



فعالیت های واحد بهداشت دبیرستان فرزنانگان ۲ دوره دوم

پاییز ۱۴۰۲-۱۴۰۱

مراقب بهداشت: قدسیه سروی

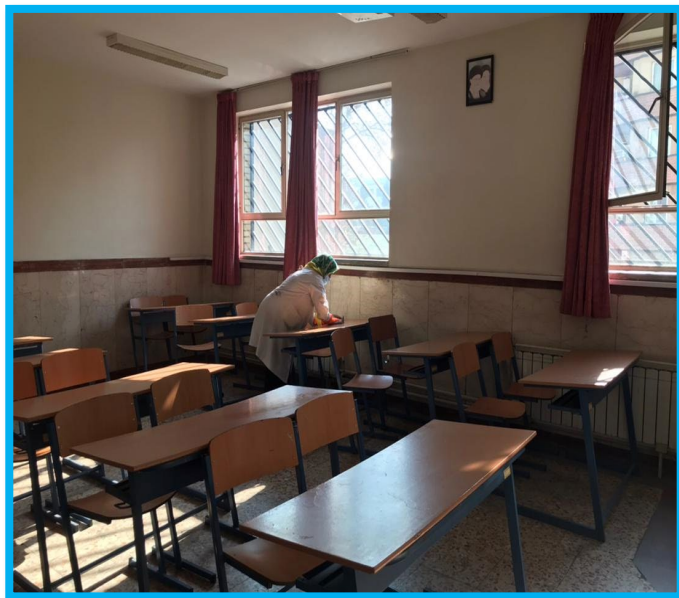


عملکرد سه ماهه اول واحد بهداشت

- بهداشت ، شستشو وضد عفونی کردن مدرسه جهت آموزش حضوری
- تجهیز واحد بهداشت
- بررسی کارت سلامت خدمتگزاران
- نظارت واحد بهداشت در قسمت های مختلف مدرسه
- نظارت بر نظافت سالن غذا خوری
- نظارت بر گرمکن های غذا خوری
- نظارت بر شارژ کپسول های آتش نشانی
- برگزاری جلسه مشاورین
- موضوع جلسات آموزش خانواده
- آموزش تغذیه سالم
- تشکیل گروه سفیران ویاریگران در کارسنج دبیرستان
- برگزاری هفته بهداشت روان

- شرکت در جلسه باز آموزی طرح های سلامت
- معاینه موی سر دانش آموزان
- برگزاری وبینار آموزش خانواده با موضوع استرس و افسردگی
- رصد وضعیت آنفلوانزا در مدرسه
- بازدید ازستاد توسعه فناوری نانو و آشنایی با وسایل ساخته شده در زمین بهداشت
- اجرای وبینار آموزش خانواده با موضوع استرس و افسردگی
- آشنایی با گیاهان دارویی
- شرکت در همایش آموزش کمک های اولیه در پیشگیری از مخاطرات
- تشویق دانش آموزان به صرفه جویی در مصرف آب
- شرکت در جلسه ضمن خدمت با موضوع بیماری های شایع در کودکان
- برگزاری جلسه توجیهی بازگشایی بوفه دبیرستان
- برگزاری وبینار دانش افزایی ارتباط با نوجوانان
- جشنواره سفیران سلامت و نوجوان سالم

بهداشت ، شستشو و ضد عفونی کردن مدرسه جهت آموزش حضوری از ۱۴۰۱/۶/۲۷ و در طول سال تحصیلی



تجهیز واحد بهداشت ۱۴۰۱/۶/۲۹



بررسی کارت سلامت خدمتگزاران ۱۴۰۱/۷/۲

وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی
دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

کارت بهداشت

نام فرشته
نام خانوادگی: باقری
شماره ملی: ۰۴۳۹۰۵۳۵۸۶

شماره کارت: ۱۰۰۱۷۷۹۰۷۴
تاریخ صدور: ۱۳۹۹/۱۱/۲۰
تاریخ انقضاء اعتبار: ۱۴۰۰/۱۱/۲۱

اعتبار کارت دوازده ماه است



وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی
دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی

