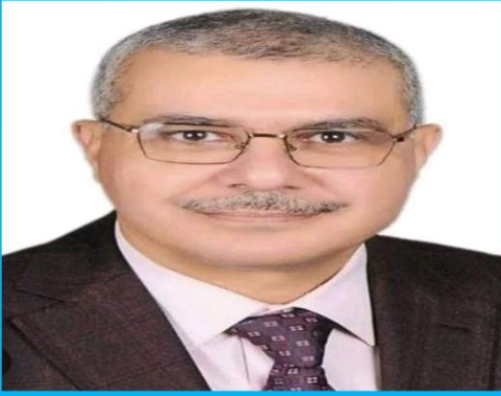




أ.د/ خالد علي الدرندي رئيس جامعة الزقازيق



تحت رعاية معالي الأستاذ الدكتور رئيس الجامعة وراعى الأنشطة
الطلابية أ.د/ خالد علي الدرندي

تم إصدار أول مجلة للأنشطة الطلابية في كلية التمريض جامعة الزقازيق
أصدرت كلية التمريض جامعة الزقازيق أول مجلة تستهدف توثيق
الأنشطة الطلابية لطلاب الكلية وتشجيعهم على المشاركة بمختلف
الأنشطة على المستوى المحلى والإقليمي



أ. د/ نادية محمد طه
عميد كلية التمريض
جامعة الزقازيق
ورئيس تحرير المجلة



أبنائي وبناتي طلبة وطالبات كلية التمريض جامعة الزقازيق، أهدىكم
هذا الإصدار ثمرة مواهبكم الفذة وأقلامكم الرصينة والمُعد خصيصاً
لطرح رؤيتكم والتعبير عن هويتكم
والإفصاح عن مواهبكم الكامنة من أجل الارتقاء
بهذا الكيان والصرح العملاق وإعلاء شأنه
ورفعته لنظل دائماً وأبداً في الصدارة
ومنارة للعلم والمعرفة،
وفقكم الله وإلى الأمام دائماً



أ.د/ حنان عمارة
أستاذة تمريض النساء والولادة
كلية التمريض
جامعة الزقازيق
ونائب رئيس تحرير المجلة

إن للنشاط الطلابي أثر فعال في عملية التربية والتعليم لكون الطالب أهم عنصر في وضع خطة الأنشطة وتنفيذها،

الأمر الذي يؤدي إلى تعلم أكثر تأثيراً وجاذبية ويساعد

على وجود بيئه تعليميه راقيه كما يساهم في إعداد الشباب.

لذا يجب ان نشجع ابناءنا الطلاب على تنمية هواياتهم وابتكاراتهم في شتى المجالات العلميه والثقافيه والعلميه والفنيه والرياضيه وهذا يساعد على بناء شخصيه وتعزيز لغة الحوار والتوازن والابداع.



د/ نورا محمد عطيه أحمد

مدرس تمريض النساء والولادة

كلية التمريض

جامعة الزقازيق

المدير التنفيذي للمجلة

عزيزي الطالب...

عزيزتي الطالبة...

أصحاب الأقلام البناة ذات المردود الإبداعي المبتكر

فخورة بنبض اناملكم وثرء حصيلتكم اللغوية التي قادها السبيل إلى
صياغة الإبداع في سطور.

والأن أنت اللحظة التي أرتقب فيها نتاج دأبكم ومثابرتكم بخروج هذا
الإصدار المتوج بمحتوي نسجته مخيلتكم وسردته هويتكم المستقلة.

اتمنى لكم مزيداً من الإبداع المتقد والمكمل بالنجاح والتوفيق في
مستقبلكم القادم بسواعدكم الفتية، حفظكم الله ورعاكم وسدد خطاكم.





