



اندیشه ما، سلامت شما
مرکز بهداشت و درمان



دانشگاه بیرجند
معاونت دانشجویی
مرکز بهداشت و درمان

چکیده فعالیت‌های مرکز بهداشت و درمان دانشگاه بیرجند در هفته سلامت سال 1398



برگزاری پایگاه سلامت در پردیس امیرآباد



ویزیت رایگان دانشجویان توسط پزشک



افتتاح نمایشگاه سلامت



کارگاه آموزشی HSE



پیاده‌روی همگانی



برنامه‌های مرکز بهداشت و درمان در هفته سلامت 98
با شعار: مراقبت‌های اولیه بهداشتی راهی به سوی پوشش همگانی سلامت

ایام هفته	شعار روزهای هفته سلامت	فعالیت‌ها
یکشنبه 98/2/1	دسترسی عادلانه به خدمات سلامت	<ul style="list-style-type: none"> • ویزیت رایگان پزشک • ارسال پیامک بهداشتی • توزیع بروشور و کتابچه سلامت در خوابگاه‌های خواهران و برادران
دوشنبه 98/2/2	آموزش رکن سلامت	<ul style="list-style-type: none"> • ویزیت رایگان پزشک • کارگاه آموزش HSE ویژه همیاران بهداشت • پاکسازی محوطه خوابگاه خواهران (صدف) • پاکسازی محوطه پردیس امیر آباد • حضور در خوابگاه خواهران و نشست صمیمانه همکاران با دانشجویان و بررسی مشکلات بهداشتی • بارگذاری مطالب بهداشتی در سایت و اتوماسیون اداری
سه شنبه 97/2/3	مشارکت اجتماعی و سلامت	<ul style="list-style-type: none"> • پیاده‌روی همگانی کارکنان ❖ برپایی پایگاه سلامت در پردیس شهدا: <ol style="list-style-type: none"> 1. ویزیت رایگان پزشک 2. کنترل قند خون 3. کنترل فشار خون 4. کنترل وزن و BMI
چهارشنبه 98/2/4	مراقبت‌های اولیه بهداشتی و سلامت روان	<ul style="list-style-type: none"> ❖ مراقبت‌های اولیه بهداشتی (کنترل فشار خون، قند خون، وزن و BMI) ❖ معرفی خدمات مرکز مشاوره ❖ مشاوره رایگان تغذیه ❖ تغذیه سالم در ماه مبارک رمضان ❖ مسابقه نقاشی ویژه فرزندان دانشگاہیان ❖ ارائه دستاوردهای آموزشی درمانگاه ❖ آشنایی با فعالیت‌های هلال احمر ❖ اجرای تئاتر ❖ برگزاری مسابقات ورزشی ❖ پذیرایی
پنج شنبه 98/2/5	سلامت در بحران و حوادث	<ul style="list-style-type: none"> • آموزش چهره به چهره با موضوع سلامت در بحران (خوابگاه خواهران) • بازدید از خوابگاه‌ها
جمعه 98/2/6	سبک زندگی سلامت محور	<ul style="list-style-type: none"> • مسابقه عکاسی با موضوع شعار هفته سلامت • مسابقه کتاب خوانی (بروشور)
شنبه 98/2/7	سلامت، جمعیت و خانواده	<ul style="list-style-type: none"> ❖ برپایی پایگاه سلامت در پردیس امیر آباد <ol style="list-style-type: none"> 1. ویزیت رایگان پزشک 2. کنترل قند خون 3. کنترل فشار خون 4. کنترل وزن و BMI ❖ ویزیت رایگان پزشک در خوابگاه خواهران (نوحید)

