



## جمعية الرضاعة الطبيعية

### لجنة التوعية والتثقيف

بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله رب العالمين بدأ الاستعداد للتفعيل الأسبوع العالمي للرضاعة الطبيعية من بدأت شهر يونيو ميلادي وذلك بجمع المواد التعليمية وما يحتاجه التفعيل والدخول على موقع ابا ونشر المواد التعليمية المعدة من قبل موقع ابا بلغتين العربية والانجليزية في مجموعة لجنة التوعية والتثقيف وتطوع مجموعة من الأخوات في اللجنة بمساهمة في تفعيل الأسبوع العالمي للرضاعة الطبيعية وذلك ببعض الجمل الفتوغرافية وفيلم قصير وتم نشرها جميعها في حسابات الجمعية وإعداد الجدول بشكل مبكر وتم تعديل الجدول اكثر من عشر مرات نظرا لتلبية رغبات المشاركات ومراعات لظروفهم وحتى نتمكن من التقديم بأفضل صورة ممكنة. لقد واجهتنا عدة صعوبات وتحديات التي استطعنا والله الحمد والمنة بتعاون الزميلات والزملاء على تخطيها. تم تغطية جميع أيام الأسبوع العالمي للرضاعة الطبيعية ما عدا يوم الجمعة بتدا بتاريخ 2020/8/01م حتى 2020/08/06م. واستمرت حملة تمكني حولين بعد انتهاء الأسبوع العالمي للرضاعة الطبيعية بتقديم المحاضرات كل يوم اثنين وأربعاء من كل اسبوع. والخطة القادمة وما استفدنا من الدروس اعداد مواد مسجلة تكون كاحتياط في حال اعتذار أحد المشاركين بشكل مفاجئ لتبث للجمهور ويقوم إحدى أعضاء الجمعية والمتطوعين بالإشراف على ذلك.



اعداد : أ/ليلي الشبتي  
مرشدة رضاعة طبيعية



## جمعية الرقاعة الطبيعية

### لجنة التوعية والتثقيف

ت	اليوم	الساعة	العنوان	المحاضر
-1	السبت 2020/8/1 الموافق 1441/12/11	08:00 مساء	أم لأول مرة	د. نورة الخرجي
-2	الأحد 2020/ 8/2 الموافق 1441/12/12	08:00 مساء	مم يتكون حليب الأم	د. صافيناز سلامة
-3	الاثنين 2020/8 /3 الموافق 1441/12/13	08:00 مساء	فوائد الرضاعة الطبيعية	د. لولوه المحيطب
-4	الثلاثاء 2020/ 8/4 الموافق 1441/12/14	08:00 مساء	كيف اساعد زوجتي المرضع ؟ كيف اساعد ابنتي المرضع ؟	د. فاطمة الجعوان
-5	الأربعاء 2020/8 /5 الموافق 1441/12/15	08:00 مساء	علامات الإرضاع الفعال	د. مريم النويمي
-6	الخميس 2020/8 /6 الموافق 1441/12/16	08:00 مساء	تطور وزن الطفل مع الرضاعة الطبيعية	د. نورة الخرجي
-7	الاثنين 2020/ 8/10 144/12/20	08:00 مساء	اعتصار حليب الأم	د. علاء الطيب
-8	الاربعاء 8/12 2020/ 144/12/22	08:00 مساء	الرضاعة خلال جائحة كوفيد 19	د. منال خورشيد
-9	الاثنين 2020/ 8/17 144/12/27	08:00 مساء	موانع الحمل للمرضع	د. فاطمة الجعوان
-10	الأربعاء 8/19 2020/ 144/12/29	08:00 مساء	كيف أتجنب الصعوبات الأكثر شيوعًا ؟	د. مريم النويمي

اعداد : أ/إيلي الشبتي  
مرشدة رضاعة طبيعية



## جمعية الرضاعة الطبيعية

### لجنة التوعية والتثقيف

11-	الأثنين 2020/ 8/24 1442/1/5	08:00 مساء	مرض الأم والرضاعة الطبيعية
12-	الاربعاء 2020/8/26 1442/1/7	08:00 مساء	التغذية السليمة للحامل والمرضع
13-	الأثنين 2020/8/31 1442/1/12	08:00 مساء	كيف أزيد إدرار الحليب؟ د. منال خورشيد

ضمن فعاليات  
اسبوع الرضاعة 2020

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

تمكني حولين  
لا تنسوا  
موعدنا الليلة

08:00 مساء  
السبت 2020-8-1  
الموافق 1441-12-11

باركود زوم

ضمن فعاليات  
اسبوع الرضاعة 2020

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

أم لأول مرة

د/ نورة الخرجي  
استشارة الأطفال  
استشاري دولي في الرضاعة الطبيعية

08:00 مساء

السبت 2020/08/1 - الموافق 1441/12/11

باركود زوم

0559888917 0112577717 @sbfa2020 sbfa.h.office@gmail.com

ضمن فعاليات  
اسبوع الرضاعة 2020

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

تمكني حولين  
لا تنسوا  
موعدنا الليلة

08:00 مساء  
الأحد 2020-8-2  
الموافق 1441-12-12

باركود زوم

ضمن فعاليات  
اسبوع الرضاعة 2020

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

تمكني حولين  
د/ مافيتال محمد يوسف سلامة  
استشاري عالية مركزه لتحدي الوبادة  
استشاري دولي في الرضاعة الطبيعية

08:00 مساء

الأحد 2020/08/02 - الموافق 1441/12/12

مم يتكون  
حليب الأم؟

باركود زوم

0559888917 0112577717 @sbfa2020 sbfa.h.office@gmail.com

اعداد : أ/إيلي الشبتي  
مرشدة رضاعة طبيعية



جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

## جمعية الرضاعة الطبيعية

### لجنة التوعية والتثقيف

ضمن فعاليات  
اسبوع الرضاعة 2020

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

تمكني حولين

فوائد الرضاعة الطبيعية

لا تنسوا  
موعدنا الليلة

08:00 مساءً  
الاثنين 2020-8-3  
الموافق 1441-12-13

باركود زوم

ضمن فعاليات  
اسبوع الرضاعة 2020

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

تدعوكم جمعية الرضاعة الطبيعية  
لحضور السلسلة التثقيفية

تمكني حولين

فوائد الرضاعة الطبيعية

1441-12-13 الموافق 2020-8-3  
08:00 مساءً

د/لولوه المحيظ  
مدرسة ومقيم دولي - طب الأسرة

ضمن فعاليات  
اسبوع الرضاعة 2020

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

تمكني حولين

الدور الناجح للزوج تجاه  
زوجته المرضعة

لا تنسوا  
موعدنا الليلة

08:00 مساءً  
الثلاثاء 2020-8-4  
الموافق 1441-12-14

باركود زوم

ضمن فعاليات اسبوع الرضاعة 2020

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

الدور الناجح للزوج تجاه  
زوجته المرضعة

د/فاطمة الجعوان  
استشارية نساء وولادة / استشاري  
دولي رضاعة طبيعية

تمكني حولين

الثلاثاء 2020-8-4  
الموافق 1441-12-14  
08:00 مساءً

اعداد : أ/إيلي الشبتي  
مرشدة رضاعة طبيعية





جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

## جمعية الرضاعة الطبيعية

### لجنة التوعية والتثقيف

ضمن فعاليات  
اسبوع الرضاعة 2020

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

تمكني حولين  
علامات الإرضاع الفعال

لا تنسوا  
موعدنا الليلة

08:00 مساءً  
الأربعاء 2020-8-5  
الموافق 1441-12-15

باركود زوم

ضمن فعاليات  
اسبوع الرضاعة 2020

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

تمكني حولين

د/ مريم النويمى  
استشارية عالية مركزه احدثي  
الولادة / استشاري دولي في الرضاعة  
الطبيعية