کارت بهداشت

نام معصومه
نام خانوادگی کرکوند
شماره ملی: ۳۹۳۲۱۶۶۹۴۹

شماره کارت: ۱۱۰۱۰۲۰۸۰۶
تاریخ صدور: ۱۴۰۰/۱۲/۱۸
تاریخ انقضاء اعتبار: ۱۴۰۱/۱۲/۱۸

اعتبار کارت دوازده ماه است



نظارت واحد بهداشت در قسمت های مختلف مدرسه



نظارت بر نظافت سالن غذا خوری



نظارت بر گرمکن های غذا خوری



نظارت بر شارژ کپسول های آتش نشانی



برگزاری جلسه مشاورین

اولین جلسه مشاورین در مورد آموزش خانواده با شرکت سرکار خانم مدرسی سرپرست دبیرستان، خانم دلیر معاون آموزشی، مشاورین و مراقب بهداشت در تاریخ ۱۴۰۱/۷/۱۲ برگزار شد. در این جلسه مقرر شد ضمن برگزاری جلسات روزانه که به صورت فردی مشاوران با دانش آموزان برگزار مینمایند، مشاوران گرامی ۶ جلسه حضوری در طول سال در هر کلاس با دانش آموزان پایه دهم و یازدهم برگزار نمایند همچنین تصمیم گرفته شد ۶ جلسه "آموزش خانواده" حضوری و یا به صورت آنلاین در طول سال جهت اولیا محترم با موضوعات مشخص شده زیر و تاریخ تقریبی برگزار گردد.



موضوع جلسات آموزش خانواده

موضوع جلسه	تاریخ	شماره
آشنایی با اختلالات روانی و شایع در دوران نوجوانی (اضطراب، استرس)	هفته آخر مهر ماه 1401	1
مهارتهای برقراری ارتباط اولیا با فرزندان، ایجاد امید به آینده	هفته آخر ابان 1401	2
تغذیه در دوران بلوغ	هفته خرداد ماه 1401	3
راههای پرورش هوش هیجانی و شناخت هیجانات	هفته آخر دی ماه 1401	4
پرخاشگری و کنترل خشم- زودرنجی- انزوای اجتماعی	هفته سوم بهمن 1401	5
نقش والدین در احساسات مثبت و رفتارهای مناسب (تربیت)	هفته آخر اسفند 1401	6
مسئولیت پذیری را چگونه در فرزندان خود تقویت کنیم	هفته آخر فروردین 1402	7
ناهنجاریهای رفتاری در نوجوانی علت شناسی و روشهای آن	هفته آخر اردیبهشت 1402	8



آموزش تغذیه سالم

با توجه به اهمیت تغذیه سالم در سنین نوجوانی و بایدها و نبایدهای رژیم های غذایی در این دوره، از سرکار خانم رحیمیان کارشناس تغذیه روز ۱۴۰۱/۷/۱۸ در دبیرستان فرزنانگان ۲ دعوت به عمل آمد.



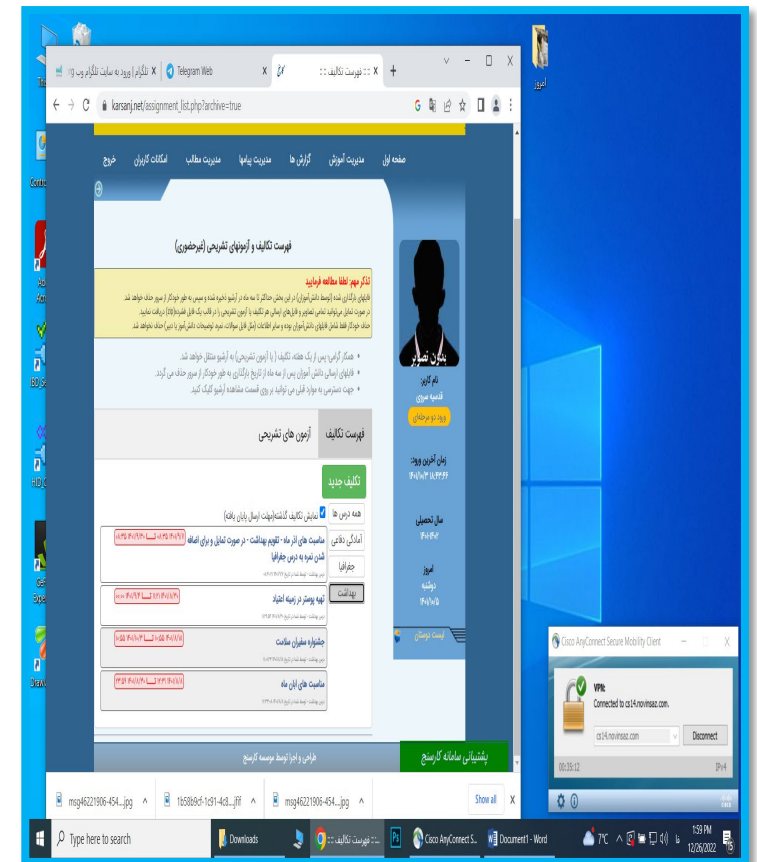
تشکیل گروه سفیران زندگی در کارسنج دیرستان

