



جمعية التنمية الأهلية بالقارة  
AlQara Community Development Association

# سكرك في رمضان

جمعية التنمية الأهلية بالقارة  
٢٠٢٥

## عن البرنامج..

• ٢٦ فبراير ٢٠٢٥ م

تاريخ التنفيذ

• ٣٠ مستفيد (كافة أفراد المجتمع)

عدد  
المستفيدين

• رفع مستوى الوعي الصحي حول مرض السكري خلال شهر رمضان المبارك، وتثقيف مرضى السكري وأفراد المجتمع بأساليب الصيام الآمن

الهدف العام

## عن البرنامج..

في إطار البرامج التنموية والمجتمعية للعام ٢٠٢٥ م، وبالشراكة مع مجمع بيت طبيبك الطبي، قدمت جمعية التنمية الأهلية بالقارة محاضرة توعوية بعنوان "سكرك في رمضان"، والتي تهدف إلى رفع مستوى الوعي الصحي لدى مرضى السكري وأفراد المجتمع حول كيفية الصيام الآمن خلال شهر رمضان المبارك.

تناولت المحاضرة تأثير الصيام على مستوى سكر الدم، وأهمية المتابعة الطبية المنتظمة، والالتزام بالإرشادات الغذائية والطبية خلال فترتي الإفطار والسحور. كما تضمنت المحاضرة معلومات وإرشادات عملية حول تنظيم الوجبات الغذائية، ومراقبة مستوى السكر في الدم، وتعديل جرعات الأدوية أو الإنسولين وفق توجيهات الطبيب المختص، إضافة إلى التوعية بعلامات ارتفاع وانخفاض السكر وطرق التعامل السريع معها.

وتهدف المحاضرة إلى تمكين مرضى السكري من الصيام بأمان، والحد من المضاعفات الصحية المحتملة، وتعزيز السلوكيات الصحية الإيجابية بما ينعكس على صحة الفرد وجودة حياته خلال الشهر الفضيل.

# صور من البرنامج..

