يظهر المجاهدون في طريق الحق والمضخون والمخلصون المتشوقون للسير في سبيل الأهداف الإلهية. ومن بين هؤلاء تظهر الأيدي القديرة التي تدير عجلة اقتصاد البلاد، وتُنظّم ثقافتها. لقد قلت إنّ تأثيركم أيها المعلمون أكبر حتّى من العوامل الوراثية في بعض الأحيان. الصفات الوراثية أمور ترافق الإنسان وتلازمه. ولكن يمكن بالتمارين والعادات الثانوية التغلّب على هذه الخصال الوراثية. التمرّن على العادات الثانوية شيء يمكن للمعلم أن يمنحه لتلميذه. أي إنكم تستطيعون إيجاد الإنسان وفقاً للطراز الإسلامي بالمعنى الحقيقي للكلمة».

آداب المعلم في نفسه

الإخلاص والاجتهاد والاشتغال بالقراءة والمطالعة. وقد روي عن النبي (ص): «الحكمة ضالة المؤمن، فحيث وجدها فهو أحقّ بها». وحسن الخلق زيادة على غيره من الناس والتواضع وتمام الرفق وبذل الوسع في تكميل النفس. روى معاوية بن وهب قال: سمعت أبا عبد الله عليه السلام يقول: «اطلبوا العلم وتزيّنوا معه بالحلم والوقار، وتواضعوا لمن تعلمونه العلم، وتواضعوا لمن طلبتم منه العلم، ولا تكونوا علماء جبارين، فيذهب باطلكم بحقكم».

استفتاءات حول آداب التعليم

س - لا يريد الطالب الذهاب إلى المدرسة بعد اليوم، أمّا السبب فهو معلّمة الرياضيات التي لا تناديه إلاّ ب«الطبل» نظراً لوزنه وقلة استيعابه، وسبب هذا الأمر أزمة نفسية له لا سيّما أنّ رفاقه باتوا يسخرون منه وينادونه بهذا الاسم.

هل يحقّ للأستاذ الاستهزاء بتلميذ بسبب شكله أو حتّى بسبب قلة ذكائه؟ وما الموقف الشرعي في هذه الحالة؟

ج - لا يجوز للأستاذ إطلاق الكلام المهين والمؤذي للطالب، فإذا كانت عند الطالب مشكلة في الدرس فليتعامل معه على أساس قوانين التعليم التي تحفظ للطالب كرامته وشخصيته وتدفعه للتحسّن علمياً.

س - تلميذ مشاغب، ما إن يدير الأستاذ وجهه حتّى ينتقل من طاولة إلى طاولة مشتتاً انتباه رفاقه ومشوّشاً على الدرس. ضاق الأستاذ ذرعاً من تصرّفات فطلب منه أن يلزم مكانه، لكنّه لم يلتزم بكلمة المعلم وصار يسخر منه، فما كان من الأستاذ إلاّ أن صفعه بكفه فتورّمت عين التلميذ. هل تصرّف الأستاذ جائز من الناحية الشرعية؟ وهل ضرب التلميذ - وإن لم يلحق الضرر الجسديّ به - مقبول شرعاً؟

ج: يجب على الأستاذ أن يحرص على استفادة الطالب من الدرس وعليه اتّباع مقرّرات المدرسة ولا يجوز له ضرب التلميذ إلاّ بإذن وليّه وينحو لا يؤدّي إلى الضرر كما لو احمرّ أو اخضرّ أو اسودّ، وفيه الديّة شرعاً.

س - لغير سبب، لا تحبّ المعلّمة تلميذتها، فهي تتعمّد تجاهلها وتهميشها، فإن سألت سؤالاً أدارت وجهها عنها، وإن سألت الطلاب عمّا إذا فهموا الدرس ورفعت التلميذة إصبعها لم تلتفت لها. تحاول أن تجتهد لتكتسب محبة معلّمتها ولكن عبثاً فقد بقي التعاطي على حاله. ما هو موقف الشرع من هذه المعلّمة؟

ج - واجب المعلّمة الاهتمام بالطلاب على حدّ سواء ولا يجوز لها إهمال الطالب الذي يسأل عن الدرس مستفسراً ويجب أن تلتفت إلى دورها التربوي ولا مانع من التواصل مع إدارة المدرسة لحلّ المشكلة المذكورة.