تدعوكم جمعية الرضاعة الطبيعية  
لحضور السلسلة التثقيفية

علامات الإرضاع الفعال

08:00 مساءً  
الأربعاء 2020-8-5  
الموافق 1441-12-15

باركود زوم

0559888917 0112577717 @sbfa2020 sbfa.h.office@gmail.com

تمكني حولين

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

اعتصار حليب الأم

لا تنسوا  
موعدنا الليلة

08:00 مساءً  
الاثنين 2020-8-10  
الموافق 1441-12-20

باركود زوم

اعتصار حليب الأم

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

تدعوكم لحضور السلسلة  
التثقيفية

د/ علا طيب  
استشارية نساء وولادة / استشاري  
دولي لرضاعة طبيعية

تمكني حولين

08:00 مساءً  
الاثنين 2020-8-10  
الموافق 1441-12-20

باركود زوم

0559888917 0112577717 @sbfa2020 sbfa.h.office@gmail.com

تمكني حولين

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

الرضاعة خلال  
جائحة كوفيد 19

لا تنسوا  
موعدنا الليلة

08:00 مساءً  
الأربعاء 2020-8-12  
الموافق 1441-12-22

باركود زوم

تمكني حولين

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

تدعوكم لحضور السلسلة  
التثقيفية

د/ منال خورشيد  
استشاري طب أسرة / استشاري دولي  
الرضاعة الطبيعية

الرضاعة خلال  
جائحة كوفيد 19

08:00 مساءً  
الأربعاء 2020-8-12 - الموافق 1441-12-22

باركود زوم

0559888917 0112577717 @sbfa2020 sbfa.h.office@gmail.com

مرشدة رضاعة طبيعية



جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

## جمعية الرضاعة الطبيعية

### لجنة التوعية والتثقيف

تمكني حولين

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

موانع الحمل للمرضع

لا تنسوا  
موعدنا الليلة

08:00 مساءً  
الإثنين 2020-8-17  
الموافق 1441-12-27

باركود يوم

تمكني حولين

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

تدعوكم لحضور السلسلة التثقيفية

موانع الحمل للمرضع

08:00 مساءً

د/ فاطمة الجعوان  
استشارية صحة وولادة / استشاري  
دولي رضاعة طبيعية

2020-8-17  
الإثنين  
الموافق 1441-12-27

باركود يوم

تمكني حولين

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

كيف اتجنب الصعوبات  
الأكثر شيوعاً ؟

لا تنسوا  
موعدنا الليلة

08:00 مساءً  
الأربعاء 2020-8-19  
الموافق 1441-12-29

باركود يوم

تمكني حولين

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

تدعوكم لحضور السلسلة  
التثقيفية

د/ مريم النومي  
استشارية عامة مركزه تحديثي الولادة /  
استشاري دولي في الرضاعة الطبيعية

كيف اتجنب الصعوبات  
الأكثر شيوعاً ؟

08:00 مساءً  
الأربعاء 2020-8-19 - الموافق 1441-12-29

باركود يوم



اعداد : أ/إيلي الشبتي  
مرشدة رضاعة طبيعية



## جمعية الرضاعة الطبيعية

### لجنة التوعية والتثقيف

بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله رب العالمين بدأ الاستعداد للتفعيل برنامج تمكني حولين من قبل جمعية الرضاعة الطبيعية من بدأت شهر أغسطس وذلك بجمع المواد التعليمية وما يحتاجه التفعيل والدخول على موقع وابا ونشر المواد التعليمية المعدة من قبل موقع وابا بلغتين العربية والانجليزية في مجموعة لجنة التوعية والتثقيف تطوع مجموعة من الأخوات في اللجنة بمساهمة في تفعيل برنامج تمكني حولين التي تهدف لتشجيع الأمهات وتوعيتهم بالرضاعة الطبيعية في جميع انحاء العالم وزيادة نسبة الرضاعة في المملكة العربية السعودية. وذلك ببعض الجمل الفتوغرافية وفيلم قصير وتم نشرها جميعها في حسابات الجمعية وإعداد الجدول بشكل مبكر وتم تعديل الجدول اكثر من عشر مرات نظرا لتلبية رغبات المشاركات ومراعات لظروفهم وحتى نتمكن من التقديم بأفضل صورة ممكنه. لقد واجهتنا عدة صعوبات وتحديات التي استطعنا والله الحمد والمنة بتعاون الزميلات والزملاء على تخطيها. تم تغطيتها بتقديم المحاضرات كل يوم اثنين وأربعاء من كل اسبوع. والخطة القادمة وما استفدنا من الدروس اعداد مواد مسجلة تكون كاحتياط في حال اعتذار أحد المشاركين بشكل مفاجئ لتبث للجُمهور ويقوم إحدى أعضاء الجمعية والمتطوعين بالإشراف على ذلك.



اعداد: أ/ليلي الثبتي  
مرشدة رضاعة طبيعية



## جمعية الرضاعة الطبيعية

### لجنة التوعية والتثقيف

#### جدول محاضرات التوعية عن الرضاعة الطبيعية

سبتمبر 2020		شهر	
المحاضر	عنوان المحاضرة	اليوم	التاريخ
د. مريم النويمي	هل حليبي يكفي؟	الأربعاء	2020/9/2
د. صافيناز سلامة	مفاتيح نجاح الرضاعة	الاثنين	2020/9/7
د. فاطمة الجعوان	الأدوية والأشعة بالصيغة والرضاعة الطبيعية	الأربعاء	2020/9/9
د/أمل الطويل	تطور وزن الطفل مع الرضاعة الطبيعية	الاثنين	2020/9/14
أ/تغريد هوساوي	حمل آمن ولادة طبيعية لرضاعة ناجحة	الأربعاء	2020/09/16
د. مريم النويمي	أهمية حليب الأم للطفل الخديج	الاثنين	2020/09/21
د/ هالة الشريف	الممارسة التي تدعم الرضاعة الطبيعية في الحمل وبعد الولادة	الأربعاء	2020/09/23
د/ مريم رشدي	اجتماع الجمعية	الاثنين	2020/09/28
	التغذية التكميلية	الأربعاء	2020/09/30

اعداد: أ/ليلي الثبتي  
مرشدة رضاعة طبيعية





جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

## جمعية الرضاعة الطبيعية

### لجنة التوعية والتثقيف

تمكني حولين  
هل حبيبي يكفي؟  
لا تنسوا  
موعدنا الليلة  
08:00 مساءً  
الأربعاء 2020-9-2  
الموافق 1442-1-14