تنبيه هام

هذه النسخة حصرياً لمجلة هوية
للأنشطة الطلابية بكلية التمريض
جامعة الزقازيق ولا يحق لأى
طرف التصرف بالمحتوى دون
الرجوع لأصحاب المقالات

المحتوى

م	المحتوى	الكاتب	رقم الصفحة
1	باريس	مريم محمد محمد	8
2	دور الممرضة في مستشفى السجن بين التأثير والمسؤوليات	د/ زينب البرامونى	10
3	هل صدقت انا ام هم؟	سلمى عرفة	13
4	منهج مونتييسوري	د/ نشوة احمد	17
5	أجزخانة ممرضبانتوجار	مؤمن هانى عيسوى	20

باريس



بقلم: مريم محمد محمد
جامعة الزقازيق كلية تمريض فرقة
رابعة

تمر عليك لحظات عابرة تتذوق فيها معاني السعادة، قد يأتي عليك وقت وتنقضي تلك اللحظات ولكن لمساتها ساحرة فلها أثر محفور كالندبة لا يمكن محوه، فقد عشت لحظات في عالم الجمال ومدينة السحر، فكيف لك أن تنسى؟ فيا لها من مدينة! ويا لك من محظوظ!

أتدعى باريس؟ أجل إنها باريس مدينة الجمال وسحر العطور، كما أنها وجهة سياحية معروفة وذلك لإحتوائها على العديد من المعالم السياحية ومنها:

١ -نهر السين الذي يقع في منتصف فرنسا والذي يمكن من خلاله القيام بنشاطات الملاحه، إذ يُعتمد عليه في النقل المائي. وأيضا هناك متاحف فنية والتي من أكبرها متحف اللوفر بل أكبرها على الإطلاق، يعد متحف اللوفر من أكبر المتاحف السياحية حول العالم. والجدير بالذكر أن متحف اللوفر يقع داخل قصر اللوفر الذي بُني على أنه قلعة في نهاية القرن 12 ميلاديا.

٢ -برج إيفل الذي يعد من أعظم الإنجازات الهندسية وأشهر المعالم في فرنسا والذي تم إنشاؤه بالكامل من الحديد.



وبالإضافة إلى كونه أول معلم سياحي في فرنسا إلا أنه له مجموعة كبيرة من الاستخدامات المختلفة مثل إجراء البحوث المتنوعة والتجارب العملية وبث التلفزيون والإذاعة، والإضاءة والرصد الجوي.

والآن استمتع بجولة جديدة مع أشهر مأكولات باريس، من الجدير بالذكر أن الفرنسيين أكثر الشعوب المشهورة بفن الطهي، ومن الأطعمة المشهورة في باريس والتي تُقدم للسياح: خبز الباجيت المشهور في فرنسا، وأيضاً بعض المأكولات التي تشتهر بها باريس: اسكارجوتس وماكرونكس.

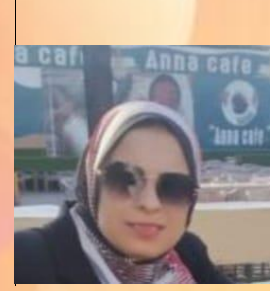
تعرف باريس عاصمة الجمال خاصة في العطور، تُعد المركز الرئيسي لأفضل أنواع العطور، ومن أفضل أنواع العطور التي تتميز بها باريس:

١ -ماركة شانيل المعروفة لدى الجميع في أنحاء العالم، ومن أشهر العطور التي تنتجها تلك الماركة.(Coco Mademoiselle)

٢ -ماركة ديور وتعد (Miss Dior)واحدة من أكثر المنتجات التي تباع لدى ماركة ديور، وهي عبارة عن خليط من نفحات من الورد البلغاري والياسمين والتي تعطيها رونقاً كلاسيكياً، وكذلك يوجد على عنق الزجاجة شريط يعبر عن السيدة الساحرة والجميلة.

وفي الختام، لا نملك إلا كلمات عطرة تعبيراً عن مدى جمال باريس أشهر مدن العالم والتي بالفعل تستحق الزيارة

دور الممرضة في مستشفى السجن بين التأثير والمسؤوليات



د/ زينب البراموني

استاذ مساعد بقسم باطنة وجراحة

تلعب الممرضات دورًا حاسمًا في نظام الرعاية الصحية، حيث إحدى البيئات الصحية الأساسية وهي النظام السجني حيث يقدم الممرضات خدمات لا تقدر بثمن. يستكشف هذا المقال دور الممرضات المتعدد الجوانب في المؤسسات الإصلاحية ويسلط الضوء على مسؤولياتهن، والتحديات التي تواجههن، والتأثير الذي يمكن أن يكون لهن على صحة السجناء والرفاهية العامة.

