

Towards a Healthy Life
9th "My health" conference



نحو حياة صحية
مؤتمر صحي التاسع

أجندة المؤتمر

الأيقونة تدل على أن الورشة تبت افتراضياً

اليوم الأول : الثلاثاء 15 نوفمبر 2022

أسلوب الحياة الصحي

التسجيل | 8:00 - 10:00 ص

افتتاح المؤتمر | 10:00 - 10:15 ص

- السلام الوطني

- فلم الافتتاح: أسلوب الحياة الصحي

- كلمة أ.إيمان راشد سيف، مدير إدارة التثقيف الصحي

- كلمة أ.د. حميد مجول النعيمي، مدير جامعة الشارقة

- كلمة الممثل عن المكتب الإقليمي لمنظمة الصحة العالمية (كلمة مسجلة)

الجلسة الافتتاحية | 10:15 - 11:00 ص

مدير الجلسة

أ.د. محمد علم الدين
عميد كلية العلوم الصحية
جامعة الشارقة



جامعة الشارقة
UNIVERSITY OF SHARJAH
شريك إستراتيجي

الشيخوخة في العالم
العربي



البروفيسور عبلا كمال سباعي

عميد كلية العلوم الصحية في جامعة بيروت،
مؤسس مركز أبحاث كبار السن

الرفاه
النفسي



أ. عفرأء سالم مبارك

مدير مستشفى الكويت بالإنابة - الشارقة
واختصاصية نفسية وممارس علم النفس العلاجي
مؤسسة الإمارات للخدمات الصحية

نظرية
التمرير والتحمل



أ.د. هاشم عدنان الكيلاني

أستاذ في قسم علوم الحركة والتدريب الرياضي
الجامعة الأردنية

The COVID-19 impact on the healthcare workforce:
impact and policy responses



Prof. James Buchan

Senior Fellow

Health Foundation UK



أجندة المؤتمر

اليوم الأول : الثلاثاء 15 نوفمبر 2022

المحور الرئيسي: الصحة الجسمية

11:15 ص - 12:30 م | الجلسة الحوارية الأولى: الغذاء الصحي المتوازن

مدير الجلسة

أ.د. رياض شاكر عبيد

أستاذ ورئيس قسم التغذية العلاجية والحميات
كلية العلوم الصحية - جامعة الشارقة



إعادة تشكيل النظم الغذائية لتحسين التغذية والصحة في إقليم شرق المتوسط

د. أيوب الجوالدة

المستشار الإقليمي للتغذية في منظمة الصحة العالمية



نقصان الوزن
بلا حرمان

هرمونات الشبع والرياضة
وتأثيرها على نقصان الوزن

الأنماط الغذائية الصحية: هل هي
مستدامة؟

تغذية
كبار السن



أ. أريج السعد

مسؤول قسم التغذية العلاجية في
مستشفى الملك حمد الجامعي ونائب رئيس
جمعية أصدقاء الصحة في مملكة البحرين



د. هديل علي غزاوي

أستاذ مشارك في قسم التغذية
والتصنيع الغذائي
الجامعة الأردنية



د. فرح نجا

أستاذ مشارك في قسم التغذية
العلاجية والحميات
كلية العلوم الصحية - جامعة الشارقة



د. وفاء عايش

استشاري تغذية علاجية

12:30 م - 1:30 م | استراحة الصلاة والغداء



أجندة المؤتمر

الأيقونة تدل على أن الورشة تبت افتراضياً

اليوم الأول : الثلاثاء 15 نوفمبر 2022

المحور الرئيسي: الصحة الجسمية

الجلسة الحوارية الثانية : النشاط البدني أسلوب حياة لجودة الحياة | 1:30 م - 2:45 م

مدير الجلسة



د. أسامة كامل اللالا

أخصائي توعية رياضية
مجلس أبوظبي الرياضي



أسرار وأخطار الخمول البدني

د. أسامة كامل اللالا

أخصائي توعية رياضية في مجلس أبوظبي الرياضي



التحول الرقمي
في اللياقة البدنية

القوام السليم
أساس اللياقة البدنية

النشاط البدني وعلاقته في
السمنة كعامل وقائي وعلاجي

تجربة جمعية أصدقاء
مرضى التهاب المفاصل



أ. فاتن تفاحة

مستشارة في اللياقة البدنية
ومؤسس Jump Academy



د. ابراهيم مصطفى

أستاذ ورئيس قسم العلاج الطبيعي في كلية
العلوم الصحية بجامعة الشارقة



أ. د. عادل حلمي شحاته

معلم أول بمركز التربية الرياضية العسكري في وزارة
الدفاع لدولة الامارات العربية المتحدة