تدعوكم جمعية الرضاعة الطبيعية  
لحضور السلسلة التثقيفية  
تمكني حولين  
هل حبيبي يكفي؟  
الأربعاء 2020-9-2 الموافق 1442-1-14  
08:00 مساءً  
د / مريم النومي  
استشارية عالية ممرضة لخصي الولادة /  
استشاري دولي في الرضاعة الطبيعية

تمكني حولين  
تطور وزن الطفل  
مع الرضاعة الطبيعية  
لا تنسوا  
موعدنا الليلة  
الإثنين 2020-09-14  
الموافق 1442-02-26  
08:00 مساءً

تمكني حولين  
تدعوكم جمعية الرضاعة الطبيعية  
لحضور السلسلة التثقيفية  
تطور وزن الطفل  
مع الرضاعة الطبيعية  
الإثنين 2020/09/14  
الموافق 1442/01/26  
08:00 مساءً  
د: أمل علي الطويل  
دكتوراه واستشاري طب الأطفال  
استشاري دولي في الرضاعة الطبيعية  
و منسق الشرق الأوسط للتكاديمية  
الدولية لطب الرضاعة الطبيعية

اعداد: أ/ليلي الشبتي  
مرشدة رضاعة طبيعية



جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

## جمعية الرضاعة الطبيعية

### لجنة التوعية والتثقيف

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

تمكني حولين

حمل آمن وولادة طبيعية لرضاعة ناجحة

لا تنسوا  
موعدنا الليلة

الإربعاء 2020-09-16  
الموافق 1442-02-28

08:00 مساء

تدعوكم جمعية الرضاعة الطبيعية  
لحضور السلسلة التثقيفية

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

حمل آمن وولادة طبيعية  
لرضاعة ناجحة

أ / تغريد هوساوي  
أخصائية تمريرى والسشاري دولي في  
الرضاعة الطبيعية

تمكني حولين

الأربعاء 2020-9-16  
الموافق 1442-2-28

08:00 مساء

0559888917 0112577717 @sbfa2020 sbfa.h.office@gmail.com

تمكني حولين

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

هبة حتى القمّة  
اليوم الوطني السعودي

الممارسة التي تدعم الرضاعة الطبيعية  
في الحمل بعد الولادة

لا تنسوا  
موعدنا الليلة

الأربعاء 2020-09-23  
الموافق 1442-02-06

08:00 مساء

تمكني حولين

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

هبة حتى القمّة  
اليوم الوطني السعودي

تدعوكم جمعية الرضاعة الطبيعية  
لحضور السلسلة التثقيفية

الممارسات التي تدعم  
الرضاعة الطبيعية أثناء  
الحمل وبعد الولادة

د: هالة الشريف  
استشارة نساء وولادة  
واستشاري دولي رضاعة طبيعية

لا تنسوا  
موعدنا الليلة

الأربعاء 2020-09-23  
الموافق 1442-02-06

08:00 مساء

0559888917 0112577717 @sbfa2020 sbfa.h.office@gmail.com

اعداد: أ/ليلي الثبتي  
مرشدة رضاعة طبيعية



## جمعية الرضاعة الطبيعية

### لجنة التوعية والتثقيف

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

تمكني حولين

التغذية التكميلية

لا تنسوا  
موعدنا الليلة

الأربعاء 2020-09-30  
الموافق 1442-02-13

من 06:00 مساءً - إلى 07:00 مساءً

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

تدعوكم لحضور الدورة التثقيفية

تمكني حولين

بعنوان  
التغذية التكميلية

الأربعاء 2020/09/30  
الموافق 1442/02/13

من 06:00 مساءً - إلى 07:00 مساءً

د: مريم رشدي  
استشارية كلي أطفال  
مدرّب معتمد في الرضاعة الطبيعية



ضمن فعاليات  
اسبوع الرضاعة 2020



## تمكني حولين

### عيادات الرضاعة الطبيعية بالسعودية

باركود مواقع العيادات



اعداد: أ/ليلي الشبتي  
مرشدة رضاعة طبيعية





## جمعية الرضاعة الطبيعية

### لجنة التوعية والتثقيف

90

اليوم الوطني  
للمملكة العربية  
السعودية

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

0559888917 0112577717 @sbfa2020 sbfa.h.office@gmail.com

اعداد: أليلي الثبتي  
مرشدة رضاعة طبيعية





## جمعية الرضاعة الطبيعية

### لجنة التوعية والتثقيف

بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله رب العالمين بدأ الاستعداد للتفعيل برنامج تمكني حولين من قبل جمعية الرضاعة الطبيعية من بدأت شهر أغسطس وذلك بجمع المواد التعليمية وما يحتاجه التفعيل والدخول على موقع وابا ونشر المواد التعليمية المعدة من قبل موقع وابا بلغتين العربية والانجليزية في مجموعة لجنة التوعية والتثقيف وتطوع مجموعة من الأخوات في اللجنة بمساهمة في تفعيل برنامج تمكني حولين التي تهدف لتشجيع الأمهات وتوعيتهم بالرضاعة الطبيعية في جميع انحاء العالم وزيادة نسبة الرضاعة في المملكة العربية السعودية وأيضا تفعيل التوعية بسرطان الثدي وأيضا المشاركة في تفعيل الأسبوع العالمي للرضاعة الطبيعية 2020 بالتعاون مع مديرية الشؤون الصحية بال جدة في السلام مول وتم ورشه عمل اليوم السبت في تمام الساعة السابعة مساء وذلك في صالة كووركنتق للاجتماعات حي المروج. وذلك ببعض الجمل الفتوغرافية وفيلم قصير عن أهمية الساعة الأولى بعد الولادة (ملامسة الجلد بالجلد) وتم نشرها جميعها في حسابات الجمعية وإعداد الجدول بشكل مبكر وتم تعديل الجدول أكثر من عشر مرات نظرا لتلبية رغبات المشاركات ومراعات لظروفهم وحتى نتمكن من التقديم بأفضل صورة ممكنه. لقد واجهتنا عدة صعوبات وتحديات التي استطعنا والله الحمد والمنة بتعاون الزميلات والزملاء على تخطيها. تم تغطيتها بتقديم المحاضرات كل يوم اثنين وأربعاء من كل اسبوع. والخطة القادمة وما استفدنا من الدروس اعداد مواد مسجلة تكون كاحتياط في حال اعتذار أحد المشاركين بشكل مفاجئ لتبث للجمهور ويقوم إحدى أعضاء الجمعية والمتطوعين بالإشراف على ذلك.



اعداد: أ/ليلى الثبيتي.  
مرشدة رضاعة طبيعية.