تقديم الرعاية الصحية الأساسية:

- التقييم وتشخيص الحالات الطبية.
- إدارة الأمراض المزمنة والأمراض السارية.
- إعطاء الأدوية والعلاجات.
- التعامل مع الحالات الطبية الطارئة وتقديم الإسعافات الأولية.

الرعاية الصحية النفسية:

- التعرف على ومعالجة مشاكل الصحة النفسية.
- تقديم الاستشارة والدعم للسجناء.
- مراقبة وإعطاء الأدوية النفسية.

الرعاية الوقائية:



- إجراء الفحوصات والتقييمات الصحية.
- تعزيز التنقيب الصحي وتطبيق التدابير الوقائية.
- إعطاء التطعيمات وإدارة حالات الانتشار الوبائي.

الدعم والدفاع عن حقوق السجناء:

- تكون واجهة بين السجناء ونظام الرعاية الصحية.
- دعم حقوق السجناء في مجال الرعاية الصحية.
- ضمان الوصول العادل للخدمات الطبية.

السلامة والأمان:

- المساهمة في بيئة رعاية صحية آمنة ومأمونة.
- الإلتزام ببروتوكولات الأمان الصارمة.
- التعاون مع ضباط وموظفي السجن.

علاج إدمان المخدرات:

- التقييم وإدارة مشاكل إدمان المخدرات.
- تقديم خدمات التخلص من الإدمان.
- تقديم الاستشارة وبرامج إعادة التأهيل للإدمان.

إدارة سجلات الصحة:

- الحفاظ على سجلات طبية دقيقة وسرية.
- توثيق تفاعلات الرعاية الصحية والعلاجات.
- ضمان الإمتثال للمعايير القانونية والأخلاقية.

التحديات التي تواجهها ممرضات مستشفى السجن:

- التعامل مع مجموعة متنوعة من الحالات الصحية.
- التنقل في المشكلات الأخلاقية المتعلقة بسرية المعلومات بين السجناء والممرضات.



تأثير ممرضات السجون:

- تحسين الصحة العامة للسجناء.
- الحد من انتشار الأمراض داخل المؤسسات الإصلاحية.
- تعزيز إعادة التأهيل وإعادة التوظيف في المجتمع.
- المساهمة في بيئة أكثر أمانًا للسجناء والموظفين.

إن ممرضات اللاتي تعمل في مستشفيات السجون هن بالفعل أبطال غير مُغنى لهن الجدل، حيث يقدمن خدمات الرعاية الصحية الأساسية للفئات المهمشة. تتضمن مسؤولياتهن جوانب متعددة من الرعاية الصحية، بدءًا من الرعاية الطبية الأساسية وصولاً إلى الدعم الصحي النفسي وعلاج الإدمان

هل صدقت انا ام هم؟



فكرة وصياغة: سلمي
عرفة طالبة بالفرقة
الثانية

يشهد عصرنا هذا الكثير من الخلافات بين الآباء والأبناء سواء كانت هذه الخلافات علي المستوي الفكري أو العقلي أو حتي اختلاف وجهات النظر.

فهناك الكثير من الآباء التي تسيطر عليهم فكره أن الأبناء مازلوا غير قادرين علي اتخاذ قراراتهم بأنفسهم لذلك يفعل الآباء والأمهات ذلك عوضا عنهم، اعتقد لأن هذه الطبيعة التي تربوا عليها السمع والطاعة ودعني اوضح مقصدي قبل أن يطرأ علي ذهنك أي سوء تفاهم قد تستنتج من كلامي أنا لا أقول إن طاعة الوالدين غير واجبه بل هي من أهم الأشياء التي لابد أن يسعى كل منا لتحقيقها فلقد وصانا الله عزوجل بذلك في سورة الإسراء قائلا «وبالوالدين احسانا» وفي سورة الاحقاف أيضا «ووصينا الإنسان بوالديه حسنا» تتجلي قيمة طاعة الوالدين في ان الله تعالى ذكرها في كتابه العزيز ولكن استنتني من ذلك حالة امرهم لك بالشرك «وإن جاهدك علي أن تشرك بي ما ليس لك به علم فلا تطعهما» ولم يقل عزوجل اهجرهما بل قال «وصاحبهما في الدنيا معروفا».