س - لم يعترف أحد من الطلاب برمي الأستاذ بالمحاة، فعاقبهم جميعاً بطردهم إلى المنزل. اعتبر المجتهدون أنّ الأمر ظلم لهم، لأنهم لا يعرفون الفاعل ولا يقبلون بأن يُعاقبوا على ما لم يفعلوا، فكيف ينظر الشرع إلى الموضوع؟

ج - لا يجوز معاقبة إلا المخلّ حسب مقرّرات المدرسة، على أن يكون العقاب مراعيّاً للضوابط الشرعية ﴿ وَلَا تَزِرُ وَازِرَةٌ وِزْرَ أُخْرَى ﴾.

الهامبرغر الأمريكي يحتوي أحماضاً نووية للفئران والبشر

أعلنت شركة «كلين لبيس» المختصة في تحليل الأغذية عثورها على حمض نووي عائد لفئران وبشر في بعض شرائح لحم «الهامبرغر» في الولايات المتحدة.

وكشفت الدراسة التي أجرتها الشركة على منتجات 79 ماركة والتي تم خلالها فحص عينات هامبرغر مأخوذة من موردين وسلاسل مطاعم وجبات سريعة في ولاية كاليفورنيا الأمريكية على المستوى الجزيئي، النقباب عن وجود حمض نووي يعود لفئران في ثلاث قطع منها إضافة إلى حمض نووي لإنسان في إحداها.

وترجح الشركة أن يكون الحمض النووي للفئران مصدره البراز فيما تردّ وجود الحمض النووي للإنسان إلى الشعر. ومن جانب آخر كشفت الدراسة عن التلاعب بالعينات بنسبة 14% كإضافة لحوم دجاج وديك رومي رخيص الثمن مع اللحم الأحمر. المصدر: «وكالة الأناضول»



ممارسة الرياضة ضرورة للسيطرة على مرض السكري

وقام ديمبسي وزملاؤه بمراقبة علامات السكري في الدم بعد تجارب منفصلة لمدة 3 أيام، متضمنة يوماً عادياً بلا نشاط أو أياماً قطع فيها المشاركون فترات جلوسهم على المكتب كل نصف ساعة، من أجل المشي أو جلوس القرفصاء ورفع الساقين.

وقال ديمبسي بهذا الصدد: «إن تجربة التمارين الروتينية لا تتطلب أجهزة خاصة أو مساحات كبيرة، بحيث من الممكن القيام بها في المكتب أو المنزل».

ويؤكد الباحثون من خلال عدد من مجلة دورية متخصصة في رعاية السكري صدر في أبريل/نيسان الماضي، على أهمية ممارسة تمارين رياضية خفيفة دون المشي، في تخفيض مستويات الدهون الثلاثية في الدم.

ويشير الباحثون إلى أن هذه التجارب لا يمكن أن تظهر الآثار البعيدة المدى لممارسة بعض التمارين على مرض السكري، ولكن يجب على المرضى ملاحظة أهمية نتائج هذه الدراسة من أجل عدم البقاء دون حركة لفترات طويلة.

المصدر: هافنغتون بوست

أكدت دراسة أجراها باحثون في أستراليا ضرورة قيام مريض السكري بتمارين رياضية خفيفة لبضع دقائق كل نصف ساعة من أجل السيطرة على المرض بشكل أفضل.

وقد أجريت اختبارات على 24 بالغاً مصابين بالسكري ويعانون من زيادة الوزن، وتبين أن مستويات الجلوكوز والأنسولين في الدم، العناصر التي يمكن أن ترتفع عند عدم السيطرة على المرض جيداً، قد انخفضت عند قيام هؤلاء الأشخاص بممارسة المشي أو التمارين الخفيفة دون الجلوس لفترة طويلة.