أ. وحيدة عبدالعزيز

رئيس جمعية أصدقاء مرضى التهاب
المفاصل



أجندة المؤتمر

الأيقونة تدل على أن الورشة تبتث افتراضياً

اليوم الأول : الثلاثاء 15 نوفمبر 2022

المحور الرئيسي: الصحة الجسمية

الجلسة الحوارية الثالثة: العادات السليمة (نمط الحياة الصحي) | 2:45 م - 4:00 م

مدير الجلسة

د. كوثر العيد

استشارية الصحة العامة
رئيس جمعية أصدقاء الصحة
مملكة البحرين



نمط الحياة الصحي للوقاية من السرطان

البروفيسور. حميد عبيد حرمل الشامسي

رئيس جمعية الامارات للأورام



تقييم التغيرات في العادات الغذائية وأنماط الحياة بعد توفر لقاح COVID-19 في عدد من البلدان العربية

التبغ والأمراض المزمنة

تقييم المتناول الكلي من الكافيين لدى أطفال المدارس في دولة الإمارات العربية المتحدة وعلاقته بصحة النوم والصحة البدنية

الحجامة الطبية ما بين العلم والترويج



د. ليلى الشيخ إسماعيل

أستاذ مشارك في قسم التغذية العلاجية والحميات
كلية العلوم الصحية بجامعة الشارقة



د. وائل صفوت

استشاري الباطنة العامة والتوعية الصحية
ورئيس اللجنة الدولية بالجمعية الأمريكية لعلاج إدمان التبغ ومنسق التحالف المصري وعضو التحالف العربي للأمراض غير المعدية



د. معز الإسلام فارس

أستاذ مشارك في قسم التغذية العلاجية والحميات
كلية العلوم الصحية بجامعة الشارقة



د. هيمن النخال

أخصائي الطب التكميلي والعلاج بالحجامة ومدير عام مركز الشارقة للطب الشمولي



أجندة المؤتمر

اليوم الثاني : الأربعاء 16 نوفمبر 2022

المحور الرئيسي: الصحة النفسية

8:00 ص | التسجيل

9:00 ص - 10:15 ص | الجلسة الحوارية الأولى: الصحة النفسية ودورها في تعزيز أنماط الحياة

مدير الجلسة

د. عادل سجواني

استشاري طب الأسرة
مستشفى فقيه الجامعي



العلاج النفسي ترف أم حاجة

د. جوزيف الخوري

استشاري الطب النفسي
المستشفى الأمريكي - دبي



التربية في الألفية الثالثة

التغذية .. صحة وسعادة

الإدمان وتأثيره على نمط الحياة

الجلد النفسي للذات وعلاقته
بأساليب التربية الوالدية لدى الأمهات



د. تهاني الكيومي

استشارية طب نفسي

مستشفى الأمل للصحة النفسية



أ. منى الحواري

استشارية تغذية

رئيس جمعية أصدقاء مرضى الكلى



د. أماني هارون الرشيد

استشارية الطب النفسي وعلاج الإدمان

مستشفى الأمل للصحة النفسية



أ. همسة أحمد يونس

مستشارة تربية وأسرية ونفسية

10:15 - 10:45 ص | التكريم



أجندة المؤتمر

اليوم الثاني : الأربعاء 16 نوفمبر 2022

المحور الرئيسي: الصحة النفسية

10:45 ص - 12:00 م | الجلسة الحوارية الثانية: مهددات الصحة النفسية وانعكاساتها على جودة الحياة والأنماط الإيجابية

مدير الجلسة

د. جاسم المرزوقي

استشاري العلاج النفسي



المرونة النفسية

د. آمال زكريا النمر

مستشار نفسي وأسري
إدارة مراكز التنمية الأسرية في الشارقة



أصدقاء الرضاعة الطبيعية
Breastfeeding Friends
المجلس الأعلى لشؤون الأسرة بالشارقة