نحن لانرفض تماما تدخل والدينا في امورنا ولكن نطلب منهم ترك لنا حرية الاختيار ، نؤمن بوجهة نظرهم ولكن نريد ان نجرب مانشعر به لان هذه الحياه لانريد ان نتخذها من تجارب من سبقونا بل نريد خلق تجربتنا الخاصه.

ما الفائدة من أخذ المغزي من المعركه وأنا لم اخوضها؟!

لدي بعض الآباء طريقه في التفكير وهي «أنا والدك وأريد مصلحتك واسعي من اجلك من اجل راحتك ومصلحتك وتأمين مستقبل لك» .

هذا هو المبدأ الذي يستخدمه الكثيرون في عصرنا هذا، يقضي الأب الكثير من الوقت في العمل بعيدا عن أولاده من اجل كسب الأموال لا أحد يمكنه ينكر الدور العظيم الذي يقوم به الأب من أجل أولاده فهو خير معين ولولا وجوده لمالت الكثير من الأمور

ولكن ما يحتاجه الأولاد فعلا هو أن يفهمهم ويعرف أهدافهم ويشجعهم عليها ولا يقلل منها ابدا.

في ظل الظروف الاقتصادية التي نمر بها يسعى الأب والأم جاهدين لتوفير الاحتياجات اللازمة من أجل أبناءهم لكن الموازنة بين العمل والاهتمام بشئون الأبناء من أسمى الصفات التي اصبحنا نفتقر اليها في هذه الأيام خاصة اذا كان كلا من الأم والأب يعمل.

يبدأ تدخل المؤثرات الخارجية التي تؤثر بشكل جذري علي علاقة الوالدين بأولادهم ومن هذه المؤثرات:

1- زيادة طول المدة التي يقضيها الوالدين خارج المنزل بعيدا عن أولادهم.



2- زيادة التقدم التكنولوجي الذي جعل العالم قرية صغيرة وفتح للأبناء باب التعارف وتكوين الصداقات من خلال المواقع المختلفة.

3- التطور المستمر لمواقع التواصل الإجتماعي الذي يجعل افراد الاسرة الواحدة في نفس البيت يتواصلون خلال الواتساب أو غيره بدلا من التواصل وجها لوجه.

4- إحساس بعض أولياء الأمور بالسيطرة علي أولادهم وعلي قراراتهم سواء في اختيار التخصص الذي يرغب الابن في دراسته أو الرياضة التي يود ممارستها..... الخ.

5- نفور الأبناء من قرارات الآباء رغم أنها في الكثير من الأوقات تكون صحيحة ومجزية ومثمرة أيضا ولكن تغلب هنا طبيعة التمرد والرفض.

من اجل حل الفجوة التي باتت بين كل أب وأبنه وأم وإبنتها لابد لنا من أن نتذكر شيئا مهما إن بداية حل المشكلة يمكن في الإهتمام بها ومعرفة سببها لذلك نناشد الآباء بالإهتمام بأمور أبنائهم لانطلب منه سواء القليل من الوقت لن يؤثر ذلك علي عمله ولو ادعي الأب الإنشغال وعدم توافر الوقت لديه فالأولاد هم أهم وأولي أن تتشغل بهم اجلس معهم وتفهم مشاعرهم ومتطلباتهم واخبرهم أنك تحبهم وتفعل ذلك من أجلهم. إن شعور الابن بأن والده أو والدته يهتمون به لا يضاهيه شعور في الكون .

يقول احدهم «لقد كنت في الصف السادس وعندما كنت مع والدي في موعد مع أحد أصدقائه وسأله في أي صف ادرس اخبره والدي اني ادرس في الصف الرابع، سكت وانزعجت من أن والدي لايعرف بأي صف ادرس»

شعور الأبناء بأنك لاتهتم بهم ولاتعرف تفاصيلهم سبب من أهم أسباب إحداث هذه الفجوة فتجنب ذلك.