## جمعية الرضاعة الطبيعية

### لجنة التوعية والتثقيف

#### جدول محاضرات التوعية عن الرضاعة الطبيعية

اكتوبر 2020		شهر	
المحاضر	عنوان المحاضرة	اليوم	التاريخ
د. منال محمد خورشيد	كيف أزيد إدرار الحليب	الاثنين	2020/10/05
د. فجر ناصر	أسرار الساعة الأولى بعد الولادة	الأربعاء	2020/10/07
د. فاطمة الجعوان	موانع الحمل للرضع	الاثنين	2020/10/12
د. نسرين الحامدي	أحوال الثدي بين الوقاية والعلاج	الأربعاء	2020/10/14
أ/أنوار شحبر	تغذية الأم المرضعة في حالات خاصة	الاثنين	2020/10/19
د/أمل الطويل	تصحيح معتقدات وممارسات شائعة حول الرضاعة الطبيعية	الأربعاء	2020/10/21
د. مريم النويمي	كيف نرفع معدل الرضاعة الطبيعية في العناية المركزة لحديثي الولادة.	الاثنين	2020/10/26

اعداد: أ/ليلي الشبيتي.  
مرشدة رضاعة طبيعية.





## جمعية الرضاعة الطبيعية

### لجنة التوعية والتثقيف

د. سامية العمودي	الرضاعة الطبيعية كحق من الحقوق الصحية الإيجابية للمرأة	الأربعاء	2020/10/28
------------------	--	----------	------------



اعداد: أ/ليلي الشبتي.  
مرشدة رضاعة طبيعية.



جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

## جمعية الرضاعة الطبيعية

### لجنة التوعية والتثقيف

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

## تمكني حولين

### تغذية الأم المرضعة في حالات خاصة

لا تنسوا  
موعدنا الليلة

الإثنين 2020-10-19  
الموافق 1442-3-2

08:00 مساء

باركود زوم

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

## تمكني حولين

### تغذية الأم المرضعة في حالات خاصة

أ: أنوار شحبر  
أخصائية تغذية ورضاعة طبيعية

الإثنين 2020/10/19  
الموافق 1442/3/2

08:00 مساء

باركود زوم

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

## تمكني حولين

### تصحيح معتقدات و ممارسات شائعة حول الرضاعة الطبيعية

لا تنسوا  
موعدنا الليلة

الأربعاء 2020-10-21  
الموافق 1442-03-04

08:00 مساء

باركود زوم

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

## تمكني حولين

### تصحيح معتقدات و ممارسات شائعة حول الرضاعة الطبيعية

د: أمل الطويل  
دكتوره و استشاري طب الأطفال  
واستشاري دولي في الرضاعة الطبيعية  
و منسق الشرق الأوسط للتأهيلية  
الدولية لحظ الرضاعة الطبيعية

الأربعاء 2020/10/21  
الموافق 1442/03/04

08:00 مساء

باركود زوم

اعداد: أ/ليلي الشبتي.  
مرشدة رضاعة طبيعية.





جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

## جمعية الرضاعة الطبيعية

### لجنة التوعية والتثقيف

تمكني حولين  
جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

موانع الحمل للمرضع

لا تنسوا  
موعدنا الليلة

08:00 مساءً  
الإثنين 2020/10/12  
الموافق 1442/2/25

باركود زوم

0559888917 0112577717 @sbfa2020 sbfa.h.office@gmail.com

جمعية الرضاعة الطبيعية  
تدعوكم لحضور السلسلة التثقيفية

تمكني حولين  
جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

موانع الحمل للمرضع

08:00 مساءً

باركود زوم

د/ فاطمة الجعوان  
استشارية نساء وولادة / استشاري  
دولي رضاعة طبيعية

الإثنين 2020/10/12  
الموافق 1442/2/25

0559888917 0112577717 @sbfa2020 sbfa.h.office@gmail.com

تمكني حولين  
جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

أحوال الثدي  
بين الوقاية والعلاج

لا تنسوا  
موعدنا الليلة

الإربعاء 2020-10-14  
الموافق 1442-02-27

08:00 مساءً

باركود زوم

0559888917 0112577717 @sbfa2020 sbfa.h.office@gmail.com

تمكني حولين  
جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

تدعوكم جمعية الرضاعة الطبيعية  
لحضور السلسلة التثقيفية

أحوال الثدي  
بين الوقاية والعلاج

08:00 مساءً

باركود زوم

د: نسرين مبارك الحمادي  
طب أسرة واستشارية رضاعة طبيعية دولية

الأربعاء 2020/10/14  
الموافق 1442/02/27

0559888917 0112577717 @sbfa2020 sbfa.h.office@gmail.com

اعداد: أ/ليلي الشبتي.  
مرشدة رضاعة طبيعية.



جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

## جمعية الرضاعة الطبيعية

### لجنة التوعية والتثقيف

تمكني حولين  
جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

كيف نرفع معدل الرضاعة الطبيعية  
في العناية المركزة لحديثي الولادة

لا تنسوا  
موعدنا الليلة

08:00 مساءً  
الاثنين 2020/10/26  
الموافق 1442/3/9

باركود زوم

0559888917 0112577717 @sbfa2020 sbfa.h.office@gmail.com

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

تدعوكم جمعية الرضاعة الطبيعية  
لحضور السلسلة التثقيفية

كيف نرفع معدل الرضاعة الطبيعية في العناية  
المركزة لحديثي الولادة

تمكني حولين

08:00 مساءً  
الاثنين 2020/10/26  
الموافق 1442/3/9

د/ مريم النومي  
استشارية عالية مركزه تحديتي الولادة  
استشاري دولي في الرضاعة الطبيعية

باركود زوم

0559888917 0112577717 @sbfa2020 sbfa.h.office@gmail.com

تمكني حولين  
جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

الرضاعة الطبيعية كحق من الحقوق  
الصحية الإنجابية للمرأة

لا تنسوا  
موعدنا الليلة

الأربعاء 2020-10-28  
الموافق 1442-3-11  
08:00 مساءً

باركود زوم

0559888917 0112577717 @sbfa2020 sbfa.h.office@gmail.com

تمكني حولين  
جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

تدعوكم جمعية الرضاعة الطبيعية  
لحضور السلسلة التثقيفية

الرضاعة الطبيعية كحق من الحقوق  
الصحية الإنجابية للمرأة

د.سامية العمودي  
مؤسسة مبادرة التمكين الصحي  
مدير سابقا لمركز سرطان الثدي بجامعة الملك عبدالعزيز  
استشاري نساء وولادة

08:00 مساءً  
الأربعاء 2020/10/28  
الموافق 1442/3/11

باركود زوم

0559888917 0112577717 @sbfa2020 sbfa.h.office@gmail.com

اعداد: أ/إيلي الثبتي.  
مرشدة رضاعة طبيعية.



## جمعية الرضاعة الطبيعية

### لجنة التوعية والتثقيف



## تمكني حولين

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

# طفرات النمو

- 

يتسارع معدل نمو الرضيع في أوقات معينة من العمر تعرف بطفرات النمو.
- 

يطلب الطفل الرضاعة بشكل أكثر من المعتاد فتظن الأم أن لبنها لم يعد يكفي طفلها.
- 

هنا الاستجابة لطلب الطفل المتزايد للرضاعة يقوي رسائل تحفيز الثدي ليصنع المزيد من اللبن ليجاري المتطلبات الجديدة.
- 

إذا فزعت الأم وسارعت بإدخال حليب صناعي أو رضعات أعشاب أو استخدمت لهاية تمنع وصول هذه الرسائل المحفزة للثدي فيقل الإدرار تدريجيا وتبدأ الحلقة المفرغة.
- 

مواعيد الطفرات هي بين الأسبوع الثاني والثالث من العمر، الأسبوع السادس، الشهر الثالث، والشهر السادس.

