



المجلس الصحي السعودي
Saudi Health Council

المركز الوطني للسكري

رزمة
التوعية
عن داء
السكري

السكري في كل الأوقات

2023

رزمة التوعية عن داء السكري
السكري في كل الأوقات

المركز الوطني للسكري



المجلس الصحي السعودي
Saudi Health Council

يوليو

- اليوم العالمي للمجتمع

يونيو

- السكري ورمضان
- اليوم العالمي للآباء

مايو

- يوم العائلة العالمي
- اليوم العالمي لارتفاع ضغط الدم
- اليوم العالمي لمكافحة التدخين

ابريل

- يوم الصحة العالمي
- اليوم العالمي للسلامة والصحة في العمل

مارس

- اليوم العالمي للمرأة
- يوم العالمي للكلى
- اليوم العالمي لصحة الفم والأسنان
- اليوم العالمي للام السكري والحج

ديسمبر

- يوم التطوع العالمي

نوفمبر

- اليوم العالمي للسكري
- يوم الرجل العالمي
- يوم الطفل العالمي
- يوم المشي العالمي

أكتوبر

- اليوم العالمي للمسنين
- اليوم العالمي للإبصار
- اليوم العالمي لمكافحة السمّة
- يوم الغذاء العالمي

سبتمبر

- اليوم العالمي للإسعافات الأولية
- اليوم العالمي للقلب

أغسطس

- اليوم العالمي للرضاعة الطبيعية
- اليوم العالمي للشباب





رزمة التوعية عن داء السكري مارس 2023

السكري في كل الأوقات

الأحد	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	السبت
●	●	●	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	●

اليوم العالمي للمرأة

فحص وتوعية المرأة
من داء السكري

يوم العالمي للكلى

التوعية من داء السكري
ومضاعفاته

اليوم العالمي للام

حملة توعية لاسلوب حياة
صحية الام للوقاية من
داء السكري والتحكم به

اليوم العالمي لصحة الفم والأسنان

حملة عن علاقة السكري
بصحة الفم والاسنان

السكري ورمضان

التوعية عن داء السكري
خلال الصيام

وصف الفعالية:

8 مارس

- إقامة ركن تثقيفي في المستشفيات
والأندية النسائية والاماكن التجمعية عن هذه المناسبة
- اعداد مطويات ونشرها عبر وسائل التواصل الاجتماعي
- اعداد محتوى مرئي عن هذه المناسبة

9 مارس

- إقامة ركن تثقيفي في المستشفيات
والاماكن التجمعية عن هذه المناسبة
- اعداد مطويات ونشرها عبر وسائل التواصل الاجتماعي
- اعداد محتوى مرئي عن علاقة السكري بأمراض الكلى

20 مارس

- إقامة ركن تثقيفي في المستشفيات والمراكز التجمعية
عن هذه المناسبة
- اعداد مطويات ونشرها عبر وسائل التواصل الاجتماعي
عن هذه المناسبة
- اعداد محتوى مرئي عن علاقة الاسنان مع داء السكري

21 مارس

- إقامة ركن تثقيفي في المستشفيات والأندية النسائية
والمراكز التجمعية عن هذه المناسبة
- اعداد مطويات ونشرها عبر وسائل التواصل الاجتماعي
- اعداد محتوى مرئي أسلوب الحياة الصحية للأمهات
للوقاية والتحكم بداء السكري

22 مارس

- إقامة ركن توعوي تثقيفي عن داء السكري وشهر رمضان
- اعداد مطويات عن التعامل مع داء السكري في شهر رمضان
ونشرها عبر وسائل التواصل الاجتماعي
- اعداد محتوى مرئي عن داء السكري عن التعامل مع
داء السكري في شهر رمضان

اليوم العالمي بالتزامن

المناسبة الخاصة بالمركز



رزمة التوعية عن داء السكري أبريل

السكري في كل الأوقات

يوم الصحة العالمي

حملة فحص وتوعية
عن مرض السكري

الأحد	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	السبت
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