تشریح موضوعات سالانه در مورد بهداشت، قرار دادن کلیپ ، و پیام های بهداشتی در گروه



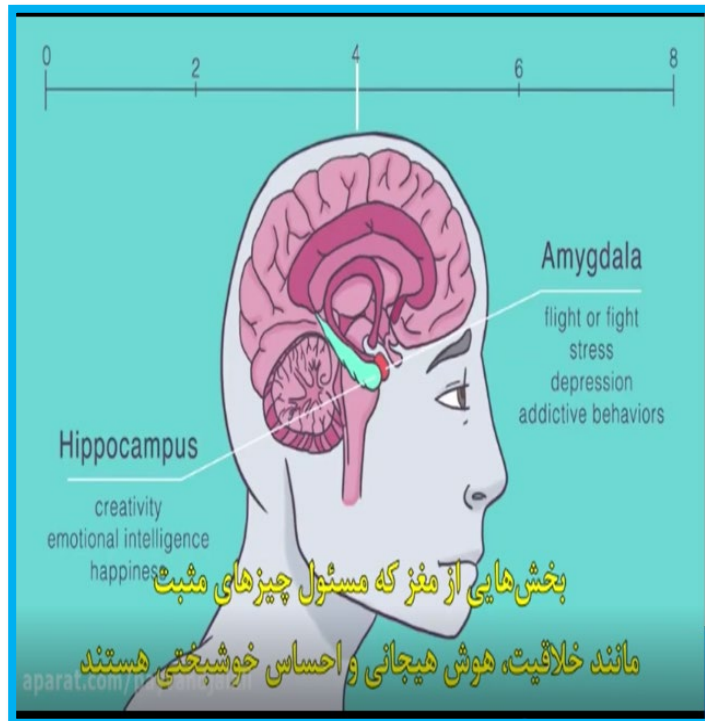
آشنایی با مهارت های ده گانه
مهارت شنش-مهارت مقابله با هیجانات منفی
راه های مقابله با هیجانات منفی

- *به خود آگاهی بالا برسید.
- *احساسات خود را بشناسید.
- *افکار منفی خود را بشناسید.
- *از شر هیجانات خود خلاص شوید.
- *احساسات منفی خود را بیرون بریزید.
- *با خود صادق باشید و خواسته ها و موقعیت های خود را درک و تعریف کنید.



برگزاری هفته بهداشت روان

هفته بهداشت روان با شعار "سلامت روان و بهزیستی دانش آموزان" از تاریخ ۱۸-۲۴ مهر ماه در دبیرستان انجام گرفت و بنابر موضوعات مختلف کلاس های تک نفره و گروهی با دانش آموزان انجام شد



شرکت در جلسه باز آموزشی طرح های سلامت ۱۴۰۱/۷/۲۷



تشکیل گروه دانش آموزی یاریگران و سفیران سلامت

انجام پوستر و نقاشی و آرایه کلیپ در رابطه با آسیب های اجتماعی و بیماریهای واگیردار و غیر واگیردار از طرف دانش آموزان