د. أمل الطويل

0559888917 0112577717 @sbfa2020 sbfa.h.office@gmail.com



اعداد: أ/ليلي الشبتي.  
مرشدة رضاعة طبيعية.





## جمعية الرضاعة الطبيعية

### لجنة التوعية والتثقيف

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

إن أحد مكونات حليب الأم التي تحمي من الإصابة بسرطان الثدي يسمى هاملت (HAMLET (Human Alpha-lactalbumin Made LEthal to Tumor cells)

يعتبر هاملت من العوامل المناعية في حليب الأم، يقضي على البكتيريا والخلايا السرطانية، بينما ليس لها أي تأثير على الخلايا الطبيعية.

هاملت يحمي نسيج الثدي أيضا من تحول الخلايا الطبيعية إلى خلايا سرطانية، كما يحمي الرضيع أيضا من الإصابة بالسرطان مستقبلا.

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

الرضاعة الطبيعية وسرطان الثدي

أثبتت العديد من الدراسات أن الرضاعة الطبيعية تحمي الأم المرضع من سرطان الثدي خاصة خلال سنوات ما قبل إنقطاع الدورة، وترداد الوقاية من سرطان الثدي كلما زادت مدة الرضاعة الطبيعية خلال حياة الأم؛ فمع كل ١٢ شهرا من الإرضاع، يقل احتمال الإصابة بنسبة ٤,٣٪

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

الرضاعة الطبيعية وسرطان الثدي

في حالة وجود تاريخ عائلي لسرطان الثدي لدى قريبة من الدرجة الأولى (أم أو أخت مصابة)، فإن إرضاع الأم لاطفالها فرصة طبيعية له تأثير كبير لحمايتها من الإصابة بسرطان الثدي.

كما أثبتت الدراسات أن النساء اللواتي رضعن وهن صغار إرضاعا طبيعية من أمهاتهن أقل فرصة للإصابة بسرطان الثدي من الأخريات اللواتي رضعن صناعيا.

وكلما تعددت مرات الرضاعة الطبيعية في حياة الأم كلما قلت نسبة إصابتها بسرطان الثدي



اعداد: أليلي الشبتي.  
مرشدة رضاعة طبيعية.





## جمعية الرضاعة الطبيعية

### لجنة التوعية والتثقيف



اعداد: أليلي الثبتي.  
مرشدة رضاعة طبيعية.



## جمعية الرضاعة الطبيعية

### لجنة التوعية والتثقيف

#فيديو الساعة\_الاولى\_بعد\_الولادة ملامسة\_الجلد\_للجلد

<https://twitter.com/i/status/1316844510534664193>

شاركت جمعية الرضاعة الطبيعية بالتعاون مع مديرية الشؤون الصحية بجدة في فعاليات الاحتفال اسبوع الرضاعة الطبيعية العالمي 2020 وذلك يومي

١٤-١٥



اعداد: أ/ليلى الثبيتي.  
مرشدة رضاعة طبيعية.



## جمعية الرضاعة الطبيعية

### لجنة التوعية والتثقيف

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

معاً ندعم الرضاعة الطبيعية  
من أجل كوكب أكثر صحة

الأسبوع  
العالمي

الرضاعة  
الطبيعية

وزارة الصحة  
Ministry of Health

2020

الموقع : مول السلام  
اليوم : الأربعاء و الخميس 14-15/10/2020  
بمشاركة : مديرية الشؤون الصحية بحدّة  
والجمعية السعودية للرضاعة الطبيعية  
يسرنا حضوركم

0559888917 0112577717 @sbfa2020 sbfa.h.office@gmail.com



اعداد: أ/ليلى الثبيتي.  
مرشدة رضاعة طبيعية.



## جمعية الرضاعة الطبيعية

### لجنة التوعية والتثقيف



اعداد: أ/ليلي الشبتي.  
مرشدة رضاعة طبيعية.

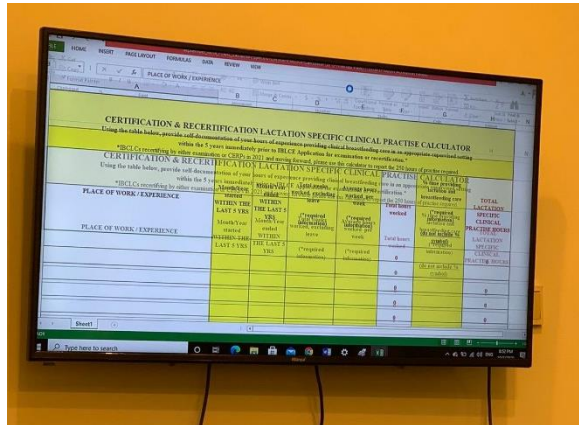
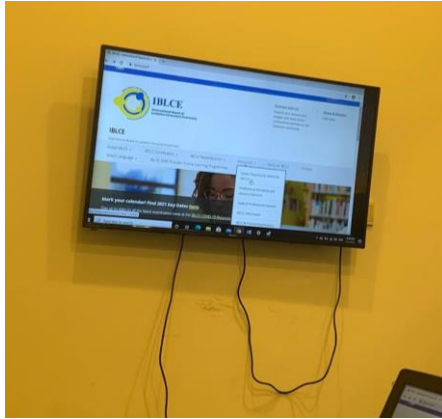




## جمعية الرضاعة الطبيعية

### لجنة التوعية والتثقيف

للاغبين في التسجيل لامتحان ابريل ٢٠٢١ للحصول على  
الرخصة الدولية لاستشاري الرضاعة الطبيعية تنظم جمعيه  
الرضاعة الطبيعية ورشه عمل اليوم السبت في تمام الساعة  
السابعة مساءً وذلك في صالة كوركنق للاجتماعات حي  
المروج



اعداد: أ/ليلي الثبتي.  
مرشدة رضاعة طبيعية.



## جمعية الرضاعة الطبيعية

### لجنة التوعية والتثقيف

بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله رب العالمين بدأ الاستعداد للتفعيل برنامج تمكني حولين من قبل جمعية الرضاعة الطبيعية من بدأت شهر أغسطس وذلك بجمع المواد التعليمية وما يحتاجه التفعيل والدخول على موقع وابا ونشر المواد التعليمية المعدة من قبل موقع وابا بلغتين العربية والانجليزية في مجموعة لجنة التوعية والتثقيف وتطوع مجموعة من الأخوات في اللجنة بمساهمة في تفعيل برنامج تمكني حولين التي تهدف لتشجيع الأمهات وتوعيتهم بالرضاعة الطبيعية في جميع انحاء العالم وزيادة نسبة الرضاعة في المملكة العربية السعودية وأيضا تفعيل بعض الأيام العالمية لهذا الشهر . وذلك ببعض الجمل الفتوغرافية وفيلم قصير وتم نشرها جميعها في حسابات الجمعية وإعداد الجدول بشكل مبكر وتم تعديل الجدول اكثر من عشر مرات نظرا لتلبية رغبات المشاركات ومراعات لظروفهم وحتى تتمكن من التقديم بأفضل صورة ممكنه . لقد واجهتنا عدة صعوبات وتحديات التي استطعنا والله الحمد والمنة بتعاون الزميلات والزملاء على تخطيها. تم تغطيتها بتقديم المحاضرات كل يوم اثنين وأربعاء من كل اسبوع. والخطة القادمة وما استفدنا من الدروس اعداد مواد مسجلة تكون كاحتياط في حال اعتذار أحد المشاركين بشكل مفاجئ لتبث للجمهور ويقوم إحدى أعضاء الجمعية والمتطوعين بالإشراف على ذلك.