ارتباط العوامل النفسية
بالأمراض العضوية



د. محمد حسن

استشاري الطب النفسي

في مدينة خليفة الطبية في عجمان

رفاهية الأم النفسية والعاطفية
خلال الرضاعة الطبيعية



أ. عفراء سالم مبارك

مدير مستشفى الكويت بالإقامة واختصاصية نفسية

وممارس علم النفس العلاجي

تعزيز الصحة النفسية في
بيئة العمل



أ.د. وجدان بني عيسى

أستاذ في علوم التمريض في كلية العلوم

الصحية بجامعة الشارقة

التنمر والعنف وأثره على
الصحة النفسية للأطفال




د. رشا محمد عبدالرحمن

رئيس قسم علم النفس

في جامعة عجمان



أجندة المؤتمر

الأيقونة تدل على أن الورشة تبت افتراضياً 

اليوم الثاني : الأربعاء 16 نوفمبر 2022

المحور الرئيسي: الصحة الرقمية

12:45 م - 2:00 م | الجلسة الحوارية الثالثة: الصحة الرقمية ما لها وما عليها

مدير الجلسة

د. منصور أنور حبيب

استشاري طب الأسرة والصحة المهنية



الصحة الرقمية ما لها وما عليها

د. منصور أنور حبيب

استشاري طب الأسرة والصحة المهنية



الأطفال والتكنولوجيا
توازن لا تهاون

المؤثر الرقمي 

الإدمان الإلكتروني

تجربة المدرب الصوتي



د. أمل عبدالرحمن الجودر

خبير ومدرب تعزيز صحة وجوده حياة
مملكة البحرين



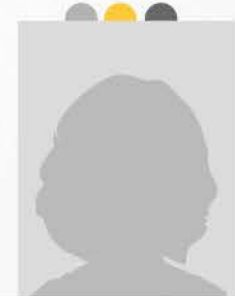
د. أحمد عبدالملك

استشاري طب العائلة
دولة الكويت



د. حسين المسيح

خبير قطاع التنمية والرعاية الاجتماعية
هيئة تنمية المجتمع - دبي



الجوهرة الفارس

أخصائية صحة عامة
مجلس الصحة لدول مجلس التعاون



أجندة المؤتمر

الأيقونة تدل على أن الورشة تبتث افتراضياً

اليوم الثاني : الأربعاء 16 نوفمبر 2022

المحور الرئيسي: البيئة الداعمة للصحة

الجلسة الحوارية الرابعة: تجارب وطنية محلية لبيئة داعمة لصحة الأسرة والمجتمع | 02:00 م - 3:30 م

مدير الجلسة

د. ندى حسن المرزوقي

مدير إدارة الصحة العامة والوقاية
وزارة الصحة ووقاية المجتمع



الشارقة مدينة صحية

الدكتور/ عبدالعزيز سعيد المهيري

رئيس هيئة الشارقة الصحية



الجمعيات الداعمة للصحة في المجلس
الأعلى لشؤون الأسرة في الشارقة

الشارقة مدينة مراعية
لكبار السن

بيئة دراسية صحية
وسليمة

عرض مشروع المول الصحي
من مملكة البحرين

عرض تجربة - الشارقة
صديقة للأطفال واليافعين



أ. إيمان علي تركي

رئيس قسم البرامج في إدارة التثقيف الصحي في
المجلس الأعلى لشؤون الأسرة بالشارقة



أ. أسماء الخزري

مدير مكتب الشارقة مراعية للسن



أ. لهيب المتولي

خبير ضمان جودة
هيئة الشارقة للتعليم الخاص



د. مريم الهاجري

الوكيل المساعد للصحة العامة وزارة الصحة
مملكة البحرين



د. حصة خلفان السويدي

المدير التنفيذي
مكتب الشارقة صديقة للطفل

الإعلان عن مشروع المراكز التجارية الصحية
بتنظيم إدارة التثقيف الصحي



الثقة الصحية
Health Promotion
إدارة التثقيف الصحي - Health Promotion Dept.
المجلس الأعلى لشؤون الأسرة بالشارقة SCFA - Shj

Towards a Healthy Life
9th "My health" conference



نحو حياة صحية
مؤتمر صحي التاسع



الإمارات العربية المتحدة
وزارة الصحة ووقاية المجتمع



Health Promotion
الصحة

Health Promotion Dept. - إدارة التثقيف الصحي
المجلس الأعلى لشؤون الأسرة بالشارقة SCFA - Shj



المنظمين
Orgnaizer



أصدقاء الرضاعة الطبيعية
Breastfeeding Friends



أصدقاء السكري
Friends For Diabetes



الجمعية من الحركة
المرحلة من الحياة
أصدقاء مرضى التهاب المفاصل
FRIENDS OF ARTHRITIS PATIENTS



أصدقاء مرضى الكلى
Friends Of Kidney Patients



أصدقاء مرضى السرطان
FRIENDS OF CANCER PATIENTS
نحن معكم جميعاً



وزارة الصحة
Ministry of Health



مجلس الصحة
لدول مجلس التعاون
Gulf Health Council



الإتحاد الإقليمي للأمراض غير السارية
REGIONAL NCD ALLIANCE

الشركاء
Partners



هيئة الشارقة للتعليم الخاص
SHARJAH PRIVATE EDUCATION AUTHORITY

EHS | مؤسسة الإمارات للخدمات الصحية
Emirates Health Services



هيئة الشارقة الصحية
Sharjah Health Authority



قرية الشعب
Al Shaab Village
تسوق وترفيه
SHOPPING & ENTERTAINMENT



مؤسسة نفط
الشارقة الوطنية
SNOC



Fast
شركة فاست لمقاولات البناء (ذ.م.م.)
FAST BUILDING CONT (L.L.C)

شريك داعم
Support Partner

العربية للطيران

راعي و ناقل حصري
Exclusive Sponsor and Transporter



مركز الشارقة للاتصال
Sharjah Contact Centre



هيئة الشارقة
للإذاعة والتلفزيون
SHARJAH BROADCASTING AUTHORITY



هيئة الشارقة
للإذاعة والتلفزيون
SHARJAH BROADCASTING AUTHORITY

الرعاية الإعلامية
Media Sponsors



حكومة الشارقة
Government of Sharjah
هيئة التنمية التجاري
والسياحة بالشارقة
Sharjah Commerce & Tourism
Development Authority

تعاونية الشارقة
SHARJAH CO-OP



زلال
Sustainable Party



داعم
Supporter