

## نادي الصحة والرشاقة

هو نادي يهتم بتنفيذ أنشطة تثقيفية في المجال الصحي والبدني لتهيئة طالبة جامعية مثقفة صحياً وبدنياً تفيد مجتمعها .

أهداف النادي :

1. التوجيه والإرشاد بما يخص صحة الإنسان والتعريف بالعوادات التي من شأنها أن تحافظ على الصحة .
2. التثقيف الصحي بين طالبات الجامعة لتغيير سلوكيات خاطئة إلى سلوكيات صحية حضارية.
3. تعزيز الدور المهم الذي تلعبه كل من الصحة والرياضة والتغذية في المجتمع.
4. التعريف بالأمراض المنتشرة في المجتمع الداخلي وطرق الوقاية منها .
5. شغل أوقات فراغ الطالبة بما يعود عليها بالنفع .

ويشتمل النادي الصحي على البرامج التالية :-

### أولاً: برنامج المحاضرات وورش العمل في المجال الصحي :

أ - أهداف البرنامج :

1. تعريف الطالبة ومنسوبي الجامعة بالأمراض المنتشرة في المجتمع وتقديم بعض الإرشادات لها .
2. التثقيف بالعوادات الصحية السينة المنتشرة في المجتمع وأثرها على صحة الإنسان وكيفية التخلص منها .
3. تدريب الطالبة وإكسابها مهارات متنوعة في المجال الصحي .

ب - الفئة المستهدفة : طالبات الجامعة ومنسوباتها.

م	الإجراء	المكان	الأسلوب التنفيذي		معايير الإنجاز
			المشارك	الدور	
1	محاضرات في المجال الطبي مثل :- أنت تملك العلاج ....	داخل الجامعة أقسام الطالبات	مشرفة النادي	التنسيق والمتابعة والإشراف العام	تقديم محاضرة تقديم ورشة عمل
			مشرفة الأنشطة	القيام بالمعاملات الإدارية	
2	ورشة عمل لتعليم قياس الضغط والسكر		رئيسة النادي + أعضاء النادي	الاجتماع وتقسيم العمل	
			- مجمع العيادات الطبية الجامعي - المؤسسات الخارجية ذات العلاقة	تقديم المادة العلمية	

### ثانياً : برنامج نشر الوعي وخدمة المجتمع :

- أ - أهداف البرنامج :
1. نشر ثقافة الوعي الصحي وخدمة المجتمع الداخلي والخارجي .
  2. التوعية والإرشاد لبعض الأمراض الشائعة .
  3. تفعيل أيام الصحة العالمية .
- ب - الفئة المستهدفة : طالبات الجامعة ومنسوباتها .

م	الإجراء	المكان	الأسلوب التنفيذي		فترة التنفيذ	معايير الإنجاز
			المشارك	الدور		
1	حملات طبية متنوعة مثل:- - حملة توعية بالأمراض المزمنة - حملة توعية لطالبات المدارس		- مشرفة النادي	- التنسيق والمتابعة والإشراف العام		
			- مشرفة الأنشطة	- القيام بالمعاملات الإدارية		
2	معارض متنوعة في مجال النادي مثل :- - معاً نحو صحة أفضل - كيف أعطني بطفلي ؟ - معرض تعرف على أسرار جسدك	- داخل الجامعة أقسام الطالبات	- رئيسة النادي + أعضاء النادي	- الاجتماع وتقسيم العمل	الفصل الدراسي الأول والثاني	إقامة حملة على مدى يومين إقامة معرض وعروض تقديمية لأيام الصحة العالمية إقامة معارض مختلفة إقامة مسابقة
3	تفعيل أيام الصحة العالمية		- مجمع العيادات الطبية الجامعي - المؤسسات الخارجية ذات العلاقة مثل مستشفى الملك فهد	- تقديم المادة العلمية		
4	حملات توعية مثل :- - حملة التبرع بالدم - حملة التقنية الغذائية	داخل وخارج الجامعة	- مشرفة النادي	- التنسيق والمتابعة والإشراف العام		القيام بزيارة
			- مشرفة الأنشطة	- القيام بالمعاملات الإدارية		
5	مسابقة البحوث الطبية في					

ثالثاً : برنامج الحفلات والاستقبال وتلبية الدعوات والمشاركات الخارجية .

أ — أهداف البرنامج :

1. التعريف بالنادي للطلاب الجدد بالنادي .
  2. عرض مشاركة أنشطة العمادة
  3. حفل ختام الأنشطة الطلابية.
- ب — الفئة المستهدفة : الطالبات المستجدات .

م	الإجراء	المكان	الأسلوب التنفيذي		معايير الإنجاز
			المشارك	الدور	
1	إقامة حفل استقبال للطالبات المستجدات	عمادة شؤون الطلاب	منسقة الأنشطة ومشرفات الأنشطة بالعمادة	التنسيق العام	إقامة حفلين
			أعضاء النادي من الطالبات	تقديم المسابقات والبرامج الرياضية والثقافية	
2	حفل ختام الأنشطة الطلابية				
3	تلبية الدعوات والمشاركات داخل الجامعة وخارجها	داخل الجامعة	مشرفات الأنشطة	التنسيق العام لاستقبال الوفود	زيارات ومشاركات خارجية
			أعضاء النادي من الطالبات	تقديم المسابقات والبرامج الثقافية والمشاركة في التنظيم والاستقبال	
			المنسق بالجهة المنظمة	تقديم الدعوة	
4	المؤتمرات العلمية والمشاركة في المعارض مثل : - اللقاءات السنوية مع شخصيات بارزة في الجامعة . - معرض الجامعة والمجتمع		مشرفات الأنشطة بالعمادة	التنسيق العام	مؤتمر علمي