اليوم العالمي للسلامة
والصحة في العمل
كيفية التعامل مع ارتفاع
وانخفاض السكر في العمل

وصف الفعالية:

7 أبريل

- إقامة ركن تثقيفي عن الوقاية من داء السكري
والتحكم فيه في المستشفيات والاماكن التجمعية
للفحص والتوعية عن داء السكري
- اعداد مطويات ونشرها عبر وسائل التواصل الاجتماعي
عن هذه المناسبة
- اعداد محتوى مرئي عن الوقاية من السكري
عن هذه المناسبة

28 أبريل

- إقامة ركن تثقيفي عن كيفية التعامل مع ارتفاع وانخفاض مستويات
السكري بالدم أثناء التواجد بمقر العمل
- اعداد مطويات ونشرها عبر وسائل التواصل الاجتماعي عن هذه المناسبة
- اعداد محتوى مرئي عن كيفية التعامل مع ارتفاع وانخفاض مستويات
السكري بالدم أثناء التواجد بمقر العمل

اليوم العالمي بالتزامن
المناسبة الخاصة بالمركز



رزمة التوعية عن داء السكري مايو

السكري في كل الأوقات

اليوم العالمي لارتفاع
ضغط الدم
علاقة ارتفاع ضغط الدم
مع داء السكري

يوم العائلة العالمي
حملة توعية الاسرة
من داء السكري

الأحد	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	السبت
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

اليوم العالمي
لمكافحة التدخين
علاقة التدخين بداء السكري

وطف الفعالية :

15 مايو

- إقامة ركن تثقيفي عن دور العائلة في الوقاية والتحكم بداء السكري
- اعداد مطويات ونشرها عبر وسائل التواصل الاجتماعي
- عن هذه المناسبة
- اعداد محتوى مرئي عن الوقاية من السكري

17 مايو

- إقامة ركن تثقيفي عن الوقاية والتحكم في ارتفاع ضغط الدم وعلاقته في الإجابة بداء السكري
- اعداد مطويات ونشرها عبر وسائل التواصل الاجتماعي
- اعداد محتوى مرئي عن علاقة ارتفاع ضغط الدم وداء السكري

31 مايو

- إقامة ركن تثقيفي عن مزار التدخين وعلاقته بداء السكري
- اعداد مطويات ونشرها عبر وسائل التواصل الاجتماعي
- اعداد محتوى مرئي عن مزار التدخين وعلاقته بداء السكري

اليوم العالمي بالتزامن
المناسبة الخاصة بالمركز



رزمة التوعية عن داء السكري يونيو

السكري في كل الأوقات

الأحد	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	السبت
●	●	●	●	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	●

اليوم العالمي للأباء
حملة توعية لاسلوب
حياة صحية للاب للوقاية
من داء السكري والتحكم به

السكري والحج
التوعية عن داء السكري
خلال موسم الحج

وحف الفعالية :
21 يونيو

-إقامة ركن تثقيفي عن التعامل مع داء السكري في موسم الحج
-اعداد مطويات عن التعامل مع داء السكري في موسم الحج ونشرها عبر وسائل التواصل الاجتماعي
-اعداد محتوى مرئي عن داء السكري عن التعامل مع داء السكري في موسم الحج

21 يونيو

حملة توعية عن اسلوب الحياة الصحية للأباء للوقاية من داء السكري والتحكم بداء السكري
-إقامة ركن تثقيفي عن أسلوب الحياة الصحية للأباء وبالغين للوقاية والتحكم بداء السكري
-اعداد مطويات ونشرها عبر وسائل التواصل الاجتماعي عن هذه المناسبة
اعداد محتوى مرئي عن أسلوب الحياة الصحية للأباء وبالغين للوقاية والتحكم بداء السكري



رزمة التوعية عن داء السكري يوليو

السكري في كل الأوقات

الأحد	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	السبت
1						
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