پوستربیماری های واگیر دار و غیر واگیر دار

با کلیه های خود دوست باشیم ❤️

ورزش کنیم

از خوردن فست فود پرهیز کنیم

غذای سالم بخوریم

آب بنوشیم

راه های پیشگیری از آنفولانزا

تقویت سیستم ایمنی

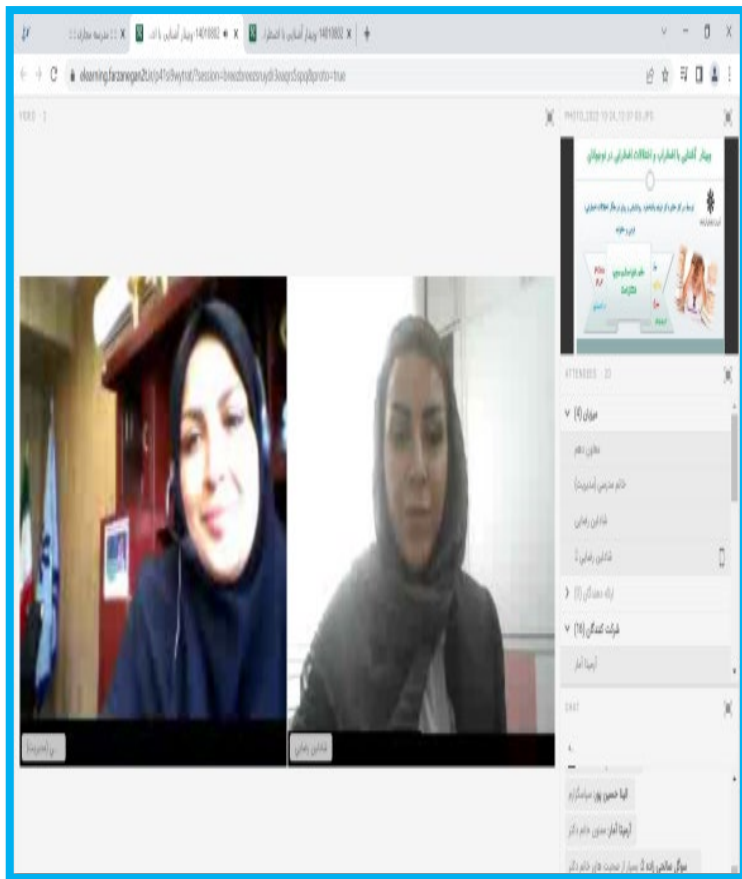
ماسک

شستن دست ها

واکسیناسیون

سارینا منتخبی

برگزاری وینار آموزش خانواده با موضوع استرس و افسردگی با حضور خانم یکتا منفرد روانشناس بالینی ۱۴۰۱/۸/۲



معاینه اول موی سر دانش آموزان

پدیکولوزیس شایع ترین آلودگی های انگلی در سراسر دنیا است که می تواند موجب ترد اجتماعی افراد و خانواده های. هر ساله در فصل پاییز معاینات مدارس برای پیشگیری از شیوع پدیکلوز انجام میگیرد. بدین منظور دبیرستان فرزنانگان ۲ با دعوت از خانم احمدی (پرستار بیمارستان کودکان بهرامی) در تاریخ ۱۴۰۱/۸/۹ دعوت به عمل آورد. ایشان ابتدا به معرفی این بیماری و راههای پیشگیری و درمان آن (معرفی شامپو و....) اشاره کردند ، سپس معاینه موی سر دانش آموزان دو کلاس پایه دهم بررسی گردید .



بازدید از ستاد توسعه فناوری نانو و آشنایی با وسایل ساخته شده در زمینه بهداشت ۱۴۰۱/۸/۱۹



آشنایی با گیاهان دارویی ۱۴۰۱/۸/۱۴



معاینه دوم موی سر دانش آموزان

به منظور حفظ بهداشت ، معاینه مرحله دوم موی سر دانش آموزان در تاریخ ۱۴۰۱/۸/۱۸ از سه کلاس به صورت رندم توسط سرکار خانم احمدی انجام گرفت و خوشبختانه هیچ موردی مشاهده نشد.



دبیرستان محترم فرزنانگان ۲ دور دوم
موضوع : گزارش
با سلام و احترام
به استحضار می رساند برابر هماهنگی قبلی ، در تاریخ ۱۴۰۱/۸/۱۸ از ساعت ۱۱:۰۰ تا ۱۴:۳۰ تعداد یکصد دانش آموز در مقطع مختلف دبیرستان ، به صورت رندم از نظر آلودگی پدیکلوزیس مورد معاینه قرار گرفتند .
خوشبختانه هیچیک از موارد معاینه شده آلودگی نداشته و کاملاً سالم بودند .

