

مسكن مسؤول .. صحة مستدامة

إعداد و تقديم

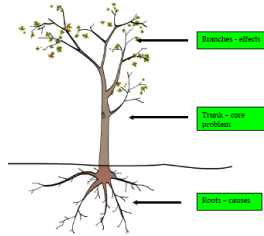
نهلة عبدالعزيز عبدالرحمن الجربوع

أولاً: المشكلة والفئة المستهدفة والفكرة الأولى

..... الانتشار الواسع لاستخدام المسكنات دون استشارة طبية أو وصفة، مما يؤدي إلى أضرار صحية جسيمة مثل تلف الكلى والكبد، وزيادة حالات الاعتماد الدوائي ، وضعف الوعي المجتمعي بخطورة التسكين العشوائي، خصوصاً عند التعامل مع آلام مزمنة أو متكررة.	المشكلة المحددة: اكتب المشكلة التي تريد معالجتها من خلال المبادرة، وضّح المشكلة بحيث تكون محددة المعالم
..... • طلاب وطالبات الجامعات والمدارس • الأمهات وربات البيوت • الموظفون في القطاعات العامة والخاصة • مستخدمو وسائل التواصل الاجتماعي	الفئة المستهدفة: حدّد الفئة المستهدفة بدقة
..... مبادرة "قراارك يصنع الفرق" تسعى لتقليل الاعتماد العشوائي على المسكنات من خلال رفع مستوى الوعي بخطورتها، وتقديم حلول ذكية تشمل: • تطبيق إلكتروني لمتابعة استخدام المسكنات وتنبيه المستخدم • مواد مرئية قصيرة مؤثرة • برامج تدريبية في المدارس والجامعات • شراكة مع الصيدليات لتقديم نصائح فورية عبر QR Code	فكرة المبادرة: قم بصياغة فكرة المبادرة بشكل واضح تعطي صورة مكتملة عن فكرة مبادرتك من خلال قراءة فكرة المبادرة

ثانيًا: مرحلة التحليل

أ/ تحليل المشكلة:



بعدما تم التعريف بـ "المشكلة" وتحديد "الفئة المستهدفة" بدقة؛ يمكننا تحليلها لنعرف مدى تعقيدها، ومسبباتها، وآثارها.
تستطيع ذلك عن طريق: استخدام نموذج (تحليل شجرة المشكلات) كما في الأسفل، ارسم العلاقة بين الأسباب.
بعد إكمالها راجع المسببات الواردة في أسفل الشجرة، وابحث عن الأدوار التي تستطيع القيام بها مع الجامعة.

الآثار

• تغطية أمراض خطيرة دون علاج حقيقي

• الاعتماد الدوائي

• فشل كلوي أو كبدي

استخدام المسكنات بشكل عشوائي

المشكلة

الأسباب

• استخدام المسكنات بشكل عشوائي

• توفر المسكنات بسهولة

• غياب التوعية

• توفر المسكنات بسهولة

• استخدام المسكنات بشكل عشوائي

الجهل بالمخاطر

ب/ تحليل البيئة عبر أداة (SWOT):

عناصر القوة في المبادرة	عناصر الضعف في المبادرة
- وضوح الرسالة وارتباطها بحياة الناس - إمكانية قياس الأثر - قابلية التطبيق على نطاق واسع	- ضعف التمويل - تحديات الوصول لكل الفئات - مقاومة التغيير من البعض
الفرص المتاحة والممكنة للمبادرة	التحديات والمخاطر المحيطة بالمبادرة
- الدعم الحكومي لبرامج الصحة الوقائية - اهتمام المجتمع بالصحة بعد الجائحة - استخدام التقنية في التوعية	- مقاومة بعض الصيدليات للتعاون - المعلومات الخاطئة المنتشرة عبر الإنترنت - ضعف الالتزام المجتمعي بالتعليمات الصحية

ويمكنك من خلال تحليل (SWOT) القيام بالتالي على الأقل:

١ - تعظيم عناصر قوتك باستثمار الفرص المتاحة.. وقد تجد في هذين العنصرين فرصتك (للبناء على الأصول).