وقال بادي ديمبسي، الباحثة في معهد بيكر للقلب والسكري في ملبورن بأستراليا وأحد المشاركين في الدراسة: «إن الأنظمة البيولوجية لدى الإنسان تعمل على النحو الأمثل عندما نتحرك بشكل منتظم ونكون نشطين بدنياً، حيث إن فترات الجلوس الطويلة ولا سيما في أثناء العمل تعتبر فرصاً للحركة بشكل صحي مهددة».

وهناك دراسات سابقة كانت تربط بين الخمول وزيادة خطر الإصابة بالسكري، ولكن لم تحدد أنواع التمرينات التي لربما تكون قادرة على مواجهة بعض الآثار السيئة للمرض.

داوود بن عمر الأنطاكي عالم بالطب والأدب

- داوود بن عمر الأنطاكي عالم بالطب والأدب. كان ضريراً انتهت إليه رياسة الأطباء في زمانه. ولد في أنطاكية. درس اللغة اليونانية فأحكمها. أقام في القاهرة مدة اشتهر بها ثم رحل إلى مكة فأقام سنة وتوفي في آخرها.
- من تصانيفه «تذكرة أولي الأبواب» في الطب والحكمة، ويقع في ثلاثة مجلدات، يعرف بتذكرة داوود، وهو من أهم كتبه في باب الصيدلة والطب.
- وله مجموعة من الكتب منها:
 - النزهة المبهجة في تشخيص الأذهان
 - تعديل الأمزجة
- غاية المرام في تحرير المنطق والكلام
- نزهة الأذهان في إصلاح الأبدان
- زينة الطروس في أحكام العقول والنفوس
- النية في الطب
- كفاية المحتاج في علم العلاج
- شرح عينية ابن سينا
- رسالة في علم الهيئة



عند الصغر



عند الكبر



انشطب الكلمات الموجودة من الشبكة، ستبقى
أحرف زائدة اجمعها فتحصل على كلمة السر،
وهي: اسم كان يُطلق على مدينة بغداد.

ش	ر	ح	ح	ر	ا	س	ة	س	ي	ر	د	ت	ا	ا
ة	ص	ا	و	غ	ا	ث	ي	و	ب	ي	ا	ل	ب	و
ا	ل	ز	هـ	ا	ي	م	ر	ب	ي	ج	س	ج	ب	ك
ل	ف	ا	ف	ك	ت	س	ص	ة	ر	ب	ع	ذ	خ	ي
و	د	ب	ا	س	ح	ر	ج	ح	ت	ن	خ	ن	و	ن
د	ا	ل	ص	ا	و	ف	و	ي	و	د	ا	ط	س	ا
ا	ل	ا	هـ	ز	ي	ل	ر	ي	ن	ن	ح	ق	ر	و
ن	س	ب	ن	ك	ر	ي	ا	س	ج	ي	م	ا	ة	ا
ب	و	ط	و	ش	ح	د	خ	ي	ل	ب	س	ش	ل	ا
س	ف	ط	ع	ت	ل	ا	ا	س	غ	ا	ا	ك	س	ا
ر	ي	ا	ا	ح	د	ر	ت	ن	ش	ع	م	ا	د	ف
و	ا	ي	ب	ب	ص	ل	ب	ب	ت	ل	ث	ي	ر	ن
ن	ت	س	ج	ل	ج	ف	ي	ي	ف	و	ر	م	ر	ا
ل	ا	ل	ف	ل	ف	ل	ر	ع	ا	ب	ا	ع	ع	ع
ا	ر	ي	ص	ق	ل	ا	م	ل	و	م	ع	م	ل	ا