پروانه احمدی
کارشناس پرستاری
۱۱۴۵۳۴
پروانه احمدی



همایش آموزش کمک های اولیه در پیشگیری از مخاطرات

شنبه مورخ ۱۴۰۱ / ۸ / ۲۸ آموزش کمک های اولیه و پیشگیری از مخاطرات در سالن همایش معلم برگزار گردید. سپس دکتر نوروز مسئول شبکه بهداشت و درمان شمیرانات توضیحاتی در مورد کارکرد قلب، بیماری ها، سکته قلبی و همچنین در مورد انواع دیابت راههای پیشگیری و مراقبت و تشنج و راههای کمک رسانی آنها صحبت کردند.

سپس آقای حیدری کارشناس ارشد پرستاری با آموزش در خصوص نحوه ارزیابی و بررسی علائم حیاتی مصدوم، نحوه باز کردن راههای هوایی و احیای قلبی ریوی به صورت تئوری و عملی انجام دادند



تشویق دانش آموزان به صرفه جویی در مصرف آب با استفاده از نصب پوستر، تحقیق دانش آموزان و پخش بروشور



جلسه ضمن خدمت با موضوع بیماری های شایع در کودکان

جلسات بیماری های شایع کودکان طی چهار جلسه در آموزش ضمن خدمت در تاریخ های ۵-۶-۱۱-۱۲ آذر ماه در مرکز ضمن خدمت توسط گروه بهداشت برگزار گردید در این جلسات آقای دکتر رضاییدر مورد تغذیه؛ خانم دکترزاده زادفوق تخصص مغز و اعصاب و خانم دکتر میرزنده دل متخصص ریه سخنرانی کردند



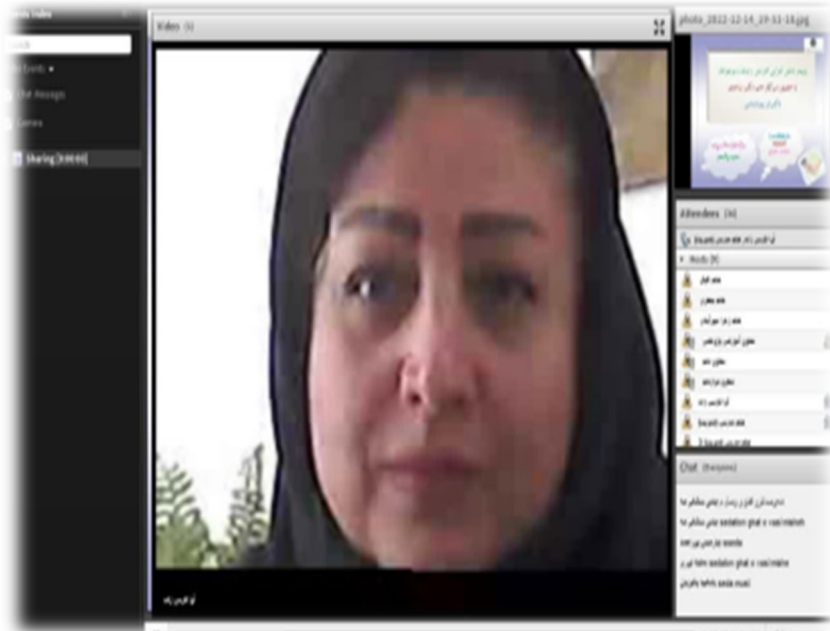
برگزاری جلسه توجیهی بازگشایی بوفه دبیرستان

جلسه توجیهی بازگشایی بوفه روز سه شنبه مورخ ۱۴۰۱/۹/۸ در دفتر مدیریت دبیرستان برگزار گردید در ابتدای جلسه سرکار خانم مدرسی ضمن خیرمقدم به همه عزیزان مواردی را متذکر شدند و قرار شد مراقب بهداشت بازدیدهای روزانه از بوفه به عمل آورند



برگزاری وینار دانش افزایش ارتباط با نوجوانان

وینار دانش افزایش ارتباط با نوجوانان در تاریخ ۲۴ آذرماه ماه روز پنجشنبه ساعت ۱۱ در کارسنگ دبیرستان فرزنانگان با حضور خانم دکتر ساجدی برگزار گردید ایشان ضمن معرفی خود در خصوص نگاه جدید به جلسات روانشناسی و افزایش آگاهی نسبت به روابط، فرزندان و یادگیری مداوم در سراسر عمر به ایراد سخنرانی پرداختند. ایشان در ادامه به مسائلی از جمله مفاهیم ارتباط موثر، مسئله هویت داری، علایق و سلیق نوجوانان، ایجاد تفریحات مشترک و حل مسئله و ارائه راهکارهایی در رابطه با نحوه برقراری رابطه دوستان با نوجوانان و سایر مسائل پرداختند