تقول إحداهن «لقد كنت احب لعبة الكاراتيه كثيرا ولكن اصرت والدتي علي الذهاب الي تمرين السباحة وأنا لا أريد أن اتعلم السباحة وفي أحد التمارين كدت أن أغرق وبعدها قالت لي لن تذهبي لإي تمرين لإنك لاتجيدين شئ»

اختر لأولادك ولكن بعد معرفة رغبتهم وأعنيهم علي مايريدون حتما ستجد فرق.

قالت لي إحدي صديقاتي «لم أكن أعلم أن الجلسات العائلية ممتعة للغاية فلقد تذكرت كثيرا عن طفولتي وسعدت كثيرا بالجلوس مع عائلتي اعتقد أن الأمر ممتعا أكثر من الجلوس في غرفتي»

حاول ترك مواقع التواصل الإجتماعي قليلا وجدد نشاط علاقتك مع والديك حتما ستجد الفرق ولا تنسي أن تظهر لهم الإمتنان عما يفعلوه من اجلك اخبرهم بأنك تحبهم وتقدر جهدهم من اجلك ستتحسن العلاقة كثيرا وحتما لابد لك من طاعتهم

وعلي الآباء تذكر أنهم كانوا أبناء من قبل وتنمروا أيضا ومروا بنفس هذه المراحل لذلك عليهم معالجة الامر بالطريقة التي كانوا يودون أن يتم معاملتهم بها.

وفي النهاية هل صدقت أنا أم صدق الآباء والأمهات

الاجابة: صدق كلا منا في روايته لذلك علينا تفهم الأمر والأخذ، بكلام الوالدين مع الاهتمام بما نريده وعلي الوالدين ذلك ايضا

منهج مونتيسوري



بقلم: د/نشوة احمد حسين استاذ
مساعد تريض الصحة النفسية
والعقلية ومنسق الدعاية والإعلان
بالمجلة

منهج مونتيسوري التعليمي هو نهج تعليمي تطوري للأطفال تم تطويره بواسطة الطبيبة والعالمية التربوية الإيطالية ماريا مونتيسوري في القرن العشرين. يستند هذا النهج إلى مفهوم مهم وهو أن الأطفال يمكنهم تطوير قدراتهم وإمكانياتهم بشكل طبيعي من خلال البيئة والتفاعل معها. منهج مونتيسوري التعليمي يستخدم للأطفال في مجموعة متنوعة من السياقات والأعمار. إليك بعض الاستخدامات الشائعة لهذا النهج:

رياض الأطفال والمدارس الابتدائية: يُستخدم منهج مونتيسوري في رياض الأطفال والمدارس الابتدائية كوسيلة لتعليم الأطفال في السنوات الأولى من التعليم.

التعليم المنزلي: الآباء والأمهات يمكنهم تطبيق مبادئ منهج مونتيسوري في التعليم المنزلي لأطفالهم.

دور الحضانة ومراكز الرعاية: يمكن استخدام مبادئ منهج مونتيسوري في مراكز الحضانة والرعاية النهارية لتعزيز التنمية الشاملة للأطفال.



التدريب والتعليم المهني: يُستخدم في تدريس المهارات المهنية والتدريب المهني، حيث يمكن للطلاب تطبيق مفاهيم منهج مونتيسوري في مجالات مثل التعليم الصحي والتربية الخاصة.

تعليم الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة: يمكن تكيف منهج مونتيسوري لتلبية احتياجات الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة وتعزيز تطويرهم بشكل شامل.

تنمية مهارات الأهل: يُستخدم في تعليم الآباء والأمهات مهارات تربية تساعد في التفاعل مع أطفالهم بشكل فعال وداعم.

تدريب المعلمين والمرشدين: يُقدم تدريب مونتيسوري للمعلمين والمرشدين لتمكينهم من تقديم هذا النهج بفعالية.