8 حروف

بنكرياس
الزهامير
او كيناوا
السوفيات

7 حروف

المعمول
الفلافل
اثيوبيا

6 حروف

بنادول
ثعابين
القصير
دانلوب
افتتاح
مسامير

5 حروف

السبت
الاحد
ترويج
تدريس
تدبير
عرنس
مراكش
غواصة
حراسة
فواصل

4 حروف

عاطف
سياط
جباع
شرح
ناقة
رسوخ
سجين
حساب

3 حروف

هزيل
شوط
ربيع
فجل
خيل
عجب
بذخ
كفاف
جيب
صحو

حرفان

صح
غش
نط
هر

10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
									1
									2
									3
									4
									5
									6
									7
									8
									9
									10

أفقياً:

- 1 - أحد أشهر الأدوية وأكثرها شعبية - نصف كلمة (صين)
- 2 - عاصمة أوروبية - تقطيب الوجه
- 3 - ضمير متصل - الرفاق من سن واحدة
- 4 - أرقي ثيابي - عطفك
- 5 - نخفيه
- 6 - ذلهم - للنداء
- 7 - يجتهد - موضعهم
- 8 - قوم النبي صالح عليه السلام - لمس - عقل
- 9 - سيدك - مورد أو مكان الشرب
- 10 - المصانع

عمودياً:

- 1 - عالم موسوعي مسلم قدم إسهامات كبيرة في الرياضيات والبصريات والفيزياء وعلم الفلك والهندسة وطب العيون
- 2 - ماء غير متجمد - سكتوا وهم غاضبون واجمون
- 3 - إحسان - من الأدوية المسكنة للوجع
- 4 - يقنطون - هتاف
- 5 - أنبياء - أكثر أهمية - جميع
- 6 - أمنعكم من الحصول على الشيء
- 7 - نهتم بالشخص - أصغي
- 8 - أدلة - نصف كلمة (نازح)
- 9 - نوع صلب من الحجارة - أقاربهم
- 10 - قرابتكم - مندى بالماء



طرائف طبية:

قال طبيب للمريض:

– مشكلتك بسيطة جداً، أنت مصاب بازدياد الشخصية.

فقال المريض: ماذا يعني هذا يا دكتور؟

فقال الطبيب: هذا يعني أنك شخصان في صورة واحد.

فقال المريض: إذن هذا ثمن نصف المعايين، والنصف الآخر تأخذه من الشخص الثاني.

* أصرَّ شخصٌ أمامَ الطبيبِ النفسيِّ أنه ابتلعَ حصاناً، ولمْ تنفعْ محاولاتُ الطبيبِ فيه إقناعه باستحالة ذلك. وأمامَ إصراره، خُصرتْ للطبيبِ فكرة، فتظاهرَ أنه اقتنعَ بقوله،

وطلبَ منه أن يستعدَّ لإجراءَ عمليةٍ جراحيةٍ لشقِّ بطنه، وإخراجِ الحصان. اتَّفَقَ معَ طبيبِ التخديرِ ليَقومَ بتخديره لمدةٍ بسيطةٍ يُحضرون خلالها حصاناً بالقرب من غرفةِ العملياتِ.

عندما أفاقَ الرجلُ من غيبوبةِ التخديرِ، طمأنه الطبيبُ بنجاحِ العملية، وهناكهُ باستخراجِ الحصانِ..

هزَّ المريضُ رأسه قائلاً: وهل أخبروك أنني غيبيتُ؟ هذا حصانٌ أحمرُّ، والذي ابتلعتُهُ كان أبيض اللون!!

* كانَ أحدُ الأطباءِ يتقاضى خمسةَ دنانيرَ عن الكشفِ الأوَّلِ،

وإعادةَ الكشفِ مجاناً.

ففي أحدِ الأيامِ جاءه مريضٌ، بادره قائلاً:

إنَّ الدواءَ الذي وصفتهُ لي في المرَّةِ الأولى لم يَشْفِنِي.

تظاهرَ الطبيبُ الذكيُّ أنه لم يسمعه، فحصه

مُسرِعاً، وقال: عليك أن تستمرَّ على نفسِ العلاجِ الذي وصفتهُ لك سابقاً، فأثبتَ أحسنَ حالاً عن ذي قبل..

