



جمعية رفيدة
لصحة المرأة
Rofaida Women's
Health Organisation

الشقرير السنوي

٢٠٢٤ / ١٤٤٦



كوني واعية ومستمعة لجسدي وتمتعي به
جمعية رفيدة لصحة المرأة

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

المحتوى



كلمة صاحبة السمو الملكي الأميرة موضي بنت خالد بن عبدالعزيز	01
من نحن	03
رؤيتنا	03
رسالتنا	03
قيمنا	03
أهدافنا	03
المؤسسين	05
أعضاء مجلس الإدارة (الدورة الثانية)	07
أعضاء الجمعية العمومية	09
اللجان	11
الهيكل الإداري	13

خبراء رفيدة	15
احتفالاتنا وتوقيع الاتفاقيات	23
برامج التثقيف	28
برامج التدريب	53
برامج التمكين	71
الحملات ومشاركات رفيدة	83
الأيام العالمية	94
شركاؤنا	99
العضوية	103
التقرير المالي	108



بيان أيديكم تقرير أعمال جمعية رفيدة لصحة المرأة للعام التاسع 2024م والتي تأسست بداعٍ وحرص مجموعة من المهتمين بشؤون المرأة. الذين بادروا بإيجاد مظلة رسمية وكيان مستقل ليمثل مفهوم صحة المرأة بشكل مؤسسي. الجمعية متخصصة في مجالها آخذة بالاعتبار كل ما هو جديد من وسائل وأفكار وتطبيقات تساعد وتؤدي إلى تحقيق الأفضل في القطاع الثالث، وتسعى لرفع الوعي وتسهيل الوصول إلى الخدمات وتحسين المهارات الصريرة المتعلقة بالصحة الجنسية والإنجابية.

وفي هذا الجانب صدرت خلال العام 2024م عدد من القرارات والتشريعات المتعلقة بصحة المرأة والتي تهدف إلى تطويرها وتمكينها وتذليل المعوقات والصعوبات التي تواجهها، مما يحتم علينا المضي قدماً في مواصلة مسيرتنا والعمل على المشاركة في تحقيق رؤية المملكة 2030 والذي سيكون الاعتماد الرئيسي والكبير فيها على القطاع غير الربحي وقطاع العمل الأهلي ومؤسسات المجتمع المدني.

ونؤكد في الجمعية أننا نتطلع إلى أن تكون جميعاً شركاء في العمل المنظم وفق خطط واستراتيجيات مزنة تستوعب ثقافات مجتمعنا وتنوع بيئاته الاجتماعية، وشركاء أيضاً في نشر ثقافة صحة المرأة ورفع جودة الحياة.

موضي بنت خالد بن عبد العزيز آل سعود
رئيس مجلس إدارة جمعية رفيدة لصحة المرأة



جمعية رفيدة
لصحة المرأة

Rofaida Women's
Health Organisation

من نحن



أن يكون لدى المرأة العلم والقدرة والسياسات الداعمة التي تمكّنها من اتخاذ القرارات الصحيحة السليمة.



لتلزم بتعزيز صحة المرأة من خلال تقديم المعلومات الموثقة والبرامج الفعالة والمساهمة الاستراتيجية في توجيه السياسات التي تخدم صحة المرأة في المملكة.



التعاون: نعمل مع من يشاركونا رؤيتنا.
الابتكار: نستخدم طرق غير تقليدية لتحقيق أهدافنا.
الفاعلية: نصمم برامج لها أثر إيجابي على المجتمع.
التجاوب: نشرك المجتمع في تصميم برامج مبنية على احتياجات المستفيدين.

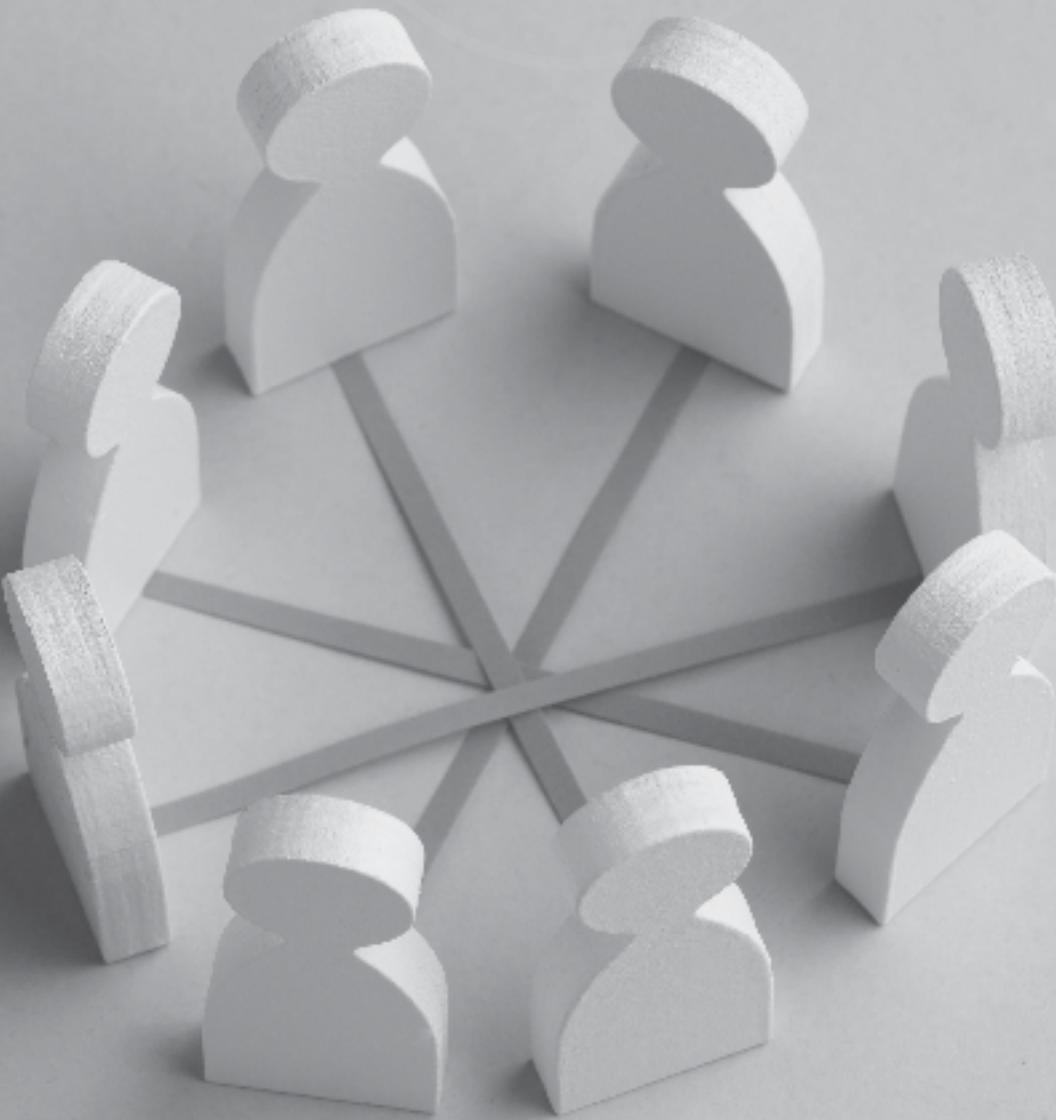


- رفع الوعي بالصحة الجنسية والإنجابية.
- تحسين المهارات الصحية المتعلقة بالصحة الجنسية والإنجابية.
- تسهيل الوصول إلى الخدمات الصحية الجنسية والإنجابية.

منظمة غير ربحية تسعى لأن يكون لدى المرأة المعرفة اللازمة والقدرة والسياسات الداعمة التي تمكّنها من اتخاذ القرارات الصحيحة السليمة في حياتها من خلال تقديم المعلومات الموثقة والبرامج الفعالة والمساهمة الاستراتيجية في توجيه السياسات التي تخدم صحة المرأة في المملكة.

تمتد طموحاتنا إلى أبعد من توفير المعلومات الصحية فحسب، بل غايتنا هي تحفيز ثقافة الحوار، والتأثير، والتغيير.

في رفيدة هدفنا تمهد الطريق من أجل التواصل الحقيقي والصادق حول المشاكل الصحية الجنسية والإنجابية التي قد تعاني منها السيدات، ومن ثم العمل على توفير الحلول المبتكرة وغير تقليدية التي تلبي مطالبهن بطرق فعالة.



ପ୍ରକାଶନ

- صاحبة السمو الملكي الأميرة موضي بنت خالد بن عبد العزيز آل سعود ■ الأستاذ المهند بن يوسف بن إبراهيم الحسون
- الدكتوره فاطمة بنت سعيد بن محمد آل هملان ■ الأستاذ أحمد بن راضي ميس العنزي
- الدكتور نزيه بن شجاع ضياء الدين العثماني (رحمه الله) ■ الأستاذة أمينة بنت محمد عيسى قدورة
- الدكتور جبريل بن حسن بن محمد عريشي (رحمه الله) ■ الأستاذة حنين بنت محمد بن سعيد الغامدي
- الدكتورة تغريد بنت محمد عبدالعزيز الغيث ■ الأستاذة رزان بنت محمد بن كمال دقماق
- الدكتورة رنيم بنت أسامة صالح سالم ■ الأستاذة رهام بنت علي محمد الجمعة
- الدكتورة وسام بنت إبراهيم يوسف كردي ■ الأستاذة مها بنت علي عبدالهادي الغامدي
- الدكتورة زينة بنت خالد بن عبد الرحمن أبو حسان ■ الأستاذة شدا بنت عبدالله بن عثمان الدهش
- الدكتورة طرفة بنت عبد الله بن عبد العزيز بن معمر ■ الأستاذ عبد الرحمن بن سعيد بن محمد آل هملان
- الدكتور إسماعيل بن عبد الرحمن إسماعيل البدوي ■ الأستاذة لولوة بنت نزار حسين الصالح
- الدكتورة سعاد بنت محمد عامر آل عبدالله ■ الأستاذة مريم بنت خالد عبدالله السمعايل
- الدكتورة دانة بنت محمد عبدالعزيز بخيت ■ الأستاذة ندى بنت علاء محمد الحارثي

(ԱՐԵՐՈՒՄ ԱՊՐԻ)