بشكل عام، يمكن تطبيق منهج مونتيسوري في أي سياق تعليمي يهدف إلى تعزيز التعلم النشط وتطوير الشخصية الكاملة للأطفال. منهج مونتيسوري التعليمي يمكن تطبيقه بشكل فعال من خلال اتباع العام للمبادئ والممارسات التالية:

إعداد بيئة مناسبة:

قم بإعداد بيئة تعليمية مُنظمة وجيدة التجهيز تحتوي على مواد تعليمية متنوعة وجذابة. ضع المواد بشكل مناسب بحيث يمكن للأطفال الوصول إليها بسهولة. اتباع مفهوم الحرية والاختيار:

قدم خيارات متعددة للأطفال حتى يتمكنوا من اختيار الأنشطة والمواد التي يشدونها إليها. التشجيع على الاستقلال:

علم الأطفال كيفية القيام بأنشطتهم اليومية بأنفسهم، مثل تنظيف الذات وتناول الطعام. قدم أدوات تعليمية تساعد في تطوير مهاراتهم الحركية.



تشجيع التكرار:

قدم أنشطة تعليمية تمكن الأطفال من ممارسة المهارات والمفاهيم بشكل متكرر.
المراقبة والتفاعل:

كن حاضرًا للمساعدة عند الحاجة وتوجيه الأطفال دون التدخل الزائد.
قدم تقدير وتشجيع لجهودهم وإنجازاتهم.
تطوير مهارات الحياة:

قدم أنشطة تعليمية تعزز مهارات الحياة اليومية مثل التعامل مع الأمور المالية والتفاعل الاجتماعي.
دعم تعلم الأطفال:

اتبع اهتمامات الأطفال وقدم المواد التعليمية والأنشطة التي تناسبهم.
تنظيم البيئة:

حافظ على نظام وتنظيم في البيئة التعليمية لتعزيز التركيز والتعلم.
هذه هي بعض الأسس العامة لتطبيق منهج مونتيسوري. يجب تخصيص النهج وفقًا لاحتياجات
الأطفال والعمر والمستوى التعليمي. يُشجع على التعلم الذاتي والتفكير المستقل من خلال هذا النهج،
وهو يساعد الأطفال على تطوير مهارات حياتية مهمة واكتشاف متعة الاستفادة من التعلم

أجزخانة ممرضبانئوءار



بقلم: مؤمن هانى عيسوى

طالب بالفرقة الثالثة

انا جاي النهاردة وجاييلك الحل لشعرك الى راح من المذاكرة

هكلمك عن كبسولات بانئوءار Pantogar لعلاج تساقط الشعر وزيادة طوله وكثافته

بيتكون من 6مكونات مهمة جدا لعلاج تساقط الشعر وزيادة انباته مرة ثانية وهما

السيستين ودي المادة المكونة للكيراتين داخل الشعر وعلشان كدا هي بتحفز نمو الشعر مرة ثانية من الجذور نفسها

فيتامين ب 5 ودا بيوفر الطاقة اللازمة لنمو خلايا الشعر

الثيامين أو فيتامين ب 1 ودا كمان بيعالج الانيميا نفسها اللي هي منتشرة عند ناس كثير و هي السبب في تساقط الشعر

الخميرة العلاجية ودي بتحتوي علي مجموعة كبيرة من الفيتامينات اللي تعتبر غذاء للشعر وبتزود ضح الدم لفروة الرأس



الكيراتين نفسه ودي المادة الطبيعية المكونة لخلايا الشعر

حمض بارا امينو بنزويك ودا بيمنع ظهور الشعر الابيض علشان بيحافظ علي صبغة الشعر ولونه الاسود الطبيعي

جر عته بتكون كبسولة 3 مرات في اليوم

ممكن الاطفال تستخدمه من عمر 12 سنة وجر عته وقتها بتكون كبسولة مرة أو مرتين في اليوم

فرضا أنت نسييت جرعة معينة وقتها هتاخذ كبسولتين في الجرعة الثانية علشان تحافظ علي 3 كبسولات كل يوم

نتيجته بتظهر بعد شهر علي الاقل من الاستخدام

كورس العلاج لازم نكمل عليه من 3 ل 6 شهور متواصلة

نصيحة اشترى المستورد مش المصري

وفي النهاية حابب اقلك ان ده مجهود اتعمل علشانك وعلشان نفيد بعض ، ومتناساش ان شيرك يعلم غيرك □