وینار دانش افزایش ارتباط با نوجوانان
با حضور سرکار خانم دکتر ساجدی
دکترای روانشناسی

روز پنجشنبه مورخ
۱۴۰۱/۹/۲۴
ساعت ۱۱ در کارسنگ

ویژه اولیا محترم پایه
دهم و یازدهم

A graphic slide with a light blue background. At the top right is a small logo. The main text is in a white box with a green border. Below the box are two thought bubbles. The left bubble contains text about the target audience (10th and 11th grade parents). The right bubble contains the date and time of the event. At the bottom right is a small image of hands holding a green object.

پاشیدن شن بر روی برفها برای جلوگیری از سر خوردن دانش آموزان ۱۴۰۱/۹/۲۸



کارت سلامت کارکنان بوفه ۱۴۰۱/۹/۲۹

وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی
دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی

کارت بهداشت

نام: سودابه
نام خانوادگی: عبدالمی
شماره ملی: ۰۰۱۸۶۰۶۵۴۷

شماره کارت: ۱۱۰۲۴۹۵۷۰۶
تاریخ صدور: ۱۴۰۱/۰۹/۳۰
تاریخ اتمام اعتبار: ۱۴۰۲/۰۹/۳۰

اعتبار کارت دوازده ماه است

معاون بهداشتی دانشگاه

نام: فاطمه
نام خانوادگی: رحیمی
شماره ملی: ۰۰۱۹۶۶۱۷۸۹

شماره کارت: ۱۱۰۲۴۹۵۷۶۳
تاریخ صدور: ۱۴۰۱/۰۹/۳۰
تاریخ اتمام اعتبار: ۱۴۰۲/۰۹/۳۰

اعتبار کارت دوازده ماه است

معاون بهداشتی دانشگاه

شب یلدا

به منظور شناخت آداب و رسوم و حفظ سنت های قدیم، دانش آموزان با ارسال پوستر، نقاشی، مقاله در تداوم این فرهنگ کهن شرکت کردند



فراخوان برگزاری جشنواره سفیران سلامت و نوجوان سالم

جشنواره سفیران سلامت با محورهای خودمراقبتی و نوجوان سالم با محورهای پیشگیری از آسیب ها برگزار می گردد

هفتمین دوره جشنواره سفیران سلامت
با محورهای خود مراقبتی و سبک زندگی سالم

نقاشی

پادکست

فیلم کوتاه

پویا نمایی

رشته های

شرکت کننده

در جشنواره

اینفوگرافی

اسی

بکاتور





دوازدهمین دوره جشنواره کشوری
نوجوان سالم، خلاقیت های دانش آموزی و یاریگران زندگی

محورهای جشنواره:

- پیشگیری از گرایش به دخانیات
- پیشگیری از گرایش به سوء مصرف مواد
- پیشگیری از گرایش به خشونت
- بهداشت روان و سبک زندگی
- برقراری ارتباط موثر و مناسب با والدین و دوستان
- استفاده بهینه از ابزار فن آوری (موبایل، اینترنت و...)
- رعایت و حفظ قانون، مقررات و حقوق شهروندی
- همیارک، همدلی و کمک به دیگران
- تحکیم و تقویت بنیاد خانواده

قالب آثار:

- نقاشی (مداد رنگی، ابرق، گواش، پاستل، رنگ روغن، پوستر، تصویر سه بعدی)
- خلق شخصیت های عروسکی و کارتون
- طراحی نرم افزار و چند رسانه ای
- ایده پردازک
- مقاله نویسی
- روزنامه دیوارک
- عکاسی
- فیلم کوتاه
- تئاتر صحنه ای
- انیمیشن
- موشن گرافیک
- بازی های رایانه ای
- روایت نگاری
- ابتکارات بخش جامعه محور یاریگران زندگی

ویژه دانش آموزان دوره متوسطه

مهلت ارسال آثار: نهم بهمن ماه ۱۴۰۱
دیرخانه جشنواره نوجوان سالم (کارشناسی سلامت و پیشگیری از آسیب های اجتماعی)