ԽԾՆԴ ՏՎԱՐՆ ԱՐԱՐ



الأستاذة
سندس بنت عادل بن عبد الجليل بترجي
المشرف العالى

الدكتورة
فاطمة بنت سعيد محمد آل هملان
نائب رئيس مجلس الإدارة

صاحب السمو الملكي الأميرة
موضي بنت خالد بن عبد العزيز آل سعود
رئيس مجلس إدارة الجمعية

الدكتورة
وسام بنت إبراهيم يوسف كردي
عضو مجلس إدارة

الأستاذة
فوزية بنت راشد بن عبد الرحمن الراشد
عضو مجلس إدارة

المهندس
ماجد بن سعد بن حمود العصيمي
عضو مجلس إدارة

الأستاذة
ندى بنت علاء محمد الحارثي
عضو مجلس إدارة

الأستاذ
أحمد بن راضي ميس العنزي
عضو مجلس إدارة

الدكتورة
رنيم بنت أسامة صالح سالم
عضو مجلس إدارة



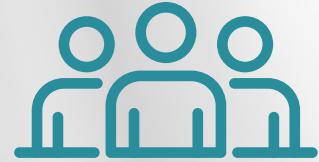
ଇନ୍ଦ୍ରା ପାଠ୍ୟ



- صاحبة السمو الملكي الأميرة موضي بنت خالد بن عبد العزيز آل سعود ■ الأستاذة لولوة بنت نزار حسين الصالح
- المهندس ماجد بن سعد بن حمود العصيمي ■ الدكتورة فاطمة بنت سعيد بن محمد آل هملان
- الأستاذة مريم بنت خالد عبدالله السعمايل ■ الأستاذ أحمد بن راضي ميس العنزي
- الأستاذة مها بنت علي عبدالهادي الغامدي ■ الأستاذة أمينة بنت محمد عيسى قدورة
- الأستاذة ندى بنت علاء محمد الحارثي ■ الأستاذة حنين بنت محمد بن سعيد الغامدي
- الدكتورة وسام بنت إبراهيم يوسف كردي ■ الدكتورة رنيم بنت أسامة صالح سالم
- الأستاذة جيهان بنت عبدالله فيصل الحربي ■ الأستاذة رهام بنت علي محمد الجمعة
- الأستاذة سلافة بنت عادل عبدالجليل بترجي ■ الأستاذة سندس بنت عادل بن عبد الجليل بترجي
- الأستاذة زيندة بنت غالب عبدالله الشبل ■ الأستاذ عبد الرحمن بن سعيد بن محمد آل هملان
- الدكتورة هيفاء بنت صالح محمد النافع ■ الأستاذة فوزية بنت راشد بن عبد الرحمن الراشد

સ્કૂલ
પાઠી





لجنة المراجعة والتدقيق

- الدكتورة رنيم بنت أسامة سالم
- الدكتورة وسام بنت إبراهيم كردي
- الأستاذ أحمد بن راضي ميس العنزي

المراجع الداخلي

الأستاذة جيهان بنت عبدالله الحربي



لجنة التمويل والاستثمار

- المهندس ماجد بن سعد العصيمي
- الأستاذة فوزية بنت راشد الراشد
- الأستاذة ندى بنت علاء محمد الحارثي



اللجنة التنفيذية

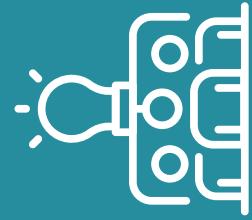
صاحب السمو الملكي

الأميرة موضي بنت خالد بن عبدالعزيز

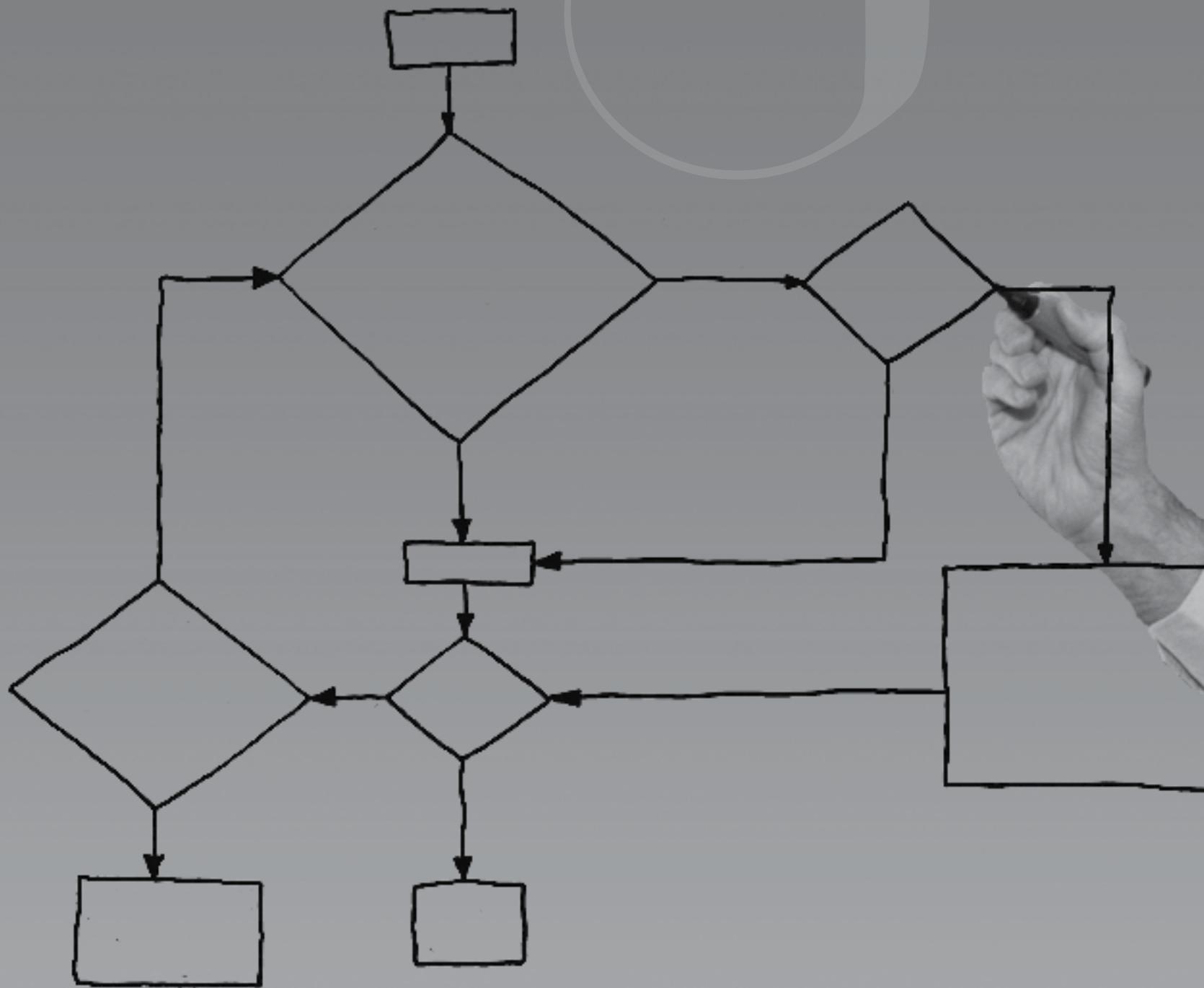
• الدكتورة فاطمة بنت سعيد آل هملان

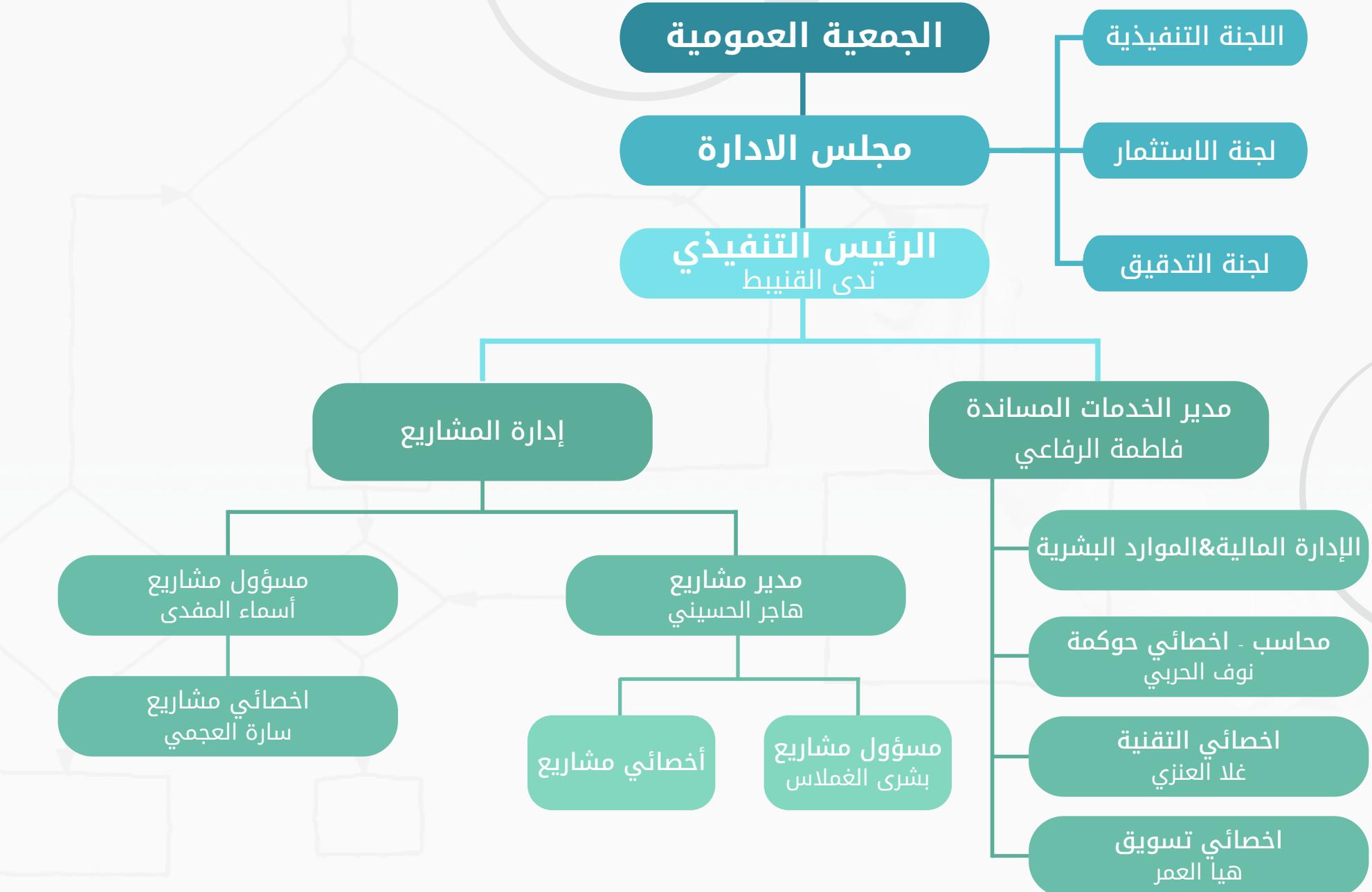
• الأستاذة سندس بنت عادل بن عبد

الجليل بترجي



תְּסִינָּל אַלְמָנָּה:







