



برگزاری کارگاه آموزشی «احیای پایه در کودکان و بزرگسالان و پیشگیری از دیابت» به همت معاونت بهداشتی برای کارکنان شرکت آب و فاضلاب مراغه

در راستای اجرای برنامه «خودمراقبتی سازمانی» و با هدف ارتقای سطح سلامت پرسنل شرکت آب و فاضلاب مراغه، کارگاه آموزشی «احیای پایه در کودکان و بزرگسالان و پیشگیری از دیابت» برای ۳۰ نفر از کارکنان شرکت آب و فاضلاب مراغه برگزار شد.

این کارگاه با تمرکز بر دو محور اساسی سلامت، یعنی آموزش احیای پایه در کودکان و بزرگسالان و پیشگیری و خودمراقبتی در دیابت، به منظور افزایش آگاهی و توانمندی کارکنان در شرایط اورژانسی و مراقبت از سلامت فردی طراحی شده



بود.

در بخش نخست کارگاه، دکتر تبیانی به آموزش مفاهیم و مهارت های ضروری احیای پایه در کودکان و بزرگسالان پرداخت. در این بخش، شرکت کنندگان با علائم ایست قلبی و تنفسی در کودکان و بزرگسالان، نحوه برخورد صحیح در شرایط اضطراری و تکنیک های احیای قلبی و ریوی (CPR) آشنا شدند. این آموزش ها در راستای افزایش آمادگی پرسنل برای مواجهه با حوادث غیرمترقبه در محیط کار و زندگی ویژه ای دارد.



در بخش دوم، هم زمان با هفته ملی و روز جهانی دیابت (۱۷ تا ۲۳ آبان)، دکتر اعتماد مباحث مرتبط با پیشگیری و خودمراقبتی در دیابت را تشریح کرد. وی با اشاره به نقش خودمراقبتی در کنترل بیماری های مزمن، بر شناخت عوامل خطر ابتلا به دیابت، اهمیت تغذیه سالم، فعالیت بدنی منظم، کنترل دوره ای قند خون و مدیریت استرس تأکید کرد.

برگزاری این گونه کارگاه ها در چارچوب برنامه «خودمراقبتی سازمانی» گامی مؤثر در جهت ارتقای سلامت نیروی انسانی و افزایش بهره وری سازمانی است. توانمندسازی کارکنان در زمینه سلامت فردی، نه تنها موجب بهبود کیفیت زندگی آنان می شود، بلکه به ایجاد محیط کاری سالم، پویا و ایمن نیز کمک می کند.