اعداد: أ/ليلي الثبيتي.  
مرشدة رضاعة طبيعية.



## جمعية الرضاعة الطبيعية

### لجنة التوعية والتثقيف

	نوفمبر 2020	شهر	
المحاضر	عنوان المحاضرة	التاريخ	اليوم
أ/ فاطمة عيضة علي	تجربة مرضع ملهمة	2020/11/02	الإثنين
د. لولوه المحيظ	فوائد الرضاعة الطبيعية	2020/11/04	الأربعاء
د/منال خورشيد	تصحيح بعض المعتقدات الخاطئة في ممارسات الرضاعة الطبيعية	2020/11/09	الإثنين
أ/منيرة البعيجان	دور مرشدة الرضاعة الطبيعية	2020/11/11	الأربعاء
د. نوف ياسين	تجربة أم	2020/11/16	الإثنين
د. فاطمة مجاهد	أمي الرضاعة حق لي وأجر لك	2020/11/18	الأربعاء
د. فجر ناصر	أسرار الساعة الأولى بعد الولادة	2020/11/23	الإثنين
د. علا عبد المجيد	اعتصار حليب الأم	2020/11/25	الأربعاء
د. فاطمة الجعوان	الأدوية والأشعة بالصبغة والرضاعة الطبيعية	2020/11/30	الإثنين

اعداد: أ/ليلي الثبتي.  
مرشدة رضاعة طبيعية.





جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

## جمعية الرضاعة الطبيعية

### لجنة التوعية والتثقيف

تمكني حولين  
تجربة مرضع ملهمة  
لا تنسوا  
موعدنا الليلة  
الأربعاء 2020-11-2  
الموافق 1442-3-16  
08:00 مساءً

تمكني حولين  
تدعوكم جمعية الرضاعة الطبيعية  
لحضور السلسلة التثقيفية  
تجربة مرضع ملهمة  
د.فاطمة عيظه علي  
بكالوريوس موهبة وتفوق علمي  
وماجستير في صعوبات التعلم  
باركود زوم  
2020/11/2  
الأربعاء  
الموافق 1442/3/16  
08:00 مساءً

تمكني حولين  
فوائد الرضاعة الطبيعية  
لا تنسوا  
موعدنا الليلة  
الأربعاء 2020-11-4  
الموافق 1442-3-18  
08:00 مساءً

تمكني حولين  
تدعوكم جمعية الرضاعة الطبيعية  
لحضور السلسلة التثقيفية  
فوائد الرضاعة الطبيعية  
د.لولو المحيظ  
مدرسة ومقيم دولي - طب الأسرة  
باركود زوم  
2020/11/4  
الأربعاء  
الموافق 1442/3/18  
08:00 مساءً



اعداد: أ/ليلي الشبتي.  
مرشدة رضاعة طبيعية.





جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

## جمعية الرضاعة الطبيعية

### لجنة التوعية والتثقيف

تمكني حولين  
تصحيح بعض المعتقدات الخاطئة  
في ممارسات الرضاعة الطبيعية

لا تنسوا  
موعدنا الليلة

الإثنين 9-11-2020  
الموافق 23-3-1442

08:00 مساءً

باركود زوم

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

تمكني حولين

تدعوكم جمعية الرضاعة الطبيعية  
لحضور السلسلة التثقيفية

تصحيح بعض المعتقدات الخاطئة  
في ممارسات الرضاعة الطبيعية

د. منال خورشيد  
استشاري طب أسرة  
استشاري دولي الرضاعة الطبيعية

08:00 مساءً

الإثنين 9-11-2020  
الموافق 23-3-1442

باركود زوم

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

0559888917 0112577717 @sbfa2020 sbfa.h.office@gmail.com

تمكني حولين

دور مرشدة الرضاعة الطبيعية

لا تنسوا  
موعدنا الليلة

الأربعاء 11-11-2020  
الموافق 25-3-1442

08:00 مساءً

باركود زوم

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

تمكني حولين

تدعوكم جمعية الرضاعة الطبيعية  
لحضور السلسلة التثقيفية

دور مرشدة  
الرضاعة الطبيعية

أستاذة: منيرة البعيجان  
مرشدة رضاعة طبيعية

الساعة 08:00 مساءً

الأربعاء 11/11/2020  
الموافق 25/03/1442

باركود زوم

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

0559888917 0112577717 @sbfa2020 sbfa.h.office@gmail.com



اعداد: أ/ليلي الشبتي.  
مرشدة رضاعة طبيعية.



جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

## جمعية الرضاعة الطبيعية

### لجنة التوعية والتثقيف

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

تمكني حولين  
تجربة أم  
لا تنسوا  
موعدنا الليلة  
الإثنين 16-11-2020  
الموافق 1-4-1442  
مساءً 08:00

بارشود زوم

0559888917 0112577717 @sbfa2020 sbfa.h.office@gmail.com

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

تمكني حولين  
تدعوكم جمعية الرضاعة الطبيعية  
لحضور السلسلة التثقيفية  
تجربة أم  
د: نوف ياسين  
استشاري طب أسرة  
استشاري دولي رضاعة طبيعية  
مساءً 08:00

بارشود زوم

0559888917 0112577717 @sbfa2020 sbfa.h.office@gmail.com

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

تمكني حولين  
أمي الرضاعة حق لي و أجر لك  
لا تنسوا  
موعدنا الليلة  
الأربعاء 18-11-2020  
الموافق 3-4-1442  
مساءً 08:00

بارشود زوم

0559888917 0112577717 @sbfa2020 sbfa.h.office@gmail.com

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

تمكني حولين  
تدعوكم جمعية الرضاعة الطبيعية  
لحضور السلسلة التثقيفية  
أمي الرضاعة حق لي و أجر لك  
بارشود زوم

الأربعاء 18/11/2020  
الموافق 3/4/1442  
مساءً 08:00

0559888917 0112577717 @sbfa2020 sbfa.h.office@gmail.com

اعداد: أليلي الشبتي.  
مرشدة رضاعة طبيعية.



جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

## جمعية الرضاعة الطبيعية

### لجنة التوعية والتثقيف

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

تمكني حولين

أسرار الساعة الأولى  
بعد الولادة

لا تنسوا  
موعدنا الليلة

الإثنين 2020/11/23  
الموافق 1442/4/8

08:00 مساءً

0559888917 0112577717 @sbfa2020 sbfa.h.office@gmail.com

تمكني حولين

تدعوكم جمعية الرضاعة الطبيعية  
لحضور السلسلة التثقيفية

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

أسرار الساعة الأولى  
بعد الولادة

د: فجر عبدالله ناصر  
استشارية طب الأسرة  
استشارية رضاعة طبيعية دولية  
Msc, M.D, Arab Board in  
Family Met, Irish Board in  
Family Medicine, IBCLC.