ජාතික ප්‍රාග්ධන



- | | | |
|-----------------------------|-------------------|------------------|
| د. ابراهيم منصور | د. فهد اليامي | د. ندى منشي |
| أ. سارة العتيبي | د. طرفة المعمري | د. بداية العنزي |
| د. مشاري العبداللطيف | أ. ميرفانا الشريف | د. حنان الشنقيطي |
| د. أمينة بوت | د. فادية الخطابي | د. نوره الرويلي |
| د. صالح الغامدي -رحمه الله- | د. احمد الصانع | د. نعشه الهاجري |
| د. مزنة التريكي | د. طيف محمد الحمد | د. ماجد فادن |
| د. ريان عبدالواحد | د. رجوى الجابري | د. رشا الخالد |
| وئام عسيري | د. لعي الشريف | د. خالد الوادي |

- | | | |
|------------------|-------------------------|---------------------|
| أ. وجдан آل سالم | أ. بدر العنزي | د. نادية بانافع |
| أ. سارة الشهري | أ. أفنان السياري | د. سارة فرهود |
| أ. أماني الحازمي | أ. ربى العمير | د. محمد الحاجي |
| أ.أمل الشراري | أ. إباء الصباغ | أ. غالية الخالدي |
| أ. تعاشر الخليل | فريق وي رن | أ. أمة الله باحاذق |
| أ. ملاك العتيبي | فريق يلا باليك | أ. منى شرف |
| أ. روان القناص | الأخصائية العنود الدويس | أ. سحابة المالكي |
| د. براء مازي | أ. غادة العيدبي | أ. الجوهرة التكروني |

- 
- د. عزام العتيبي
- د. هيا زيدان
- د. منال الفارج
- د. دانيا الجارودي
- د. بسمة الوهابي
- د. فادية البحيران
- د. منى الصومالي
- د. احمد الايوبي
- د. شادن الكثري
- د. منصور الهجلة
- أ. شروق محمد علي المديفر
- د. لمياء الابراهيم
- أ. جمانه صالح العويفي
- د. مها العنيف
- د. لمياء السبيعبي



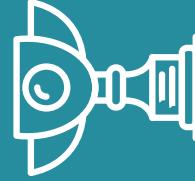
॥ਜੀਗ਼ਹਿ॥



- | | | |
|-----------------------------------|----------------------------------|--------------------------------|
| يارا ماجد سعيد الزهراني | خالد احمد عبدالكريم البدري | غادة الحارثي |
| شادن عبدالله محمد بن زيدان | عبدالملك حمد بن عبدالعزيز الصبيح | سارة محمد مبارك الدوسري |
| همس محمد احمد الفيفي | فاطمة محمد صالح الوادعي | وفاء دخيل الله محمد الجهنفي |
| جمانه عبدالكريم نايف العنزي | مودة احمد بن محمد المصطفى فال | حسام حسين مصطفى عبيد |
| الشريفه ميرفانا فوزان حمود الحارث | سميه محمد بن احمد الغامدي | جمانه يوسف صالح ال خثير |
| الجوهره عبدالله بن قطنان العتيبي | سارة عبدالرحمن منصور الحميدي | سرور عبدالله عبدالرحمن الشريهي |
| سارة عايض بن عبدالله العتيبي | ريماز سعود عبدالعزيز الفهد | ايتار ايمن صدقه كيال |
| منيره عبدالله سلطان السلطان | روان سعود بن ناصر المطيري | الطااف عبدالله نزال العنزي |
| أرجوان صالح عبدالله الكثيري | طيف ناصر سعد الزكري | ملاذ التركي |
| نجود حسن هادي السهلي | رنا محمد بن علي برناوي | سويد عبدالعزيز سويد السويد |
| مريم مهند الزين | عادل غرم الله عابد المالكي | هيف محمد فراس محمد هيثم غزال |
| يسرا امان | شهيد عبدالرحمن محمد الجشعم | خلود سعيد غازي العتيبي |
| يارا خالد فيصل السعد | رزان بدر غنيم الغنيم | محمد سعيد فرج بكر |

جوانا محمد بوشى	الهنوف مفرح حسين الوداعي	ساره ادريس
جواهر عبدالعزيز ابراهيم العمر	لجين حمزه غازي الاسمرى	نور سعير بن احمد القنفذى
لعي عواد محمد الظاهري	ساره سامي عبدالعزيز رحيم الدين	حمزه يحيى يحيى عريشي
مريم موسى بن احمد الحازمي	رنيم خالد محمد حسن	ريم يحيى عبدالله الزبيدي
عائشة علي حسن القطانى	البتول عبدالله محمد عسيري	ريم منصور محمد الثارى
طه محمد دسوقى عبده	رقد مانع دليم القطانى	الزهراء اسماء القطمه
جود محمد بن عبدالله آل خميس	ليان يحيى فهد القطانى	شذا علي عبدالرحمن الرومي
لين عبدالرحمن ذيب القطانى	ارام غانم معاذ الرويلي	شادن سالم مخلف الكويكبي
مجد سلمان احمد حريصي	خزامى طارق مفضي الغالي	اصالة محمد الحنش
قمر فيصل نايف الحربي	روتيرا شيفا كومار	نوره نزال بن راشد الرويلي
لينا عبدالله محمد الزينيتان	فاطمه عبدالله سعيد الزهراني	عائشه جابر قاسم مشيخي
ريانه ابراهيم بن عبدالله السعيد	ولاء خالد سعيد باحفظ الله	رهان مقرن ابراهيم العقرن
رقد علي محمد حمومان	دعاء محمد سعيد الشمرى	مروه احمد بن محمد المصطفى فال

ريما عبدالله بن محمد الجبر	يارا الكناني	جود عبدالله رمضان الشهري
فالح عبدالله بن فلاح السبياعي	أسيل خالد العنزي	فاطمة مطر فهد الشهري
مراد سالم صالح المصعبي	خلود الحارثي	شادن فهد براهيم الصویلح
احمد زعل عميشان الحجري	تغريد ابراهيم الرشيد	رسيل علي خزام رويع
سامي فهد عبدالعزيز العقيلي	ابتسام حامد القرني	اشواق حسن سالم القحطاني
سلمان عبدالله زيد الجندي	دين حسين	ایان فهد عبدالله الجمعة
علي سراج بن جبران اليامي	لين العبدالجبار	لين محمد الرويشدي
عبدالعزيز فاين صالح المنصوري	البتول رشдан المطيري	أمجاد سعد بن عبدالله السليمان
مساعد مفهي خليفه العنزي	غادة عبدالعزيز الحارثي	فضل الدوسري
صالح عبدالرحمن محمد الغفيص	لهى الحربي	سارة ساعد الغامدي
	ايمان سالم المشعل	جنى عاطف
	مهند خلف بن ضاوي المطيري	لعي صبابي
	ريمه ناصر عويض البقعبي	عهد محمد



2024

9 (၃၂၁၂ ဧပြီ)

၂၀၂၄

اتفاقية جمعية رفيدة مع مركز بايوفت

توقيع اتفاقية تعاون مع مركز بايوفت لغرض نشر الوعي وتعزيز الممارسات الصحية في مجالات صحة المرأة.



اتفاقية جمعية رفيدة مع بنك الجزيرة

توقيع اتفاقية تعاون مع بنك الجزيرة لغرض نشر الوعي وتعزيز الممارسات الصحية في مجالات صحة المرأة.



اتفاقية توقيع مع مركز فيزوترابيا

توقيع اتفاقية تعاون مع مركز فيزوترابيا لغرض نشر الوعي وتعزيز
العمارات الصحية في مجالات صحة المرأة.

صور من توقيع الاتفاقية



اتفاقية تعاون



<https://kafala.org> | kafala.org | www.kafala.org.sa

اتفاقية توقيع مع مكتب المحامية غادة العيدى

توقيع اتفاقية تعاون مع مكتب المحامية غادة العيدى لغرض نشر الوعي القانوني في مجالات صحة المرأة.



اتفاقية توقيع مع مركز رتيم الرياضي

توقيع اتفاقية تعاون مع مركز رتيم الرياضي لغرض نشر الوعي وتعزيز الممارسات الصحية في مجالات صحة المرأة.



جمعية رُفيدة لصحة المرأة توقع اتفاقية تعاون مع جامعة الفيصل

بهدف تحديد إطار تعاون مشترك بين الطرفين لخدمة المصالح والأهداف الاستراتيجية المبنية من رؤية المملكة 2030 وكذلك أهداف التنمية المستدامة.





ମୁଦ୍ରଣ ପ୍ରକାଶନ

بودكاست

بدون خجل

2024



قدمت رفيد مشروع "بدون خجل" وهو عبارة عن لقاء حواري للمستفيدات مع ذوي الخبرة. نهدف من خلاله إلى نشر الوعي في المجتمع وتوفير بيئة آمنة و الخاصة، نتحدث فيه بصدق وبدون خجل أو قلق عن الأحكام المسبقة. حيث قدمت رفيدة خلال عام 2024 م 14 لقاء موجهة إلى النساء من عمر 18 سنة فما فوق ومن أجل ذلك فقد تعاونت الجمعية مع الخبراء وفي العديد من التخصصات لضمان إيصال المعلومات بشكل صحيح وموثوق.