اليوم العالمي للمجتمع
توعية المجتمع
عن داء السكري

هدف الفعالية :
11 يوليو

- إقامة ركن تثقيفي عن أسلوب الحياة الصحية لأفراد لمجتمع للوقاية والتحكم بداء السكري بالأماكن التجمعية
- اعداد مطويات ونشرها عبر وسائل التواصل الاجتماعي عن هذه المناسبة
- اعداد محتوى مرئي عن أسلوب الحياة الصحية لأفراد المجتمع للوقاية والتحكم بداء السكري



رزمة التوعية عن داء السكري أغسطس

السكري في كل الأوقات

اليوم العالمي للشباب
حملة الوقاية من
داء السكري للشباب

**اليوم العالمي
للرعاية الطبيعية**
علاقة الرعاية الطبيعية بمنع
وتأخير الإصابة بداء السكري

الأحد	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	السبت
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

اليوم العالمي بالتزامن
المناسبة الخاصة بالمركز

12 أغسطس

- إقامة ركن تثقيفي عن أسلوب الحياة الصحي لدى الشباب
للقاية من داء السكري
- اعداد مطويات ونشرها عبر وسائل التواصل الاجتماعي عن هذه المناسبة
- اعداد محتوى مرئي عن فوائد اتباع أسلوب الحياة الصحي لدى
الشباب للقاية من داء السكري

وصف الفعالية :

1 أغسطس

- إقامة ركن تثقيفي عن الرعاية الطبيعية لما لها من أثر
في تقليل مخاطر الإصابة بداء السكري من النوع الثاني عند الكبر
- اعداد مطويات ونشرها عبر وسائل التواصل الاجتماعي عن علاقة
الرعاية الطبيعية وتقليل الإصابة بداء السكري
- اعداد محتوى مرئي عن فوائد الرعاية الطبيعية



رزمة التوعية عن داء السكري سبتمبر

السكري في كل الأوقات

الأحد	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	السبت
2	1					
9	8	7	6	5	4	3
16	15	14	13	12	11	10
23	22	21	20	19	18	17
30	29	28	27	26	25	24

**اليوم العالمي للإسعافات
الأولية**
كيفية التعامل مع ارتفاع
وانخفاض السكر بالدم

اليوم العالمي للقلب
تأثير داء السكري على القلب

وصف الفعالية :

14 سبتمبر

- إقامة ركن تثقيفي عن الإسعافات الأولية لانخفاض وارتفاع السكر بالدم
- اعداد مطويات ونشرها عبر وسائل التواصل الاجتماعي
- اعداد محتوى مرئي عن الإسعافات الأولية لانخفاض وارتفاع السكر بالدم

29 سبتمبر

- إقامة ركن تثقيفي عن التحكم بداء السكري للوقاية من امراض القلب
- اعداد مطويات ونشرها عبر وسائل التواصل الاجتماعي
- اعداد محتوى مرئي عن التحكم بداء السكري للوقاية من امراض القلب

اليوم العالمي بالتزامن
المناسبة الخاصة بالمركز



رزمة التوعية عن داء السكري أكتوبر

السكري في كل الأوقات

اليوم العالمي للمسنين
حملة توعية لاسلوب حياة
هحية للمسنين، للوقاية
من داء السكري والتحكم به

**اليوم العالمي لمكافحة
السمنة**
حملة توعية عن علاقة
السمنة بداء السكري

اليوم العالمي للإبصار
مدى تأثير داء السكري
على صحة العين

يوم الغذاء العالمي
علاقة الغذاء بداء السكري

الأحد	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	السبت
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

وطف الفعالية :

1 أكتوبر

-إقامة ركن تثقيفي عن كيفية الوقاية من داء السكري لدى المسنين وكيفية التعامل مع مرضى السكري منهم -اعداد مطويات ونشرها عبر وسائل التواصل الاجتماعي -اعداد محتوى مرئي عن كيفية الوقاية من داء السكري لدى المسنين وكيفية التعامل مع مرضى السكري لدى المسنين

