

وثيقة مشروع الصحة النفسية

المشكلة أو القضية:

- عدم توفر الجهات الخيرية المختصة بالوقاية من الاضطرابات النفسية. وزيادة احتياج المجتمع المكي للتوعية والوقاية منها.

أسبابها:

- قلة الوعي بين أفراد المجتمع عن الاضطرابات النفسية.
- كثرة ضغوطات الحياة أدت إلى تأثر الحالة الصحية والنفسية للفرد وازدياد ظهور الاكتئاب بين أفراد المجتمع.
- يتم التعامل مع الاضطرابات النفسية بشكل غير صحيح وهذا ما أدى إلى تفاقمها.
- شعور الفرد المصاب بالإحراج من المجتمع.

حلولها:

- الوقاية والحد من انتشار الاضطرابات النفسية.
- توعية المجتمع بالاضطرابات النفسية وأنها جزء لا يتجزأ من الصحة الجسدية.
- الفحص المبكر وتوجيه الحالات إلى المراكز الصحية عند الحاجة.

فكرة المشروع:

تهدف فكرة المشروع إلى المساهمة في حل المشاكل المتعلقة بالجانب الصحي النفسي و توعية المجتمع عن طريق البرامج التوعوية والفحص المبكر من خلال تفعيل الاستبيان الالكتروني لقياس القلق و الاكتئاب ونشره لأفراد المجتمع مع توجيههم للمراكز الصحية المختصة عند الحاجة.

أهداف المشروع:

- عمل برامج توعوية (حملات) للمجتمع عن مرض الاكتئاب والقلق خاصة والاضطرابات النفسية عامة.
- تفعيل المراكز الصحية عن طريق الفحص المبكر واستقطاب المحتاجين للرعاية النفسية في المجتمع المكي.
- تدريب وتأهيل الكادر التطوعي الصحي.

نتائج المشروع:

- زيادة وعي المجتمع عن الاضطرابات النفسية عموماً و الاكتئاب والقلق بشكل خاص.
- سهولة وصول الرعاية اللازمة للمستفيدين.
- الحد من انتشار الاضطرابات النفسية.
- وجود كادر صحي تطوعي مؤهل.

الشريحة المستهدفة:

الفترة	العدد	النوع/ المجال	قناة التواصل
طلاب الكليات الصحية ذكور - اناث	22 متطوع	جميع التخصصات الصحية	تويتر . واتساب
رواد التواصل الاجتماعي من المجتمع المكي ذكور - اناث	500	-	التسويق الالكتروني (تويتر . انستجرام . فيسبوك)
رواد المقاهي من المجتمع المكي ذكور - اناث	350	مقاهي مكة المكرمة	المقهى
الايتماء التابعين لمؤسسة اخاء بمكة المكرمة ذكور - اناث	250	-	تواصل مباشر عن طريق النزول الميداني
فتيات مؤسسة دور الرعاية بمكة المكرمة اناث	200	-	تواصل مباشر عن طريق النزول الميداني
طلاب المدارس ذكور - اناث	600	طلاب الصف الثالث ثانوي	من خلال مشروع الصحة المدرسية

وقت ومدة المشروع:

تاريخ البداية	نوفمبر ٢٠٢٠	المدة
تاريخ النهاية	ديسمبر ٢٠٢١	١٤ شهر

الشركاء المتوقعون (جهات ذات علاقة):

الشريك	نوع الشراكة
المراكز الصحية (EPC)	عيادات الصحة النفسية
مؤسسة اخاء	تسهيل الوصول لشريحة الايتام
مؤسسة دور رعاية الفتيات	تسهيل الوصول لشريحة فتيات دور الرعاية
وزارة التعليم	تسهيل الوصول لشريحة الطلاب

مؤشرات قياس نجاح المشروع:

الهدف المحدد	المؤشرات	وسائل التحقق
تأهيل وتدريب المتطوعين	عدد وأسماء الدورات التدريبية المقدمة	تقرير بكل دورة وبيانات المستفيدين
عمل برامج توعوية من خلال الحملات (المقاهي - دور رعاية الفتيات - دار الايتام)	عدد ٢٤ حملة (البرامج التوعوية) عدد المستفيدين من الحملات	تقارير الحملات وبيانات المستفيدين
نشر استبيان PHQ9 و GAD7 لقياس مرض الاكتئاب والقلق.	عدد الاستبيانات المعبأة	تقرير ببيانات المستفيدين
رفع معدل استمرارية المتطوعين والتزامهم	عدد الحضور لكل برنامج ولقاء خاص بهم	تقارير الحضور والغياب (مقارن)
تحويل المستفيدين للمراكز الصحية	عدد المستفيدين المحولين	تقرير بعدد وبيانات المستفيدين المحولين
قياس رضى المدارس واستفادة الطلاب عن البرامج المقدمة	نسبة رضى المدارس واستفادة الطلاب	نتيجة الاستبيان