[رابط المقالة](#)

إجمالي التفاعل
خلال العام

857,139



تأثير العنف على المرأة

ضيف اللقاء: د. فادية الخطابي
تقديم اللقاء: أ. غزل بري



طرق التعامل مع "الحمل عالي الخطورة"

ضيف اللقاء: د. ماجد فادن
تقديم اللقاء: أ. غزل بري



العناية بالمنطقة الخاصة

ضيف اللقاء: د. بداية العنزي
تقديم اللقاء: أ. غزل بري



تسمم الحمل

ضيف اللقاء: د. نوره الرويلي
تقديم اللقاء: أ. غزل بري



سرطان عنق الرحم

ضيف اللقاء: د. ندى منشي
تقديم اللقاء: أ. غزل بري



التعافي من سرطان الثدي

ضيف اللقاء: أ. ميرفانا الشريف
تقديم اللقاء: أ. غزل بري



الدورة الشهرية في رمضان

ضيف اللقاء: د. حنان الشنقيطي
تقديم اللقاء: أ. غزل بري



دور العلاج الطبيعي قبل وأثناء وبعد العمل

ضيف اللقاء: أ. العنود الدويش
تقديم اللقاء: أ. غزل بري



وسائل تنظيم العمل

ضيف اللقاء: د. نعمة الهاجري
تقديم اللقاء: أ. غزل بري



الجوانب الطبية المتعلقة بالتهاب المسالك البولية

ضيف اللقاء: د. ماجد فادن
تقديم اللقاء: أ. غزل بري



الجوانب الطبية المتعلقة بالصحة الجنسية والإنجابية

ضيف اللقاء: د. طرفة المعمري
تقديم اللقاء: أ. غزل بري



متلازمة تكيسات المبيض

ضيف اللقاء: د. رشا خالد
تقديم اللقاء: أ. غزل بري



الخصوصية و الحفاظ عليها

ضيف اللقاء: د. أحمد الصانع
تقديم اللقاء: أ. غزل بري



الأورام النسائية الأكثر شيوعا في السعودية

ضيف اللقاء: د. خالد الوادي
تقديم اللقاء: أ. غزل بري

مشروع النفاس الآمن



النفاس الآمن

Safe Puerperium

بادرت الجمعية إلى إطلاق مبادرة "النفاس الآمن" وهي مبادرة تهدف لتعزيز صحة المرأة الجنسية الإنجابية بشكل عام، وفترة النفاس بشكل خاص عبارة عن سلسلة من اللقاءات و الحوارات للمستفيدات مع ذوي الخبرة بشكل شهري عبر (انستقرام / سبيس / زوم). الرعاية الصحية الخامسة (الولادة الآمنة) وتصحيح المفاهيم الخاطئة.

تنفيذ البرنامج:

يتناول برنامج النفاس الآمن كافة المراحل لفترة النفاس وما بعد الولادة من الآم المخاض إلى العناية بالمواليد، من خلال لقاءات مع خبراء متخصصين في صحة المرأة الجنسية والإنجابية، وتكون على شكل جلسات حوارية افتراضية.

[رابط الملفة](#)

لقاءات 2024



ورشة النفاس الآمن 1

تقديمها: د. لفي الشرييف



تطعيمات الألم

ضيف اللقاء: د. رجوى الجابري



إبرة فصيلة الدم

ضيف اللقاء: د. طيف محمد الحمد



حملة النفاس الآمن



ورشة النفاس الآمن 2

ضيف اللقاء: د. رجوى الجابري

حملة النفاس الآمن

جروح الولادة والتنامها

لعام الجروح بعد الولادة

2

جروح البطن أو العمليات المخبرية

عاجلاً يمكّنون بعد العمليات المخبرية
عمرها وادعماً إضافياً

1

جروح العجان وت分成 إلى:

- جروح ناجحة عن التفخيم.
- جروح سبب شلل التفخيم.

هل بالإمكان تفادياً حدوث جروح العجان؟

يمكن للمرأة مراقبة كل من حمل ثبات، تعرضاً من التردد الأذربيجاني، تكون مع الأدوية ولا تأخذ في الأدوية، والتزام جرح العجان من قبل حداً

؟

هل تبدأ فترة النعاضي من الجروح بعد الولادة؟

خلال الساعات الأولى وتمتد إلى الليل جرح المفبركة المعمق التي ألم بها

؟

جامعة الملك عبد الله للعلوم والتقنية

جامعة الملك عبد الله للعلوم والتقنية

جرح الولادة القيصرية والعنابة به	
المواعظ التي تساعد على معهدة النعيم الجدد	هل يجب عليه حجر الفطريه؟
الضرر المائي والجفاف	هل يمكن حمل 24 ساعه على المنهى
الفساد	هل ينفع عرق قرني فرنطة العبر
الغذاء لغيره وغسله	لا ينفع عرق قرن فرنطة العبر
التقطير من العصبيات داخل	لذلك ينصح بالاستشارة مع الطبيب
القديس العذير (روان)	ألا وهو أعلم بحال المريض
الخطوة الأولى في إزالة العصب	في الموارد التي لا يجد مسكن للألم
وإذ لا يجد المسكن	ويجب اللجوء إلى الأدوية المهدئه
فإنها في مسكن	حيث يمكن ادخال المسكن
فـ ٣٠ جرام في كل خطوة	كثير المرض ان انت القائم
الخطوة الثانية في إزالة العصب	عدم وجود مسكن في المتناول
الخطوة الثالثة في إزالة العصب	هل استخدام المخدرات والمهدئات المخدر
والخطوة الرابعة في إزالة العصب	في المقام الوجه
والخطوة الخامسة في إزالة العصب	السائل المخدر يدخل إلى المخدر
والخطوة السادسة في إزالة العصب	أو تسبب نعنة على المخ

العناية بالجروح بعد الولادة في المنزل

- بعد إزالة الصمام لابد من إبقاء الجرح جافاً من الماء والصبار.
- عدم لفظطنه مرة أخرى.
- استخدام الماء والصابون اللات الاستخدام بدون هر크 أو دعك الجرح وتسليمه بمثقب بظرفه الطبي.
- عدم وضع أي شيء عليه.

مشروع التوعية للسجينات

بادرت الجمعية إلى إطلاق مشروع توعوي مقدم إلى نزيلات سجن النساء بالرياض حول مواضيع صحة المرأة والتعريف بأهم الأمراض الجنسية والوقاية منها والتوعية بالورم الحليمي وأهمية أخذ اللقاح.

تفاصيل تنفيذ المشروع:

تم تنفيذ البرنامج حضوري بـ 4 مرات للنزلات بسجن النساء بالرياض

عدد
المستفيدات

100



مشروع التوعية لليتيمات

بادرت الجمعية بتنفيذ حملة شاملة تهدف إلى تقديم محاضرات وجلسات توعية للفتيات اليتيمات حول مواضيع صحة المرأة العامة وصحتها الجنسية والإيجابية والتعريف بأهم الأمراض النسائية وطرق الوقاية منها



تفاصيل تنفيذ المشروع:

تم تنفيذ البرنامج عدد 2 مرة للفئات التابعة لفرع وزارة الموارد البشرية والتنمية الاجتماعية بالرياض منها دار التربية الاجتماعية للبنات بالرياض حيث تم تقديمها لليتيمات ونزيلاً موظفات الدار

عدد
المستفيدات
80

لقاء العافية السعودي



هدف اللقاء: تعزيز الوعي بصحة المرأة والعافية من خلال تقديم معلومات عملية وأحدث الأبحاث لدعم صحة المرأة على المستوى الجسدي والنفسي.

المشاركون: مجموعة من الأطباء والمخترعين في الصحة العامة والعافية الشاملة، واستشاري الصحة، بالإضافة إلى مدربين لياقة ومعالجين.

الفئات المستهدفة: أفراد المجتمع، الطلاب الجامعيون، مقدمو الرعاية الصحية، النساء المهتمات بالعافية الشاملة.

إجمالي التفاعل
على جميع المنصات
ال التواصل الاجتماعي

180,739



اللقاء السعودي الأول للعافية والتشافي: وبها نبدأ

Saturday 26th October 2024

12:00 - 06:00 PM

Alfaaisal University

التسجيل	12:30 - 1:00
الكلمة الترحيبية	1:00 - 1:15
دكتورة براء الغالبini، وكيلة كلية الطب ورئيسة قسم طب الأسرة والمجتمع، جامعة الفيصل	
الجلسة الأولى: الفحص والوقاية	
مديرة الحوار: د. فاطمة الهملان، مؤسسة وائلة رئيس جمعية رفيدة لصحة المرأة	
قصة رحلة العافية من سلطان عنق الرحم ، سارة الغالبini، الرئيس التنفيذي لشركة BOCO Life Consulting	1:15 - 1:30
صحة ووعاء المرأة عن طريق التطبيقات الشمولية د. أسماء الألوسي، أستاذية أمراض النساء	1:30 - 1:45
نهج العافية الشاملة: مفاهيم وتحليل تطبيقة جسم الإنسان المعقّدة د. ريان عبدالواحد، مدرب العافية الشاملة والمؤسس المشارك لمراكز INSIJAM	1:45 - 2:00
جلسة نقاش - فحص وتحارب من المجتمع	2:00 - 2:30
الجلسة الثانية: مفاوضات اليوم وأثرها على الصحة النفسية مديرة الحوار: د. هناء زيدان، مدحتة في الاستشارات حول صحة ورعاية الأمومة	
نهج العافية: خطوات إدارة التوتر د. محمد الحبشي، مدير وحدة الرعاية السلوكي وأستاذ مساعد في جامعة الفيصل	2:30 - 2:45
تأثير النجوب المنفذ والأشواحد على صحة المرأة د. نادية راغب، طبيبة في الطب التكميلي ومدرسة صحبة دور النشاط البدني والتنفس في تحسين جودة النوم	2:45 - 3:00
دور النشاط البدني والتنفس في تحسين جودة النوم د. سارة فرهود، طبيبة رياضية ومؤسسة لدن بجري	3:00 - 3:15
جلسة نقاش - فحص وتحارب من المجتمع	3:15 - 3:30
استراحة و وقت الصلاة	
جلسات التمارين اختر الجلسة التي تناسبك	
اليوغا : مع عالية الحالدي، مدربة دينية ومؤسسية مركز ساكورا للعافية تاي شنி مع أم الله باداني، مدربة ودورة مركز إنتم الرياضي	4:00 - 5:00
تنشيط عملية التنفس مع د. ريان عبدالواحد، مدرب الطبع الشمولى	
التأمل مع منى شرف، مدربة اللياقة البدنية والمغعلجة الثبت المصمم العضلي الباتامكي مع أخصائية العلاج الطبيعي أمانة السباري وأخصائية العلاج الطبيعي ربي العصمرى	5:00 - 6:00
صحة الدخوض مع أخصائية العلاج الطبيعي سهابة الملاكي وأخصائية العلاج الطبيعي الجوهرة التركونى بيئة العمل المثالية (علم إعادة التأهيل والعلاج المهنى) مع أخصائية العلاج الوظيفي بدر العنزي والمدربة نادرة العمري	
وقت الصلاة	
أنشطة العربي والدراجات: اختر التمارين الذي يناسب اهتماماتك. سئّام جميع الأنشطة في نفس الوقت	6:00 - 7:00
الجري - مع فريق We Run ركوب الدراجات - مع فريق Yalla Bike	
شاركوا جلستنا التالية بأداء ممتعة وخيارات أطعمة متعددة خلال كافة أوقات الفعالية	

