



الجمعية السعودية للسكر والغدد الصماء
SAUDI DIABETES & ENDOCRINE ASSOCIATION

برامج توعوية داخل الجمعية

تنظم الجمعية العديد من البرامج التوعوية داخل مقر الجمعية مع تصنيفها حسب الفئة المستهدفة إلى:

1. برامج للأطفال المصابين بالسكري من النوع الأول وهي عبارة عن ورشات عمل ومحاضرات توعوية وتثقيفية تعنى بتثقيف المصاب واهله باعراض الارتفاعات والانخفاضات للسكر - طرق واماكن حقن الانسولين- التغذية السليمة لمصاب السكري - الرياضة واهميتها للتحكم بمستوى السكر بالدم - العناية بالاقدام والايدي - والعديد من المواضيع التي تهتم المصاب وعائلته ليتمكن من التعايش مع السكر بشكل افضل.
2. برامج موجهة للنساء وتُعنى بمكافحة السُّمنة والسكري وتشجيع الاهتمام بالتسوق الصحي والطبخ الصحي والرياضة وكذلك عمل تنافس بين المشتركات في امكانية انقاص الوزن من خلال اتباع نظام غذائي معتمد ومناسب لكل مشتركة ويتم متابعتهم بشكل اسبوعي لتسجيل القراءات وتكريم الفائزات في نهاية البرنامج والذي يمتد لاربعة اشهر .
3. برامج موجهة للرجال وتُعنى بمكافحة السكري والسُّمنة وكذلك عمل تنافس بين المشتركين في امكانية انقاص الوزن من خلال اتباع نظام غذائي معتمد ومناسب لكل مشترك ويتم متابعتهم بشكل اسبوعي لتسجيل القراءات وتكريم الفائزين في نهاية البرنامج والذي يمتد لاربعة اشهر .

4. برامج موجهة لمتقفي السكري وتُعنى بتحديث المعلومات الطبية وتثقيف مرضى السكري وهو على هيئة ورشة عمل يستقطب اخصائي التغذية والمتقفين الصحيين يتم مناقشة اهم محاور التثقيف الصحي واخر المستجدات في الحقل الطبي وتوحيد المعلومات الغذائية والصحية التي يتلاقها المريض مع المتقفي الصحي.

5. عمل ورشة عامل خاصة بحساب الكربوهيدرات حيث انها من اهم الركائز لمرضى السكري بشكل عام ومرضى السكري المعتمد على مضخة الانسولين بشكل خاص حيث تعتبر هذه المعلومات التي يتلقاها بورشة العمل من اهم المقومات التي تساعد في التعامل مع المرض وان تؤدي مضخة الانسولين عملها على الوجه المطلوب.