برگزاری پایگاه سلامت

نمایشگاه

برگزاری پایگاه سلامت

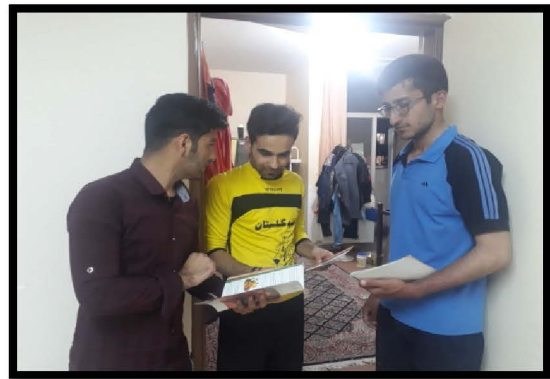
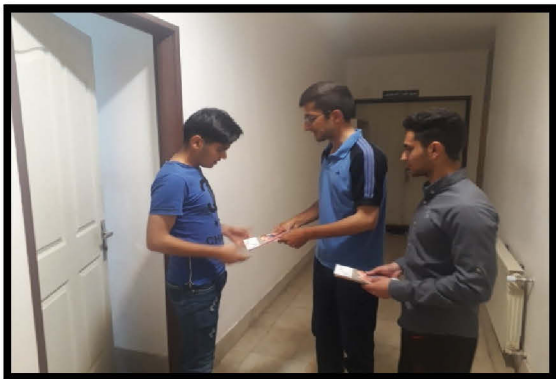
❖ ویزیت رایگان دانشجویان توسط پزشک

مرکز بهداشت و درمان دانشگاه با همکاری جمعی از پزشکان در هفته سلامت ویزیت رایگان بیماران را در 4 پایگاه انجام داد. در این برنامه که در مسجد امام جعفر صادق (پردیس شوکت آباد)، کلینک تخصصی مشاوره همراه (پردیس شهدا)، مرکز مشاوره امیرآباد (پردیس امیرآباد) و خوابگاه توحید برگزار گردید، تعداد 121 بیمار به رایگان ویزیت شدند.



❖ توزیع کتابچه و بروشور در خوابگاه‌های خواهران و برادران

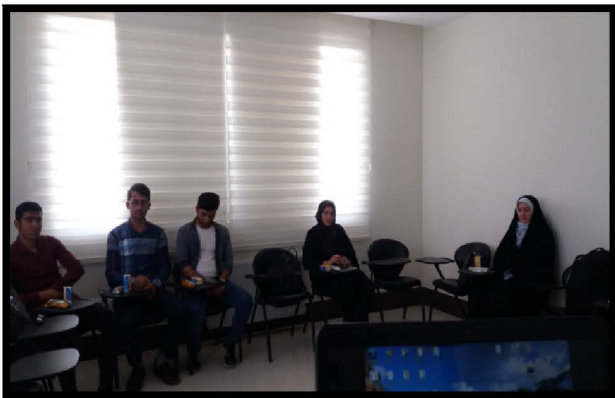
مرکز بهداشت و درمان دانشگاه همزمان با برگزاری برنامه های متنوع در هفته سلامت در راستای ارتقاء دانش بهداشتی دانشجویان اقدام به توزیع بروشورهای آموزشی و کتابچه های سلامت در محیط خوابگاه های دانشجویی نمود. در این برنامه که همیاران بهداشت نقش پررنگی داشتند مشکلات دانشجویان نیز رصد و به درمانگاه منعکس گردید.



❖ کارگاه آموزشی HSE ویژه همیاران بهداشت

مرکز بهداشت و درمان در دومین روز هفته سلامت، دوشنبه 2 اردیبهشت ماه اقدام به برگزاری کارگاه آموزشی HSE برای همیاران بهداشت نمود.

همیاران بهداشت نمایندگان مرکز بهداشت و درمان در میان دیگر دانشجویان می باشند لذا برگزاری کارگاههای آموزشی برای همیاران در اولویت قرار گرفت.