REGISTER NOW



The 1st Saudi Wellness Meet: Start with Women

Saturday 26th October 2024

12:00 - 06:00 PM

Alfaaisal University

Registration	
Opening Remarks: Dr. Baraa AlGhaliny	Chair of Family & Community Medicine Department, Alfaaisal University
Panel 1 : Screening and Prevention	Moderator: Dr.Fatimah S.Alhamlan Founder and VP, Rofaida Women's Health Organization
1:15 - 1:30	Surviving and Thriving: A Cervical Cancer Survivor's Journey to Wellness Eng. Sara H. Al Otaibi, (CEO, BOCO Life Consulting)
1:30 - 1:45	Screening with Purpose: A holistic Approach to Women's Health and Wellness Dr.Ahmed Z. Alayobi, (OBGYN Consultant & Holistic Health Advocate)
1:45 - 2:00	The Holistic Wellness Approach: Observing and Analyzing How Beautifully Complex We Are Dr. Rayyan Abdulwahid (Holistic Wellness Coach, Co-founder of Echo Center and INSIJAM)
2:00 - 2:30	Discussion- Stories and Reflections from the Community
2:30 - 2:45	Panel 2: Mental Health and Well-being
2:45 - 3:00	Moderator: Dr.Haya Zaidan, counseling on maternity health
3:00 - 3:15	Nudging Towards Wellness: The Journey of Small Steps for Stress Management Dr. Mohammed Alhajji (Nudging Unit Director, & Adjunct Professor, Alfaaisal University)
3:15 - 3:30	Sleeping Pills and Adaptogens: Navigating the Fine Line Between Relief and Abuse Dr. Nadia Banafae (Integrative Medicine Physician & Health Coach)
3:30 - 3:45	The Role of Physical Activity in Managing Sleep Deprivation & Breathing Session. Dr. Sara Farhoud (Physiatrist, Sport Medicine, Athlete) Founder of "We Run"
3:45 - 4:00	Discussion- Stories and Reflections from the Community
4:00 - 4:15	Break & Prayer Time (30 Min)
4:15 - 4:30	Paralell Sessions All activities will occur simultaneously
4:30 - 4:45	Yoga: Ms. Ghala Alkhaldi (Wellness facilitator and Founder of Sakura Wellness)
4:45 - 5:00	Tai Chi: Amina ba hatheq Master Trainer, CEO, Ratim Sporting Center
5:00 - 5:15	How to Engage the Primary Muscle of Respiration: The Diaphragm Dr. Rayyan Abdulwahid, Holistic Wellness Coach, Co-founder of Echo Center and INSIJAM
5:15 - 5:30	Meditation: Ms. Mona Sharaf , Fitness Trainer and Healer
5:30 - 5:45	RETRUVIA Sessions: Dynamic Neuromuscular Stabilisation: Afnan Alseyari, Senior Physiotherapist & Roba Alomir, Physiotherapist
5:45 - 5:55	Pelvic health: Aljowhara Altukruni, Physiotherapist & Sahabah Almaliki, Physiotherapist
5:55 - 6:00	Ergonomics: Bader Alonezi, Occupational Therapist & Dr Nadra Alamr
6:00 - 6:15	Break & Prayer Time (15 Min)
6:15 - 6:30	Bike and Run Activities Select the workout that best fit your interests. All activities will occur simultaneously
6:30 - 7:00	Walk with "We Run Team" Bicycles with "Yla Bike" Join us for an evening of relaxation, featuring comfortable outdoor seating in the perfect weather, & a selection of food trucks offering a variety of delicious options.

REGISTER NOW



الجلسات

الجلسة الأولى: الفحص والوقاية



د. ريان عبدالواحد

م. سارة العتيبي

د. أحمد الأيوبي

الجلسات

الجلسة الثانية: الصحة النفسية والرفاهية



د. محمد الحاجي

د. سارة فرهود

د. نادية بانافع

الأنشطة المصاحبة



تنشيط عضلة التنفس
د.ريان عبدالواحد



تاي تشي
مع أمة الله باحاذق



اليوغا
غالية الخالدي

الأنشطة المصاحبة



بيئة العمل المثالية "علم إعادة التأهيل والعلاج المهني" بدر العنزي



صحة الحوض
سحابة المالكي و الجوهرة التكروني



التأمل
منى شرف

الأنشطة المصاحبة



بيلاتس
إباء الصباخ



الجري
فريق وي رن



التثبيت العصبي العضلي الديناميكي
أفنان السياري و ربي العمير

الأنشطة المصاحبة



ركوب الدراجات
فريق يلا بایك

صفحة التغذية للمرأة



تغذية المرأة
Women's Nutrition

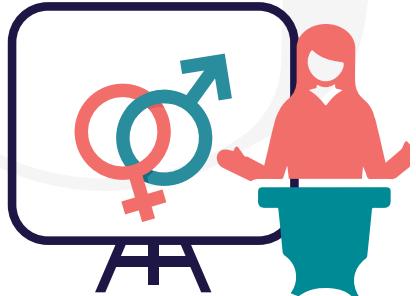
صفحة تغذية المرأة: هي صفحة يتم فيها طرح مقالات ومواضيع متنوعة تركز على تغذية المرأة في مختلف مراحل حياتها، وبالتركيز على الصحة الجنسية والإنجابية.

تفاعلات
الصفحة

34,883

[مواضيع القراءة](#)

مشروع الصحة الجنسية



الصحة الجنسية

حرصت جمعية رفيدة على تثقيف وزيادة الوعي عند السيدات من سن 18 سنة فما فوق حول موضوعات متعددة في الصحة الجنسية والإنجابية وذلك من خلال الاستعانة بعده من المتخصصين.

تفاعلات
الم صفحة

38,294

[رابط الم صفحة](#)

لقاءات 2024



لقاء الدورة الشهرية و العناية الشخصية مع د.حنان الشنقيطي، مقدم
بشكل خاص لطالبات ثانوية 123 في الرياض

خطة ولادتي



[رابط خطة الولادة](#)

ما هي خطة الولادة:

هي عبارة عن أداة تمكّن النساء الحوامل من تدوين كل ما يرغبن في حدوثه من تفاصيل وأمور أثناء المخاض وبعد الولادة.

مميزات خطة الولادة:

- تعتبر نقطة تواصلك مع فريقك الطبي في وقت المخاض.
- تتيح لك خطة الولادة بالشعور بالراحة والتمكين.
- تُمكّنك من خوض تجربة ولادة متوافقة مع رغباتك.
- تساهم في تقليل التدخلات الطبية الغير ضرورية.

اجمالي
التفاعلية

116,594 تفاعل



التنقيف عن فيروس الورم الحليمي البشري وسرطان عنق الرحم

برنامج تثقيفي عن فيروس الورم الحليمي البشري وسرطان عنق الرحم، يندرج تحت البرنامج تثقيف المجتمع من خلال حملات توعوية، وتثقيف للممارسين الصحيين

عدد المستفيدن من
الممارسين الصحيين | 36

عدد المستفيدن
من المجتمع | 358

الحملة التوعوية عن فيروس الورم الحليمي البشري وسرطان عنق الرحم





નોર્ડ ઇન્જિનીઝરિંગ





برنامج تحكمي

لتنمية عضلات قاع الحوض

تعتبر جمعية رفيدة بتقديم كل ما من شأنه الارتقاء بصحة المرأة وبالتالي اهتمت بتقديم برنامج تدريسي مصمم من قبل خبراء في مجالات العلاج الطبيعي واللياقة البدنية. وهو برنامج تدريسي موجه للسيدات من عمر 18 سنة وحتى 50 سنة، يهدف إلى تدريب المستفيدات على إتقان التحكم بعضلات قاع الحوض، والتوعية بأسباب ضعف عضلات قاع الحوض مثل (التكثيم - الولادات المتكررة، نزول الوزن المفاجئ، حمل الأثقال بطريقة غير صحيحة) والتعرف على الآثار الجانبية لضعف عضلات قاع الحوض مثل (سلس البول، الألم جماع، الإمساك، غازات الرحم). وفيه يتم تعليمهن عدد من التمارين التي تساعدهن في تقوية عضلات الحوض كذلك يتم توجيه المستفيدات بأسباب ضعف قاع الحوض وطرق الوقاية منه.

تفاصيل تنفيذ المشروع:

تم التنفيذ **حضورياً** بعدد 4 مرات
انطلق البرنامج في يناير 2024 وحتى ديسمبر 2024

ولقد تم اختيار هذا البرنامج تحديداً لأن نتائجه مثبتة في البحوث الطبية على المستفيدات التي أكدت على تحسن الأعراض ومستوى جودة حياتهم واستفاد من هذا البرنامج 320 سيدة ولدعم وتنمية العديد من السيدات قامت الجمعية بعمل 4 حملة توعية إلكترونية مصاحبة للبرنامج.