المخاطر المتوقعة للمشروع:

الخطر المتوقع	كيف نتجاوزه في حال وقوعه
عدم تفعيل المراكز الصحية في الوقت المحدد	إرشادهم لأماكن بديلة
عدم التفاعل مع الرابط ومصادقية تعبئة الاستبيان	التوسع في نشر الرابط
استمرار الدراسة عن بعد في المدارس	تأجيل البرنامج الخاص بهذه الفئة المستهدفة

فريق العمل الرئيسي:

❖❖❖	الاسم	الدور	المهام المطلوبة	موظف / متطوع
١	جمانة قباني	مديرة المشروع	الإشراف والتنفيذ على المشروع كاملاً.	متطوع
٢	اروى الزهراني	نائبة مدير المشروع	مساعدة المدير على الإشراف والتنفيذ للمشروع كاملاً.	متطوع

٣	شيماء الشريف	نائبة مدير المشروع	مساعدة المدير على الإشراف والتنفيذ للمشروع كاملاً.	متطوع
٤	د/ رياض العمري	مستشار	الدعم في تفعيل عيادات الصحة النفسية في المراكز الصحية	متطوع
٥	د/ عماد رقه	مستشار	مباشرة الحالات المحولة للمركز الصحي بحي الهجرة	متطوع
٦	سكرتارية	تجهيز تقارير المشروع		متطوع
٧	شؤون مشاركين	حساب الساعات التطوعية للمتطوعين		متطوع
٨	مصمم	تصميم المواد اللازمة (مادة علمية-إعلان)		متطوع
٩	التواصل الإلكتروني	متابعة سير الاستبيان والرد على استفسارات المستفيدين		متطوع

الإيرادات الداخلية (الاستدامة المالية):

الخدمة/ المنتج	العدد	التكلفة	الإجمالي	النسبة
			الإجمالي	

ممولين المشروع:

الممول	المبلغ	نسبته من الميزانية
جمعية درهم وقاية		١٠٠٪
الإجمالي		

ميزانية المشروع:

❖	البند	التكلفة
١	فريق العمل (الإشراف)	-
٢	الأدوات والمواد (المستهلكة)	٩٠٠
٣	الأدوات والمواد (الأصول الثابتة)	٢٩٠٠
٤	اللوجستية	٤٠.٢٦٠
	الإجمالي	٤٤.٠٦٠

الخطّة التشغيلية:

❖	المهام	المسؤول	من	إلى
١	الموافقة النهائية على المشروع	المجلس التنفيذي للجمعية	2-Dec-20	8-Dec-20
٢	استقطاب الفريق التنفيذي	إدارة المشروع	10-Dec-20	20-Dec-20



19-Jan-21	28-Dec-20	إدارة شؤون المتطوعين	استقطاب المتطوعين	٣
19-Feb-21	23-Jan-21	الإدارة التنفيذية	تدريب وتأهيل المتطوعين	٤
8-Mar-21	22-Feb-21	الإدارة التنفيذية	التواصل مع الجهات ذات العلاقة	٥
14-Mar-21	9-Mar-21	متطوعي الصحة النفسية	انشاء رابط استبيان PHQ-9 & GAD-7	٦
31-Oct-21	20-Mar-21	متطوعي الصحة النفسية	عمل الحملات التوعوية	٧
31-Oct-21	28-Mar-21	متطوعي الصحة النفسية	توجيه ذوي الاحتياج من المرضى الى المراكز المختصة	٨
1-Nov-21	23-Jan-21	إدارة المشروع	المتابعة والتقييم	٩
15-Dec-21	3-Nov-21	إدارة المشروع	إغلاق المشروع	١٠

اعتماد:

معد (مدير المشروع)
مراجع (مدير الإدارة)
تدقيق (مكتب تحقيق الرؤية)
اعتماد (المدير التنفيذي)