كلية التمريض وحدة الصحة الانجابية وتنظيم الاسرة جامعة الزقازيق

**تقرير عن شهر سبتمبر2024**

تحت رعاية معالي الأستاذة الدكتورة نادية محمد طه-عميد الكلية والأستاذة الدكتورة اماني جاد وكيل الكلية لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة والأستاذة الدكتورة حنان عمارة رئيس قسم تمريض النساء والتوليد والأستاذة الدكتورة نورا غنيم مدير وحدة الصحة الإنجابية وتنظيم الأسرة.تم عقد ندوة تثقيفية لفتيات دار الايتام بهرية رزنة بالتعاون مع الأستاذة سالي مديرة الدار

تحت عنوان

**العناية الشخصية أثناء الدورة الشهرية**

حاضرت في تلك الندوة: ا.د /فاتن ابراهيم السبيعي أستاذ مساعد تمريض النساء والتوليد يوم الثلاثاء الموافق ١٧ سبتمبر ٢٠٢٤ فى تمام الساعة الحادية عشر صباحا بمقر الدار حيث قام فريق الاستبيانات تحت إشراف د /اسماء محمد عبد المعطي بإعداد استبيانات التقييم القبلي والبعدي وكشف الحضور كما قامت بتغطية الفاعلية د/حسناء الامام وقامت ا. د/ فاتن السبيعي بتوزيع البروشورات التي اعدتها خصيصا للندوة على الفتيات في حضور مشرفات الدار، وبدأت المحاضرة في إطار سلسلة من المناقشة المفتوحة وطرح الاسئلة

ومن أهم العناصر التي تم القاء الضوء عليها:

* تكوين الجهاز التناسلي الداخلي والخارجي للأنثي
* كيفية العناية الشخصية أثناء الدورة الشهرية بطريقة صحيحة
* قائمة الاطعمة والمشروبات المسموحة و الممنوعة التي يجب توخي الحذر عند تناولها أثناء فترة الحيض
* ما هي الإرشادات التي يجب اتباعها أثناء فترة الحيض
* كيفية استخدام الفوط الصحية والتخلص منها بطريقة آمنة
* الممارسات الرياضية اليومية الصحيحة أثناء فترة الحيض

وبعد انتهاء الندوة قامت مديرة الدار بعمل جولة حرة للوفد المرافق من الكلية بداخل طوابق المبنى وغرف الفتيات الخاصة بالنوم وحجرات مخصصة للمذاكرة وأخرى للترفيه بالإضافة إلى المطعم والمطبخ الخاص بطهي وجبات الفتيات وورشة الأعمال الفنية والحرفية الخاصة بالفتيات

وأشادت ا. د/ أماني جاد وكيل الكلية لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة بنظافة المكان وجودة التهوية ونظافة دورات المياه والقائمين على خدمة الدار والخطة الممنهجة التي تتبعها الدار في رعاية الفتيات بصورة مشرفة، وحرصت معالي الوكيلة والوفد المرافق على تقديم بعض المساهمات المادية والعينية بإسم كلية التمريض جامعة الزقازيق (قطاع شئون البيئة) كنقطة انطلاق لتشجيع كافة الجهات على دعم مؤسسات الرعاية قدر المستطاع وتوفير سبل الراحة والأمان لتلك الفئات

وفي نهاية اليوم تم توزيع الحلوى والاطعمة والهدايا والفوط الصحية على الفتيات لتحفيزهن على العناية الشخصية أثناء الدورة الشهرية بطريقة فعالة وآمنة، وكذلك بعض الأدوات الدراسية المكتبية تزامنا مع بداية العام الدراسي الجديد

نتمنى أن نكون قد حققنا أقصى فائدة ممكنة لفتيات الدار وعلى وعد بتكرار الزيارة في القريب العاجل🌹❤️

**مدير الوحدة نائب رئيس مجلس الادارة وكيل الكلية لشئون البيئة عميد الكلية**

ا.م.د/ نورا غنيم ا.د / حنان عمارة ا.د/ امانى حامد جاد ا.د/ نادية محمد طه