تفاصيل تنفيذ المشروع:

تم التنفيذ في المملكة العربية السعودية **حضورياً** وعن بعد بعد تكرار إجمالي 9 مرات
انطلق البرنامج في يناير 2024 وحتى ديسمبر 2024
عدد المستفيدات: **320** مستفيدة

[رابط الصفحة](#)

إجمالي التفاعل **26,936**



برنامج تحكمي أون لاين

تفاصيل تنفيذ المشروع:

تم التنفيذ عن بعد بعد 5 مرات

انطلق البرنامج في يناير 2024 وحتى ديسمبر 2024





حملة تدكعي

**2**

اتصالات بالقول
في عناية الحوض
شروع بالتباعد والقول في الموض
لأن هناك خلافات كبيرة بين الواقع
وأي التأثير

من بين الأعراض الشائعة التي تحدث في الموض

• انتفاخ في البطن • انتفاخ في الموض • انتفاخ في الماء

**1**

سلسلة البول للقول العصبية
هي التي تحيط بالبولي في الموض
وهي تحيط بالبولي مع معاشرها
القول العصبي أو الماء أو الماء أو الماء
يمكن أن تؤدي إلى تغير في الموض

من بين الأعراض الشائعة التي تحدث في الموض

• انتفاخ في البطن • انتفاخ في الموض • انتفاخ في الماء



في هذه الحالات فإن الموض
لدى النساء قد يظهر بعد
الولادة أو مع تقدم العمر
ويمكن أن يكون له عدة أعراض



أ. تمارين كيدل (Kegel)

تغدو هذه التمارين على النساء
والماء والقول في الموض
فهي يمكن تقويتها من خلال الماء
أو تساعد في تحسين الدعم الموضي



من بين الأعراض الشائعة التي تحدث في الموض

• انتفاخ في البطن • انتفاخ في الموض • انتفاخ في الماء



علاج هبوط عضلات قاع الحوض
يعتمد على شدة الحالة والأعراض
التي تعاني منها المرأة

في الحالات الشديدة التي لا تتحسن في الماء
يمكن العلاج بـ العلاج الذي ينبع من الماء
أو العلاج الذي ينبع من الماء

3

تغير في حركة الرحم

لدى النساء التي تحدث في الماء
يمكن أن يحدث هذا الماء في الماء
يمكن أن ينبع من الماء في الماء
ويمكن أن ينبع من الماء في الماء

من بين الأعراض الشائعة التي تحدث في الماء

• انتفاخ في البطن • انتفاخ في الماء • انتفاخ في الماء

مشروع سن البلوغ «زَهْرَت»



برنامج زهرت لتأهيل الفتيات لمرحلة البلوغ

انطلاقاً من دور جمعية رفيدة لصحة المرأة والتي تُعنى بتقديم المعلومات الموثوقة والبرامج الفعالة والمساهمة الاستراتيجية في توجيه السياسات التي تخدم صحة المرأة في المملكة لبناء مجتمع أكثر صحة ووعياً.

عليه، قامت جمعية رفيدة بإعداد برنامج توعوي موجه للفتيات للتحدث عن رحلة البلوغ والنظافة والصحة البدنية ليكون مرجعاً علمياً توعوياً يمكن الاستناد عليه في توعية الفتيات في هذه المرحلة، حيث إن مرحلة البلوغ هو وقت التغيير الجسدي والعاطفي الذي يحدث مع نمو الفتيات ونضجهن. هذه التغييرات طبيعية، فهي علامة على أنها بصحة جيدة.

ويتم ذلك من خلال عمل الحملات الداعمة والتدريبات الخاصة للفتيات حتى يخوضن هذه المرحلة بكل حب

إجمالي التفاعل
47,815

رابط الصفحة

تفاصيل تنفيذ المشروع:
عدد المستفيدات: **296 مستفيدة**

تم التنفيذ حضوري بعدد 2 مرة
انطلق البرنامج في يناير 2024 وحتى ديسمبر 2024



تم التنفيذ **عن بعد** بعد 6 مرات
انطلق البرنامج في يناير 2024 وحتى ديسمبر 2024





برنامج رحلة أمومة لإعداد الولادة



رحلة أمومة

هو برنامج يقوم بتقديم ورش تدريبية لتدريب وتمكين النساء الحوامل من الولادة بأقل قدر من التدخل الطبي من خلال توفير دروس ما قبل الولادة بما في ذلك التحضير الجسدي والنفسي، لتعزيز رضا الحامل وجودة الحياة وتقايل مخاطرات ما بعد الولادة.

[رابط الصفحة](#)

عدد المستفيدات: 145

إجمالي التفاعل 56,188



التمارين الرياضية لبرنامج رحلة أمومة

يمكن السيدات الحصول على ممارستها من الشهر الثالث فما فوق

المدربة/سارة رحيم الدين

الخاصة/ العنود الدوبيش



برنامج مجموعات الدعم



برنامج مجموعات الدعم | مجموعة اكتئاب ما بعد الولادة

هو برنامج يتم فيه دعوة السيدات اللاتي يشتركن في مشكلة صدية واحدة ويتم من خلال الاجتماع مناقشة الحالة الصحية بقيادة مختص لاعطاء التوجيهات اللازمة وتحسين جودة حياة المصابات.

أنشئت جمعية رفيدة مجموعة دعم لمساعدة السيدات على تخطي اكتئاب ما بعد الولادة تحت إشراف طبيبة نفسية متخصصة في الصحة النفسية للمرأة.

رابط الصفحة

إجمالي التفاعل 599,908

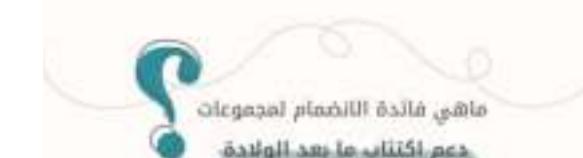
تم التنفيذ اونلاين بعدد 5 مرات
بدأت في 1 يناير وحتى 12 ديسمبر
عدد المستفيدات: 121 مستفيدة



حملة مجموعات الدعم



حملة مجموعات الدعم





ମାର୍ଗ ପତ୍ରିକା

منتدى سياسات صحة المرأة



منتدى سنوي يلتقي فيه صناع القرار، الخبراء، وممارسي الرعاية الصحية لمناقشة أبرز التحديات والمواضيع والقضايا المتعلقة بصحة المرأة.



منتدى سياسات صحة المرأة لعام 2024

نفذ المنتدى بالتعاون مع هيروستن ميثوديست تائمز جمبيه بمنطقة
صحة المرأة منتدى سياسات صحة المرأة تحت عنوان
فبراير لدعم أفضل الممارسات الصحية والتحسينات التشريعية لضمان
العدالة الصحية للمرأة وتحت عنوان "العافية قبل التعافي"

عدد المستفيدن: **300 مستفيد ومستفيدة**

إجمالي التفاعل **13,166**





ملتقى سياسات صحة المرأة

الجلسة الأولى

الملتقى الثاني للسياسات الصحية للمرأة في القطاع العام والخاص
عنوان: ملتقى سياسات صحة المرأة

د. نادia بنت حسنين الجارودي
استاذة علم الاجتماع - عضو هيئة التدريس بجامعة الملك عبد الله

الملتقى الثاني للسياسات الصحية للمرأة في القطاع العام والخاص
عنوان: ملتقى سياسات صحة المرأة

د. نادia بنت حسنين الجارودي
استاذة علم الاجتماع - عضو هيئة التدريس بجامعة الملك عبد الله

الجلسة الثانية

الملتقى الثاني للسياسات الصحية للمرأة في القطاع العام والخاص
عنوان: ملتقى سياسات صحة المرأة

د. نادia بنت حسنين الجارودي
استاذة علم الاجتماع - عضو هيئة التدريس بجامعة الملك عبد الله

الجلسة الثالثة

الملتقى الثاني للسياسات الصحية للمرأة في القطاع العام والخاص
عنوان: ملتقى سياسات صحة المرأة

د. نادia بنت حسنين الجارودي
استاذة علم الاجتماع - عضو هيئة التدريس بجامعة الملك عبد الله

الجلسة الرابعة

الملتقى الثاني للسياسات الصحية للمرأة في القطاع العام والخاص
عنوان: ملتقى سياسات صحة المرأة

د. نادia بنت حسنين الجارودي
استاذة علم الاجتماع - عضو هيئة التدريس بجامعة الملك عبد الله

الملتقى الثاني للسياسات الصحية للمرأة في القطاع العام والخاص
عنوان: ملتقى سياسات صحة المرأة

د. نادia بنت حسنين الجارودي
استاذة علم الاجتماع - عضو هيئة التدريس بجامعة الملك عبد الله



ملتقى سياسات صحة المرأة

الجلسة الرابعة

الملتقى الثاني للسياسات الصحية للمرأة في القطاع العام والخاص
عنوان: ملتقى سياسات صحة المرأة

د. نادia بنت حسنين الجارودي
استاذة علم الاجتماع - عضو هيئة التدريس بجامعة الملك عبد الله

الجلسة الخامسة

الملتقى الثاني للسياسات الصحية للمرأة في القطاع العام والخاص
عنوان: ملتقى سياسات صحة المرأة

د. نادia بنت حسنين الجارودي
استاذة علم الاجتماع - عضو هيئة التدريس بجامعة الملك عبد الله

الجلسة السادسة

الملتقى الثاني للسياسات الصحية للمرأة في القطاع العام والخاص
عنوان: ملتقى سياسات صحة المرأة

د. نادia بنت حسنين الجارودي
استاذة علم الاجتماع - عضو هيئة التدريس بجامعة الملك عبد الله

الجلسة السابعة

الملتقى الثاني للسياسات الصحية للمرأة في القطاع العام والخاص
عنوان: ملتقى سياسات صحة المرأة

د. نادia بنت حسنين الجارودي
استاذة علم الاجتماع - عضو هيئة التدريس بجامعة الملك عبد الله

صفحة

مؤشرات صحة
المرأة



مؤشرات صحة المرأة
Women's Health Indicators

أنشأت جمعية رفيدة صفحة إلكترونية على موقع الجمعية تضمنت عمل مقارنة بين مؤشرات صحة المرأة في المملكة مقارنة مع دول العشرين وهي خدمة تقدمها الجمعية للباحثين وصناع القرار كقاعدة بيانات تعمل على تسهيل دراسة وضع المرأة الصحي في المملكة.