الإثنين 2020/11/23  
الموافق 1442/4/8

08:00 مساءً

0559888917 0112577717 @sbfa2020 sbfa.h.office@gmail.com

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

تمكني حولين

اعتصار حليب الأم

لا تنسوا  
موعدنا الليلة

الأربعاء 2020-11-25  
الموافق 1442-4-10

08:00 مساءً

0559888917 0112577717 @sbfa2020 sbfa.h.office@gmail.com

تمكني حولين

تدعوكم جمعية الرضاعة الطبيعية  
لحضور السلسلة التثقيفية

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

اعتصار حليب الأم

د/علا طيب  
استشارية نساء وولادة  
استشارية حولي رضاعة طبيعية

الأربعاء 2020-11-25  
الموافق 1442-4-10

08:00 مساءً

0559888917 0112577717 @sbfa2020 sbfa.h.office@gmail.com

اعداد: أليلي الشبتي.  
مرشدة رضاعة طبيعية.





## جمعية الرضاعة الطبيعية

### لجنة التوعية والتثقيف

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

تمكني حولين  
الأدوية والأشعة بالصبغة  
والرضاعة الطبيعية

لا تنسوا  
موعدنا الليلة

الإثنين 30-11-2020  
الموافق 15-4-1442

08:00 مساء

0559888917 0112577717 @sfa2020 sfa.h.office@gmail.com

تمكني حولين  
تدعوكم جمعية الرضاعة الطبيعية  
لحضور السلسلة التثقيفية

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

الأدوية والأشعة بالصبغة  
والرضاعة الطبيعية

د/فاطمة الجعوان  
استشارية نساء وولادة  
استشاري دولي رضاعة طبيعية

الإثنين 30-11-2020  
الموافق 15-4-1442

08:00 مساء

0559888917 0112577717 @sfa2020 sfa.h.office@gmail.com



اعداد: أ/ليلي الثبيتي.  
مرشدة رضاعة طبيعية.





جمعية الرضاعة الطبيعية

لجنة التوعية والتثقيف

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

البيعة  
السادسة

تحت راية سيدي سمعاً وطاعة  
نجدد لك الولاء

0559888917 • 0112577717 • @sbfa2020 • sbfa.h.office@gmail.com



اعداد: أ/ليلى الثبيتي.  
مرشدة رضاعة طبيعية.



جمعية الرضاعة الطبيعية

لجنة التوعية والتثقيف

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

**G20**  
SAUDI ARABIA 2020

همة العظماء و شموخ الوطن

0559888917 • 0112577717 • @sbfa2020 • sbfa.h.office@gmail.com



اعداد: أ/ليلى الشبتي.  
مرشدة رضاعة طبيعية.



## جمعية الرضاعة الطبيعية

### لجنة التوعية والتثقيف



جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

## الطفل الخديج

لحظة ولادة طفل هي من أسعد اللحظات، لكن عندما يكون المولود خديج هنا يكمن القلق، حيث أن جهازه التنفسي و العصبي غير ناضج، في قسم العناية المركزة لحديثي الولادة، تتم العناية بهذه الفئة الجميلة و تقديم الدعم الكامل لها. (لها عائد على الفئة التي هم الخدج)

معنى طفل خديج يعني ولادة الطفل قبل اتمام ٣٧ اسبوع من الحمل، المواليد الخدج يحتاجون إلى رعاية أكثر من المواليد مكتملي النمو خلال أول عامين من عمرهم بالذات المولود الذي يقل وزنه عن كيلو ونصف.

وقد يعاني الطفل الخديج من مشاكل صحية عديدة تحتاج إلى الرعاية في العناية المركزة لحديثي الولادة وأكبر خطر يمكن أن يقابل الطفل الخديج هو الإلتهاب وذلك لنقص مناعته

0559888917 • 0112577717 • @sbfa2020 • sbfa.h.office@gmail.com



اعداد: أ/ليلي الشبتي.  
مرشدة رضاعة طبيعية.



## جمعية الرضاعة الطبيعية

### لجنة التوعية والتثقيف



جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

## الطفل الخديج

يحتاج الطفل الخديج حينما تستقر حالته من ٨-١٢ رضة في اليوم حسب وزنه ويتم إرضاعه أولاً بالأنبوب ومن ثم بالفم. تطبق الأم في العناية المركزة لحديثي الولادة رعاية الكونغرو وتلامس الجلد بالجلد وهذا يساعد على إستقرار العلامات الحيوية لدى الطفل الخديج.

يلعب حليب الأم دوراً كبيراً في رفع مناعة الطفل الخديج حيث تُنصح الأم بإعتصار الحليب في الساعات الأولى بعد الولادة ويتم تعليمها كيفية تخزين الحليب وكيفية إحضاره للمستشفى حيث يتم تخزينه في ثلاجة وفريزر مخصصين للحليب. حليب الأم يساعد في رفع مناعة الطفل الخديج وهذا يساعد في سرعة تماثله للشفاء.

0559888917 • 0112577717 • @sbfa2020 • sbfa.h.office@gmail.com

اعداد: أ/ليلى الشبتي.  
مرشدة رضاعة طبيعية.





جمعية الرضاعة الطبيعية

لجنة التوعية والتثقيف

الرضاعة الطبيعية  
لطفولة صحية

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

اليوم العالمي للطفل

الجمعة 2020/11/20

0559888917 • 0112577717 • @sbfa2020 • sbfa.h.office@gmail.com



اعداد: أ/ليلى الشبتي.  
مرشدة رضاعة طبيعية.



جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

## جمعية الرضاعة الطبيعية

### لجنة التوعية والتثقيف

### توضيح

قامت جمعية الرضاعة الطبيعية بتاريخ 1 نوفمبر 2020م بالرد على جميع طلبات التسجيل لهذه الدورة وإذا لم يصل الرد لعدد من المتقدمين للتسجيل في هذه الدورة فإن الجمعية توضح أنه تم الاكتفاء بالعدد لهذا العام نظرا لتطبيق الإجراءات الاحترازية بسبب جائحة كورونا ونشكر الجميع على اهتمامهم



جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

## إعلان

نعود بحدرد مع التباعرد ولبس الكمامة



وزارة الموارد البشرية  
والتنمية الاجتماعية  
المملكة العربية السعودية

### دورة تأهيل استشاري رضاعة معتمد دوليا

### Lactation Consultants Qualifying Course

3 أيام من كل شهر ولمدة 6 أشهر متتالية بمجموع 90 ساعة تدريبية  
(إضافة الى 6 ساعات مهارات تواصل)  
(ابتداءً من الخميس 12 نوفمبر 2020)

الرسوم	الوقت	المكان	الفئة
ثلاثمائة ريال لكل أسبوع	مسائية خميس وجمعة من 4 - 10 م صباحية يوم السبت من 8 ص - 12 م	الرياض	الطبيبات القابلات التمريض درجة البكالوريوس وما فوق

### التسجيل للدورة

### الباركود



ارسال صورة من السيرة الذاتية المرفقة  
للتسجيل في الدورة الى بريد الجمعية  
(Saudi.lactation@gmail.com) وسوف يتم  
الرد في نهاية شهر اكتوبر



0559888917 0112577717 @sbfa2020 sbfa.h.office@gmail.com

اعداد: أ/ليلي الشبتي.  
مرشدة رضاعة طبيعية.