10 أكتوبر

-إقامة ركن تثقيفي عن التحكم بمستويات السكري بالدم للوقاية من مضاعفات السكري على العين -اعداد مطويات ونشرها عبر وسائل التواصل الاجتماعي عن هذه المناسبة -اعداد محتوى مرئي عن التحكم بمستويات السكري بالدم للوقاية من مضاعفات السكري على العين

11 أكتوبر

-إقامة ركن تثقيفي عن مخاطر السمنة وتسببها بداء السكري وتأثيرها على مستوى السكر بالدم بمناسبة -اعداد مطويات ونشرها عبر وسائل التواصل الاجتماعي -اعداد محتوى مرئي عن مخاطر السمنة وتسببها بداء السكري وتأثيرها على مستوى السكر بالدم

16 أكتوبر

-إقامة ركن تثقيفي عن أثر الغذاء المتوازن للوقاية من داء السكري والتحكم بمستوى السكر بالدم بمناسبة اليوم العالمي للغذاء -اعداد مطويات ونشرها عبر وسائل التواصل الاجتماعي -اعداد محتوى مرئي عن أثر الغذاء المتوازن للوقاية من داء السكري والتحكم بمستوى السكر بالدم بمناسبة اليوم العالمي للغذاء

اليوم العالمي بالتزامن

المناسبة الخاصة بالمركز



رزمة التوعية عن داء السكري نوفمبر

السكري في كل الأوقات

الأحد	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	السبت
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

اليوم العالمي للسكري
حملة وطنية للوقاية
من السكري والتحكم به

يوم الطفل العالمي
حملة توعوية عن الوقاية
من داء السكري النوع الثاني
وطرق التحكم بالنوع الاول
للأطفال والمراهقين

يوم المشي العالمي
حملة علاقة المشي
بداء السكري

يوم الرجل العالمي
فحص وتوعية الرجل
من داء السكري

وهدف الفعالية :

14 نوفمبر

-إقامة ركن تثقيفي عن كيفية الوقاية للوقاية
من داء السكري ومضاعفاته
-اعداد مطويات ونشرها عبر وسائل التواصل الاجتماعي
-اعداد محتوى مرئي عن للوقاية من داء السكري ومضاعفاته

19 نوفمبر

-إقامة ركن تثقيفي عن أسلوب الحياة الصحية للرجل
للوقاية والتحكم بداء السكري
-اعداد مطويات ونشرها عبر وسائل التواصل الاجتماعي عن هذه المناسبة
-اعداد محتوى مرئي عن أسلوب الحياة الصحية للرجل للوقاية والتحكم بداء السكري

20 نوفمبر

-إقامة ركن تثقيفي عن حملة توعوية عن الوقاية من داء السكري
النوع الثاني وطرق التحكم بالنوع الاول للأطفال والمراهقين
-اعداد محتوى مرئي عن داء السكري

30 نوفمبر

-إقامة ركن تثقيفي عن أهمية رياضة المشي للوقاية من داء السكري
والحفاظ على مستويات السكر بالدم
-اعداد مطويات ونشرها عبر وسائل التواصل الاجتماعي
-اعداد محتوى مرئي عن أهمية رياضة المشي للوقاية من داء السكري
والحفاظ على مستويات السكر بالدم

اليوم العالمي بالتزامن
المناسبة الخاصة بالمركز



رزمة التوعية عن داء السكري ديسمبر

السكري في كل الأوقات

الأحد	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	السبت
3	4	5	6	7	1	2
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

يوم التطوع العالمي
حملة فحص وتوعية
عن مرض السكري

وصف الفعالية :
5 ديسمبر

-إقامة ركن تثقيفي تطوعي لتقديم الفحوصات
والاستشارات الطبية والغذائية المتعلقة بداء السكري
-اعداد مطويات ونشرها عبر وسائل التواصل الاجتماعي

المركز الوطني للسكري



المجلس الصحي السعودي
Saudi Health Council

 www.shc.gov.sa |   shc_gov

 saudi health council - saudi arabia