رابط الصفحة

صفحة أبحاث صحة المرأة



أبحاث صحة المرأة
Women's Health Research

تقوم جمعية رفيدة بدعم وتشجيع الأبحاث الدولية والمحلية المتعلقة بصحة المرأة والتي توفر معلومات دقيقة وتحقيقية عبر تجميعهم في منصة واحدة. والهدف من ذلك تسهيل الوصول إلى الأبحاث وتيسير الصعاب التي يواجهها المختصين وضمان القرار عند محاولة البحث عن المصادر السليمة.

رابط الصفحة



الحقوق الصحية
Health Rights

وصف المشروع: التوعية بالحقوق الصحية للسيدات
التي كفلها النظام السعودي لغرض التمكين.

إنشاء وإطلاق كتيب توعوي شامل للحقوق الصحية

إجمالي
التفاعل | 23,189

رابط الصفحة

ندوة سرطان عنق الرحم



الهدف الرئيسي:

تعزيز معرفة ومهارات مقدمي الرعاية الصحية في إجراء فحوصات عنق الرحم، مما يمكنهم من تقديم رعاية استثنائية لمرضاهem.

تم عقد ندوة سرطان عنق الرحم 2024 في 20 أبريل 2024، بتنظيم مشترك بين جمعية رفيدة لصحة المرأة وشركة بي دي (بيكتون ديكنسون). أقيمت الندوة في مؤسسة الملك خالد في الرياض.

عدد
مارس صدي
المستفيدين 48



ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବିଶ୍ୱାସକାରୀ ହେଲୋ

شاركت جمعية رفيدة في
المؤتمر الوطني السابع للعلاج النفسي
بتنظيم جامعة الملك سعود بن عبدالعزيز
للعلوم الصحية

بالتعاون مع قسم الصحة النفسية للكبار
بعدينة الملك عبدالعزيز الطبية



شاركت جمعية رفيدة بركن توعوي عن
#سرطان_عنق_الرحم في إجتماع هولوجيك



شاركت جمعية رفيدة في شهر يناير 2024م
الtóعية بـ سرطان عنق الرحم في العيادات
الخارجية لمستشفي الملك خالد



شاركت الجمعية في
الأسبوع الخليجي للتوعية بالسرطان



شاركت جمعية رفيدة في
ماراثون الرياض



مشاركة الجمعية دخول
عيد الأضحى المبارك

الاحتفال بقدوم
شهر رمضان

مشاركة جمعية رفيدة في
"مؤتمر تعزيز السنوي"
لتوعية في صحة المرأة



شاركت جمعية رفيدة في
تفعيل اليوم العالمي لصحة المرأة
 وبالتعاون مع قسم علوم الصحة بكلية الصحة
 وعلوم التأهيل بجامعة الأميرة نورة بنت
 عبد الرحمن

شاركت الجمعية
باليوم العالمي للمرأة



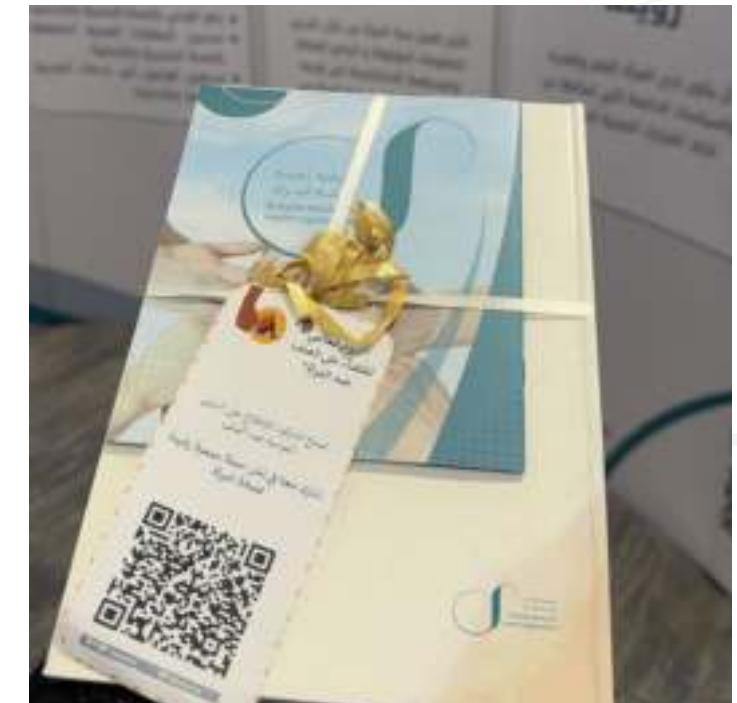
في إطار التزامنا بدعم المرأة وتمكينها، شاركت جمعية رفيدة في فعالية **اليوم العالمي للقضاء على العنف ضد المرأة** بمستشفى صحة المرأة بالشؤون الصحية في الحرس الوطني، وتهدف الفعالية إلى نشر الوعي ودعم حقوق المرأة معاً نحو مستقبل خال من العنف.



الفعالية النوعية بجامعة الأميرة نورة حول

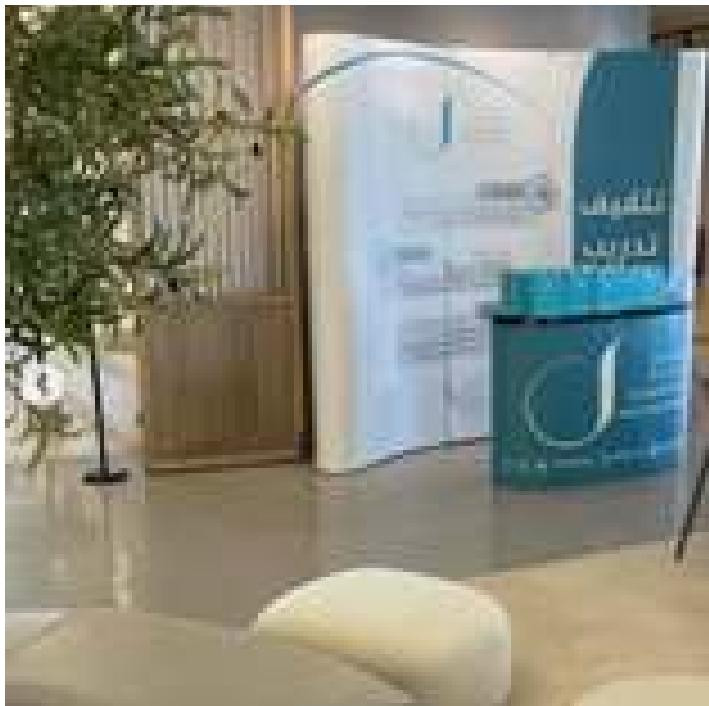
"سرطان عنق الرحم وفيروس الورم اللويسي البشري"

وسط تفاعل وحضور مميز، الصحة تبدأ بالوعي،
والاليوم نؤسس لخطوات واثقة نحو جيل واع
ومعافي.



شاركت جمعية رفيدة مع مستشفى الملك فيصل التخدي في تفعيل
لقاء منتدى معالجة العنف تحت عنوان "معالجة العنف الأسري"،
حيث يتم مناقشة تأثير العنف على صحة المرأة وسبل معالجته.

صحة المرأة جزء مهم من صحة المجتمع، لقاء ما بعد الولادة من برنامج "رحلة أمومة" تزامنا مع **اليوم العالمي لصحة المرأة**.



تزامنا مع **اليوم العالمي للعافية**، تم تنظيم فعالية في مركز بايوفت لتقديم مفهوم شامل للعافية، وتسليط الضوء على أهمية تبني أنماط حياة صحية تسهم في تحقيق أعلى مستويات العافية بجميع أبعادها.



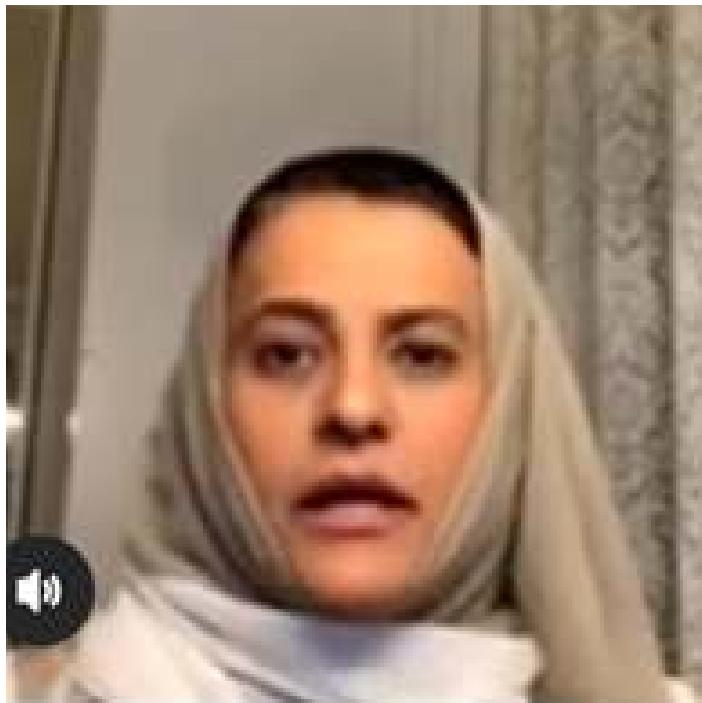


ԱՐԴՅՈՒՆԱԳՈՐԾ ԲԱՐՁՐԱԳՈՐԾ



اليوم العالمي للإيدز

ناقشنا في حلقة سابقة مع د. بتول سليمان موضوع نقص المناعة المكتسب(الإيدز)، الفيروس وأعراضه، وكيفية إدارة المرض، لا شفاء له ولكن هناك علاج للتحكم به.



اليوم العالمي للعلاج الطبيعي

تزامناً مع اليوم العالمي للعلاج الطبيعي، نود ان نبرز أهمية العلاج الطبيعي في دعم صحة المرأة وتمكينها من العناية بجسدها بطرق آمنة وفعالة.

في هذه المناسبة نسلط الضوء على برامجنا المرتبطة بالعلاج الطبيعي.



