

فعالية عن السمنة والمشى في مدرسة ميمونة بنت الحارث المتوسطة

فعلت وحدة تعزيز الصحة بإدارة صحة المجتمع في تجمع الأحساء الصحي بالتعاون مع عيادة المدرب الصحي بمركز صحي محاسن نشاط توعوي عن السمنة والمشى تحت عنوان (الوقاية خير من العلاج) وذلك يوم الأحد الماضي في مدرسة "ميمونة بنت الحارث" المتوسطة.

حيث بدأ النشاط بتوضيح دور المدرب الصحي في تصحيح المفاهيم الصحية وإرشاد أفراد المجتمع من خلال التحكم بالعوامل المؤثرة.

وتناول المدرب الصحي أخصائية التمريض غفران أمعلوا التعريف بالسمنة وأسبابها ومضاعفاتها، كما حث الطالبات على الوقاية من السمنة عن طريق ممارسة المشى وتناول الغذاء الصحي، كما تناولن تدريبات جامعة الملك فيصل من قسم التغذية توضيح أهمية فوائد المشى وانعكاسه على حياة الفرد والمدة اللازمة للمشى والطريقة الصحيحة لذلك.

وتضمنت الفعالية ركن تثقيفي احتوى العديد من البوسترات والنشرات التي تم توزيعها على منسوبات المدرسة من طاقم تعليمي وطالبات.