❖ کارگاه آموزشی HSE

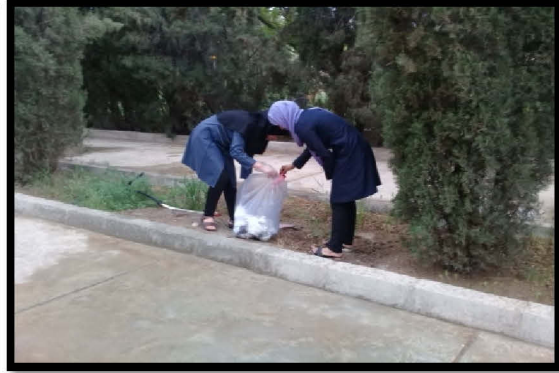
با توجه به اهمیت ایمنی، بهداشت و محیط زیست (HSE) و به منظور ارتقاء شاخص ایمنی و بهداشت در دانشگاه که از مصوبات شورای سیاست گذاری می باشد، در مانگاه اقدام به برگزاری 3 کارگاه با عناوین زیر نمود، که مورد استقبال شرکت کنندگان قرار گرفت.

- فرهنگ بهسازی محیط (سرپرستان خوابگاه)
- بهداشت فردی و اجتماعی (دانشجویان)
- آموزش HSE (دانشجویان)



❖ پاکسازی محوطه خوابگاهها

دوشنبه 2 اردیبهشت ماه 98، مصادف با روز زمین پاک در راستای گسترش فرهنگ حفظ محیط زیست، به همت همیاران بهداشت و همکاری درمانگاه، پاکسازی محوطه خوابگاه های صدف و پردیس امیر آباد انجام شد. روز زمین پاک فرصتی برای یادآوری احترام ما به زمین به عنوان مادر هستی است.



❖ برگزاری پیاده‌روی همگانی

پیاده‌روی همگانی به مناسبت هفته سلامت توسط مرکز بهداشت و درمان و با همکاری مدیریت تربیت بدنی و فوق برنامه دانشگاه بیرجند روز سوم اردیبهشت 98 در پردیس اصلی دانشگاه برگزار شد. این مراسم در شروع ساعت کاری از ورودی پردیس شوکت آباد دانشگاه تا مقابل سازمان مرکزی با حضور جمعی از کارکنان، معاونین، مدیران، رؤسا و مسئولان دانشگاه برگزار و در پایان این مراسم به 8 نفر از شرکت کنندگان به قید قرعه جوایزی اهدا شد.



❖ برپایی پایگاه سلامت

در هفته سلامت کارشناسان مرکز بهداشت و درمان دانشگاه با برپایی پایگاه سلامت در پردیس شهدا و پردیس امیرآباد کنترل فشارخون، قند خون و بررسی قد و وزن و توده بدنی مراجعین را انجام دادند که مورد استقبال دانشگاهیان قرار گرفت. شایان ذکر است که حضورپزشک و ویزیت رایگان بیماران نیز همزمان در این دو پایگاه انجام گردید.

