



## بسته های آموزشی خود مراقبتی

خود مراقبتی، عملی است که در آن، هر فردی از دانش، مهارت و توان خود به عنوان یک منبع استفاده می‌کند تا «به صورت مستقل» از سلامت خود مراقبت کند. منظور از «به صورت مستقل»، تصمیم‌گیری درباره خود و با اتکا به خود است

خود مراقبتی، عملی است که در آن، هر فردی از دانش، مهارت و توان خود به عنوان یک منبع استفاده می‌کند تا «به صورت مستقل» از سلامت خود مراقبت کند. منظور از «به صورت مستقل»، تصمیم‌گیری درباره خود و با اتکا به خود است جهت دانلود بسته های آموزشی خود مراقبتی بر روی لینکهای داندلود زیر کلیک نمایید .

[خود مراقبتی.](#)

[برنامه ریزی فردی برای خود مراقبتی.](#)

[مولفه های توانمند سازی برای خود مراقبتی.](#)

[همکاری بین بخشی برای سلامت از دولت تا حامیان سلامت 1](#)

[همکاری بین بخشی برای سلامت از دولت تا حامیان سلامت 2](#)

[یک عمر سلامتی با خود مراقبتی.](#)

[نظام خودمراقبتی در سازمانها](#)

لینک مطلب در سایت : <http://mrgums.ac.ir/?MID=21&Type=News&id=139>