هل تعلم؟

– هل تعلم أن معدة الإنسان تحتوي على ما يقارب ٣٥ مليون غدة هضمية؟

– هل تعلم أن الغيل يعبر عن حزنه بالبكاء؟

– هل تعلم أن متوسط عمر رمش العين الواحد يقارب 90 يوماً، علماً أن رموش عين الإنسان تتجدد دائماً؟

– هل تعلم أن دموع الإنسان عند بكائه تحفز الجسم على إفراز مواد مسكنة للألم، حيث يتم إفرازها من قبل المخ؟

– هل تعلم أن عضلة الفك هي أقوى عضلة في جسم الإنسان؟

– هل تعلم أن شبكية العين تحتوي على نحو 9٠ مليون خلية حسية مسؤولة عن التقاط الصور وتمييز الألوان؟

– هل تعلم أن الفلفل الحار يحتوي على أعلى نسبة ممكنة من فيتامين سي مقارنةً بجميع الخضراوات والفواكه الأخرى؟

– هل تعلم أن الجزء الأيمن من الدماغ يتحكم بالشق الأيسر من الجسم، والعكس صحيح؟

منذ نحو السنتين والنصف دخلت صرح الهيئة الصحية الإسلامية كموظف على السنترال. مهمة قد يعتقد البعض أنها شبه مستحيلة على شخص كفيف مثلي، ولكنها بالنسبة لي وظيفة سهلة، أتقنتها على مدى سنوات بين التعلم في المدرسة والممارسة العملية.

الموظفون في المؤسسة لم يتفاجؤوا بي، فقد سبقني للعمل في نفس المكان زميل لي كان كفيفاً أيضاً. قبول توظيف مكفوفين ليس بالقرار السهل على أي إدارة أن تتخذه خاصة المؤسسات المنتجة المزدهمة بالأعمال والمشاريع، إلا أن الهيئة الصحية الإسلامية فتحت الباب أمام ذوي الاحتياجات الخاصة للعمل، طالما أنه لا يؤثر على أداء وفعالية المهمة الموكلة لنا. وهذا ليس مستغرباً من مؤسسة قوامها العمل الإنساني.

منذ أن تسلمت عملي في الهيئة الصحية وقبل أن أوطد علاقاتي بالآلات وأجهزة الاتصال والهواتف وطدت علاقاتي بزملائي. لقد حرمني الله نعمة البصر ولكن أتعرف إليهم من خلال السمع وحفظ أصواتهم. هنا حيث أتواصل تقريباً مع الجميع بروح الزمالة والحس الخلقى والمودة أعتبر هذا المبنى بيتي الثاني حيث أقضي جزءاً كبيراً من يومي فيه.

قد يتساءل البعض عن التجهيزات التي أستخدمها في عملي على السنترال، إلا أنني أستخدم الهواتف العادية وجهاز الكمبيوتر الذي يستخدمه أي شخص عادي. كل ما في الأمر أن الكمبيوتر مجهز ببرنامج excel صوتي أستعين به على حفظ الأرقام في حال خانتني الذاكرة أو لتسجيل الأرقام الجديدة.

العمل في مؤسسة الهيئة الصحية الإسلامية والاستقرار في وظيفة هنا ساهم بالاستقرار النفسي وتعزيز ثقتي بنفسي وتقوية شخصيتي، وهو ما زرع في نفسي الطموح بتطوير قدراتي وإمكاناتي.

مجرد تواجدي في هذه الوظيفة هو إنصاف لي ولأمثالي في وقت يعز علينا العمل، وهو خطوة مهمة تقدمها لي الهيئة الصحية مشكورة، وهي التي ما بخلت يوماً بتقديم يد المساعدة وبإتاحة الفرصة للمشاركة بالمحاضرات والدورات والورش الثقافية، والتي تعتبر أنشطة تساهم في تعزيز القدرات والمهارات الفردية والمعرفية.



محمد قدوح
موظف في مكتب الاستعلامات