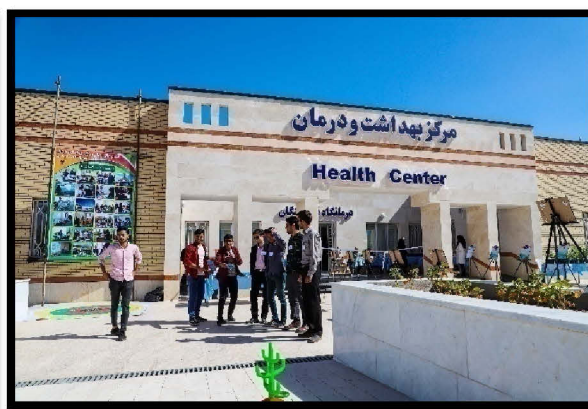


❖ افتتاح نمایشگاه سلامت

نمایشگاه سلامت روز چهارشنبه 4 اردیبهشت ماه 98 از ساعت 9 الی 13 در محل مرکز بهداشت و درمان برگزار شد. در این نمایشگاه غرفه‌های مراقبت‌های اولیه بهداشتی با ارائه خدمات کنترل فشار خون، قند خون، وزن و BMI و مشاوره رایگان تغذیه و تغذیه سالم در ماه رمضان، ارائه و مشاوره‌های آموزشی مرکز بهداشت و درمان در قالب بروشور و پوستر، آشنایی با فعالیت‌های هلال احمر، برگزاری مسابقات ورزشی و اجرای تئاتر با موضوع سلامت، غرفه نمایش نقاشی فرزندان دانشگاہیان و معرفی خدمات مرکز مشاوره دایر بود. در برگزاری این نمایشگاه کانون همیاران بهداشت و کانون سلامت روان نیز همکاری داشتند.



اجرای تئاتر



مسابقات ورزشی



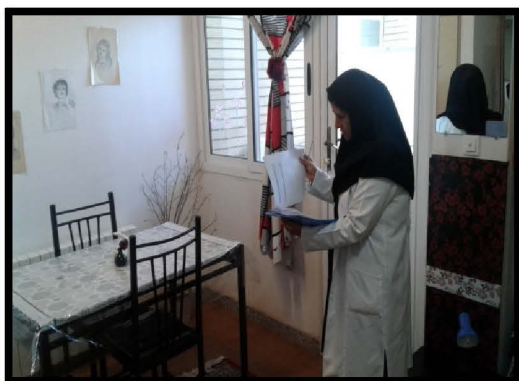
تغذیه سالم



مشاوره تغذیه

❖ آموزش چهره به چهره به دانشجویان

در راستای آموزش بهداشت و ایمنی (HSE) در هفته سلامت، همیاران بهداشت با حضور در خوابگاه‌ها اقدام به آموزش چهره به چهره HSE به سایر دانشجویان نمودند.



❖ برگزاری مسابقه نقاشی در گروه سنی کودکان و نوجوانان

در هفته سلامت به منظور فرهنگ‌سازی و آشنایی بیشتر خانواده بزرگ دانشگاه بیرجند با اهمیت بهداشت، مسابقه نقاشی با موضوع بهداشت و سلامت در گروه سنی کودکان و نوجوانان (ویژه فرزندان کارکنان دانشگاه) برگزار گردید که با استقبال شرکت کنندگان مواجه شد، به سه نفر برتر از شرکت کنندگان به رسم یادبود جوایزی اهدا گردید.



❖ برگزاری مسابقه کتابخوانی

مرکز بهداشت و درمان با هدف ترویج فرهنگ کتاب و کتابخوانی و ارتقای سطح مطالعه و آگاهی دانشجویان، مسابقه کتابخوانی را در هفته سلامت برگزار نمود. در این مسابقه 147 نفر شرکت کردند که به 3 نفر به قید قرعه جوایزی اهدا گردید.



برای دریافت بروشورها و سوالات مسابقه از روز اول اردیبهشت به سایت مرکز بهداشت و درمان به نشانی:
<https://birjand.ac.ir/hct/fa>
مراجعه فرمایید.

علاقه‌مندان جهت شرکت در مسابقه می‌توانند پاسخ صحیح خود را همراه با عنوان مسابقه به صورت یک عدد ۱۰ رقمی از چپ به راست تا تاریخ ۹۸/۰۲/۰۷ به سامانه پیامکی مرکز مشاوره، بهداشت و درمان به شماره ۳۰۰۵۶۱۲۵۰۲۰۶۶ ارسال نمایند.

مسابقه کتابخوانی
به مناسبت هفته سلامت ۹۸
(بروشورهای سلامت و بهداشت)

❖ تجلیل از دانشجویان برگزیده هفته سلامت

در این مراسم که با حضور جمعی از مدیران حوزه معاونت دانشجویی برگزار گردید، به همیاران بهداشت فعال، دانشجویان اتاق‌های نمونه بهداشتی و برترین‌های مسابقات هفته سلامت به رسم یاد بود جوایزی اهدا گردید.