اليوم الوطني السعودي 94

جمعية رفيدة لصحة المرأة تهنئ الوطن بمناسبة اليوم الوطني السعودي



اليوم العالمي للسكري

متابعة سكر الدم خلال فترة الحمل لها أثر كبير على صحتك وصحة جنينك، في بودكاست بدون خجل ضمن حلقة "سكري الحمل"، نتحدث عن أهمية الفحص المنزلي لسكر الدم ومتى يجب القيام به للمساعدة في الوقاية من المضاعفات.



اليوم العالمي للصحة الجنسية

نؤكد في جمعية رفيدة على أهمية الصحة الجنسية كجزء لا يتجزأ من رفاهية المرأة، من خلال برامجنا، نسعى لتعزيز الوعي وتقديم الدعم لضمان حقوق كل امرأة في الحصول على معلومات دقيقة ورعاية صحية متكاملة. نحو مستقبل أكثر صحة وتمكيناً.



اليوم العالمي للقضاء على العنف ضد المرأة

في حلقة جديدة من بودكاست بدون خجل، استضافنا د.فادية الخطابي لتناولها حول طرق محاربة العنف ضد المرأة ودعمها.



اليوم العالمي بالصحة النفسية للمرأة

حيث شاركت جمعية رفيدة في تفعيل اليوم العالمي التوعوي بالصحة النفسية للمرأة -**World Maternal Mental Health Day-** بعنوان (الأمومة.. وصحتك النفسية) و بالتعاون مع وحدة الصحة النفسية للمرأة بالشؤون الصحية بوزارة الحرس الوطني.



يوم التأسيس

يوم بدينا ويوم نجدد فيه مساعينا لتعزيز صحة المرأة في المملكة، من خلال تقديم المعلومات الموثوقة، والبرامج الفعالة وتجهيز السياسات الداعمة لصحتها.

اليوم العالمي للعافية

تحدث فيه عن مفهوم العافية الصحيح للصحة والعافية، وممارسة أنماط الحياة التي تؤدي إلى تحقيق أعلى مستويات العافية بجميع أبعادها.





શ્રાકાત્પા - શ્રકાર અને હા





WE
RUN





الجمعية السعودية للعلوم الطبيعية



المملكة العربية السعودية
الهيئة العامة للطفل والدواء



أمالي للاستشارات الصحية
Amaaly for health consultations



...Caring Beyond Medicine
كفاءة ... رعاية ... جودة



المنصة الوطنية
للعمل التطوعي



مجلس شؤون الأسرة
FAMILY AFFAIRS COUNCIL



مجلس الجمعيات الأهلية
Council of NGOs



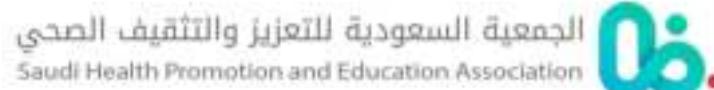
بنك الجزيرة
BANK ALJAZIRA

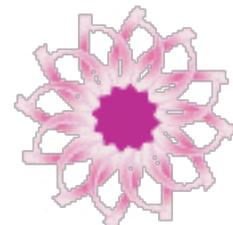


HOUSTON
Methodist[®]
LEADING MEDICINE



وزارة الموارد البشرية
والتنمية الاجتماعية
المملكة العربية السعودية





جمعية زهرة لسرطان الثدي
ZAHRA BREAST CANCER ASSOCIATION





الإسكندرية

تنوع العضوية في الجمعية إلى أربعة أنواع

فخري

شرفي

المنتسب

العامل

عضو عامل



1. يكون العضو (عاملًا) في الجمعية إذا اشتراك في تأسيس الجمعية، أو التحق بها بعد قيامها وقبل مجلس الإدارة عضويته، وكان من المتخصصين أو المحققين أو الممارسين لتخصص الجمعية.
2. يجب على العضو العامل في الجمعية.
 - أ- دفع اشتراك سنوي في الجمعية مقداره (1200) ريال.
 - ب- التعاون مع الجمعية ومنسوبيها لتحقيق أهدافها.
 - ج- عدم القيام بأي أمر من شأنه أن يلحق ضرراً بالجمعية.
 - د- الالتزام بقرارات الجمعية العمومية.

3. يحق للعضو العامل ما يأتي:

- أ- الاشتراك في أنشطة الجمعية.**
- ب- الاطلاع على مستندات الجمعية ووثائقها ومنها القرارات الصادرة في الجمعية سواء كانت من الجمعية العمومية، أو مجلس الإدارة، أو العدیر التنفيذي أو غيرهم.**
- ج- الاطلاع على الميزانية العمومية للجمعية ومرافقاتها في مقر الجمعية وقبل عرضها على الجمعية العمومية بوقت كاف.**
- د- حضور الجمعية العمومية.**
- هـ- التصويت على قرارات الجمعية العمومية إذا أمضى ستة أشهر من تاريخ التحاقه بالجمعية.**
- وـ- تلقي المعلومات الأساسية عن نشاطات الجمعية بشكل دوري.**
- زـ- الاطلاع على المحاضر والمستندات المالية في مقر الجمعية.**
- حـ- دعوة الجمعية العمومية للانعقاد لاجتماع غير عادي بالتضامن مع 25% من الأعضاء الذين لهم حق حضور الجمعية العمومية.**
- طـ- للعضو أن يخاطب الجمعية بخطاب يصدر منه يوجهه إلى مجلس الإدارة، وللجمعية أن تخاطب العضو بخطاب يصدر من مجلس الإدارة أو من يفوظه المجلس يسلم إلى العضو شخصياً، أو يرسل له عبر أي من عنوانيه المقيدة في سجل العضوية.**
- ظـ- الإنابة كتابةً لأحد الأعضاء لتمثيله في حضور الجمعية العمومية.**
- كـ- الترشح لعضوية مجلس الإدارة، وذلك بعد مدة لا تقل عن ستة أشهر من تاريخ التحاقه بالجمعية وسداده الاشتراك.**

4. للعضو العامل مخاطبة الجمعية عبر أي وسيلة متاحة، وعلى مجلس الإدارة أو من يفوظه تقديم الجواب عبر الوسيلة ذاتها أو عبر عنوانه المقيد في سجل العضوية.



1. يكون العضو (منتبًا) في الجمعية إذا تقدم بطلب عضوية للجمعية وظهر عدم انتظام أحد شروط العضوية العاملة عليه وصدر قرار من مجلس الإدارة بقبوله عضواً منتبًا، أو تقدم بطلب العضوية منتبًا.
2. يجب على العضو المنتسب في الجمعية:
 - أ- دفع اشتراك سنوي في الجمعية مقداره (300) ريال.
 - ب- التعاون مع الجمعية ومنسوبيها لتحقيق أهدافها.
 - ج- عدم القيام بأي أمر من شأنه أن يلحق ضرراً بالجمعية.
 - د- الالتزام بقرارات الجمعية العمومية.
3. يحق للعضو المنتسب ما يأتي:
 - أ- الاشتراك في أنشطة الجمعية.
 - ب- تلقي المعلومات الأساسية عن نشاطات الجمعية بشكل دوري كل سنة مالية.
 - ج- الاطلاع على مستندات الجمعية ووثائقها.
4. العضو المنتسب مخاطبة الجمعية عبر أي وسيلة متاحة، وعلى مجلس الإدارة أو من يفوضه تقديم الجواب عبر الوسيلة ذاتها أو عبر عنوانه المقيد في سجل العضوية.

عضو فخري



يكون عضواً (فخرياً) في الجمعية من ترى الجمعية العمومية منحه عضوية فخرية فيها نظير مساهمه الماديه أو المعنويه للجمعية.

- أ- لا يحق للعضو الفخري حضور اجتماعات المجلس.
- ب- لا يحق للعضو الفخري طلب الاطلاع على أي من مستندات الجمعية ووثائقها ولا حضور الجمعية العمومية ولا ترشيح نفسه لعضوية مجلس الإدارة، ولا يثبت بحضوره صحة الانعقاد.
- ج- للعضو الفخري مخاطبة الجمعية عبر أي وسيلة متاحة، وعلى مجلس الإدارة أو من يفوضه تقديم الجواب عبر الوسيلة ذاتها أو عبر عنوانه المقيد في سجل العضوية.

عضو شرفي



يكون عضواً (شرفياً) في الجمعية من ترى الجمعية العمومية منحه عضوية شرفية بمجلس الإدارة نظير تميزه في مجال عمل الجمعية.

- أ- يجوز لمجلس الإدارة دعوة العضو الشرفي في اجتماعات المجلس دون أن يكون له حق التصويت.
- ب- لا يحق للعضو الشرفي طلب حضور الجمعية العمومية ولا ترشيح نفسه لعضوية مجلس الإدارة ولا يثبت بحضوره صحة انعقاد مجلس الإدارة.
- ج- للعضو الشرفي مخاطبة الجمعية عبر أي وسيلة متاحة، وعلى مجلس الإدارة أو من يفوضه تقديم الجواب عبر الوسيلة ذاتها أو عبر عنوانه المقيد في سجل العضوية.



|| תְּמִימָנָה ||



بيانات الأنشطة لسنة المتبعة في ٢١ ديسمبر ٢٠٢٣

قائمة المركزاتي كما في ٢١ ديسمبر ٢٠٢٤

النحوين	المدحاج	٢٦٠٣٤	٢٢٧٢٣	رمال محدودي	رمال محدودي	٢٢٧٢٣	النحوين
التجويفات المتداولة							
نقدية ورق في حكمها							
الإسمدة المسنة الأخرى							
مجموع الموجودات المتداولة							
التجويفات غير المتداولة							
ممتلكات وأذونات بالصادر							
مجموع الموجودات غير المتداولة							
أجمالي التجويفات							
المطلوبات وصافي الأصول							
المطلوبات المتداولة							
الإسمدة المسنة الأخرى							
أجمالي المطلوبات المتداولة							
المطلوبات غير المتداولة							
محصص منابع موطئن							
أجمالي المطلوبات غير المتداولة							
أجمالي المطلوبات							
صافي الأصول							
رصايل الأجلان غير المقيدة							
صافي الأصول							
أجمالي صافي الأصول							
أجمالي التطلعات من رصايل الأصول							

 RofaidaOrg

 Rofaida_org

 RofaidaOrg

 RofaidaOrg

 966508808299+

 Info@rofaida.org

 www.rofaida.org.sa