## جمعية الرضاعة الطبيعية

### لجنة التوعية والتثقيف

بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله رب العالمين بدأ الاستعداد للتفعيل برنامج تمكني حولين من قبل جمعية الرضاعة الطبيعية من بدأت شهر أغسطس وذلك بجمع المواد التعليمية وما يحتاجه التفعيل والدخول على موقع وابا ونشر المواد التعليمية المعدة من قبل موقع وابا بلغتين العربية والانجليزية في مجموعة لجنة التوعية والتثقيف وتطوع مجموعة من الأخوات في اللجنة بمساهمة في تفعيل برنامج تمكني حولين التي تهدف لتشجيع الأمهات وتوعيتهم بالرضاعة الطبيعية في جميع انحاء العالم وزيادة نسبة الرضاعة في المملكة العربية السعودية وأيضا تفعيل بعض الأيام العالمية لهذا الشهر . وذلك ببعض الجمل الفتوغرافية وفيلم قصير وتم نشرها جميعها في حسابات الجمعية وإعداد الجدول بشكل مبكر وتم تعديل الجدول اكثر من عشر مرات نظرا لتلبية رغبات المشاركات ومراعات لظروفهم وحتى نتمكن من التقديم بأفضل صورة ممكنه . لقد واجهتنا عدة صعوبات وتحديات التي استطعنا والله الحمد والمنة بتعاون الزميلات والزملاء على تخطيها. تم تغطيتها بتقديم المحاضرات كل يوم أربعاء من كل اسبوع نظرا لظروف الاختبارات لدى بعض الزميلات والزملاء. والخطة القادمة وما استفدنا من الدروس اعداد مواد مسجلة تكون كاحتياط في حال اعتذار أحد المشاركين بشكل مفاجئ لتبث للجمهور ويقوم إحدى أعضاء الجمعية والمتطوعين بالإشراف على ذلك.



اعداد : أ/ليلي الثبيتي.  
مرشدة رضاعة طبيعية.



## جمعية الرضاعة الطبيعية

### لجنة التوعية والتثقيف

#### جدول محاضرات التوعية عن الرضاعة الطبيعية

ديسمبر 2020		شهر	
المحاضر	عنوان المحاضرة	اليوم	التاريخ
أ/شادية عمار	الرباط اللؤلؤة	الأربعاء	2020/12/02
أ/تغريد هوساوي	حمل آمن ولادة طبيعية لرضاعة ناجحة	الأربعاء	2020/12/09
د. فاطمة مجاهد	أمي الرضاعة حق لي وأجر لك	الأربعاء	2020/12/16
أ/أنوار شحبر	تغذية الأم المرضعة في حالات خاصة	الأربعاء	2020/12/23
د. مروة مازن حسونة	ما يطلع مني حليب	الأربعاء	2020/12/30

اعداد : أ/ليلي الثببتي.  
مرشدة رضاعة طبيعية.







## جمعية الرضاعة الطبيعية

### لجنة التوعية والتثقيف

تمكني حولين  
الرباط للأولوة

لا تنسوا  
موعدنا الليلة

08:00 مساء

الأربعاء 2-12-2020  
الموافق 4-4-1442

تمكني حولين

تدعوكم جمعية الرضاعة الطبيعية  
لحضور السلسلة التثقيفية

الرباط للأولوة

أ.شادية عمار

مدرسة ومستشارة أسرية وعمو في لجنة التوعية  
والتثقيف بجمعية الرضاعة الطبيعية

08:00 مساء

الأربعاء 2-12-2020  
الموافق 4-4-1442

تمكني حولين

حمل آمن ولادة  
طبيعية لرضاعة ناجحة

لا تنسوا  
موعدنا الليلة

08:00 مساء

الأربعاء 9-12-2020

تمكني حولين

تدعوكم جمعية الرضاعة الطبيعية  
لحضور السلسلة التثقيفية

حمل آمن ولادة  
طبيعية لرضاعة ناجحة

أ/تغريد هوساوي

إخصائية تمارين واستشاري  
دولي في الرضاعة الطبيعية

08:00 مساء

الأربعاء 9-12-2020  
الموافق 24-4-1442

اعداد : أ/إيلي الثبتي.  
مرشدة رضاعة طبيعية.



## جمعية الرضاعة الطبيعية

### لجنة التوعية والتثقيف

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

تمكني حولين  
أمي الرضاعة  
حق لي و أجر لك

لا تنسوا  
موعدنا الليلة

الأربعاء 16-12-2020  
08:00 مساءً

باركود زوم

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

تمكني حولين  
تدعوكم جمعية الرضاعة الطبيعية  
لحضور السلسلة التثقيفية

أمي الرضاعة  
حق لي و أجر لك

د/ فاطمة عبدالعزيز مجاهد  
دكتوراه علم النفس العائلي  
ماجستير تربية إسلامية  
دبلوم إرشاد أسري  
نائب رئيس مجلس إدارة  
جمعية بناء للإرشاد الأسري  
مستشار أسري  
مربي معتمد  
زوجة وأم وودة

الأربعاء 2020/12/16  
الموافق 1442/5/1  
08:00 مساءً

باركود زوم

0559888917 0112577717 @sbfa2020 sbfa.h.office@gmail.com

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

تمكني حولين  
تغذية الأم المرضعة  
في حالات خاصة

لا تنسوا  
موعدنا الليلة

الأربعاء 23-12-2020  
الموافق 1442-5-8  
08:00 مساءً

باركود زوم

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

تمكني حولين  
تدعوكم جمعية الرضاعة الطبيعية  
لحضور السلسلة التثقيفية

تغذية الأم المرضعة  
في حالات خاصة

أ.أنوار شحبر  
أخصائية تغذية  
ورضاعة طبيعية

الأربعاء 2020/12/23  
الموافق 1442/5/8  
08:00 مساءً

باركود زوم

0559888917 0112577717 @sbfa2020 sbfa.h.office@gmail.com



اعداد : أ/ليلي الثبيتي.  
مرشدة رضاعة طبيعية.



## جمعية الرضاعة الطبيعية

### لجنة التوعية والتثقيف

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

تمكني حولين  
مايطلع مني الحليب

لا تنسوا  
موعدنا الليلة

الأربعاء 2020-12-30  
الموافق 1442-5-15

08:00 مساءً

تمكني حولين  
تدعوكم جمعية الرضاعة الطبيعية  
لحضور السلسلة التثقيفية

جمعية الرضاعة الطبيعية  
BREAST FEEDING ASSOCIATION

مايطلع مني الحليب

د: مروة مازن حسونة  
مختار صحة عامة وطب وقائي

2020/12/30 الأربعاء  
الموافق 1442/5/15

الساعة 08:00 مساءً

0559888917 0112577717 @sbfa2020 sbfa.h.office@gmail.com



اعداد : أ/ليلي الثبيتي.  
مرشدة رضاعة طبيعية.