٢ - تقليل عناصر ضعفك باستثمار نقاط القوة والفرص كلما أمكن ذلك.

بنهاية هذه المرحلة:

١ - تكون مسببات المشكلة واضحة ومحددة، ثم يستطيع فريق العمل تحديد المجالات التي سيعمل عليها وفق قدرات المنظمة.

٢ - تستطيع صياغة أهداف المبادرة بطريقة سهلة بواسطة الصياغة الإيجابية للتعبيرات الواردة في شجرة المشكلات على مستوى (الآثار).

٣ - بعد هذه المرحلة المفترض أن الصورة الكلية اكتملت، فاملاً الجدول التالي وفقاً لما سبق:

ثالثاً: صياغة العناصر الأساسية

اسم المبادرة	مسكن مسؤول.. صحة مستدامة – مبادرة للحد من الاستخدام العشوائي للمسكنات
فكرة المبادرة بصورتها المكتملة والنهائية	مبادرة وطنية توعوية ذكية تهدف إلى الحد من الاستخدام العشوائي للمسكنات دون استشارة طبية، من خلال أدوات تقنية وتوعوية مبتكرة تعزز الوعي بأن الألم رسالة طبية لا يجب كتمها دون تشخيص، وتُسهم في بناء سلوك صحي مسؤول.
الأهداف التفصيلية	عن طريق عكس شجرة المشكلات وتحويلها إلى شجرة الأهداف: 1. توعية المجتمع بمخاطر الاستخدام العشوائي للمسكنات بنسبة لا تقل عن 50% خلال 3 أشهر. 2. إطلاق أداة ذكية تتابع استهلاك الفرد للمسكنات وتنبيهه عند التجاوز. 3. تفعيل حملة تثقيفية عبر المدارس والجامعات بقيادة "سفراء التوعية". 4. تطبيق نظام إشعار رقمي عبر الصيدليات لتقديم رسالة توعوية عند صرف المسكنات.
الفئة المستهدفة	طلاب وطالبات الجامعات والمدارس - الأمهات وربات البيوت - موظفو القطاعات المختلفة - مستخدمو وسائل التواصل الاجتماعي
مبررات المبادرة	عن طريق آثار المشكلة وصياغتها هنا بأسلوب مبررات المبادرة: 1. انتشار ثقافة التسكين السريع للألم دون الرجوع لمختص. 2. ازدياد حالات الفشل الكلوي وأمراض الكبد المرتبطة بكثرة المسكنات. 3. ضعف الرقابة على صرف المسكنات في بعض الصيدليات. 4. قلة المبادرات الموجهة لتثقيف المجتمع بهذا الموضوع تحديداً.

مؤشرات النجاح	1. عدد تحميلات التطبيق الذكي 2. عدد المدارس والجامعات المشاركة 3. نسبة الانخفاض في صرف المسكنات دون وصفا 4. التفاعل على وسائل التواصل مع المحتوى التوعوي
أنشطة المبادرة	1. تصميم التطبيق التوعوي 2. إنتاج فيديوهات تعليمية قصيرة 3. ورش توعية ميدانية 4. شراكة مع الصيدليات وإطلاق QR توعوي 5. مسابقات وتحديات رقمية توعو
مراحل المبادرة	1. مرحله التحضير والإنتاج (2 اسبوع) 2. التنفيذ الميداني والرقمي (8 أسابيع) 3. التقييم والتحسين (أسبوعان)
مدة المبادرة	3 أشهر ونصف
القيمة المضافة	1. تغيير فعلي في سلوك المجتمع 2. استخدام التقنية لحل صحي واقعي 3. دعم مباشر لرؤية السعودية 2030 في الوقاية
متطلبات التنفيذ	1. فريق تقني لتطوير التطبيق الذكي. 2. تصميم وإنتاج محتوى إعلامي رقمي احترافي. 3. شراكات مع مدارس وصيدليات ومراكز صحية.

فريق المبادرة	1. قائد المبادرة 2. مطوّر تقني ومصمم تجربة المستخدم 3. أخصائي تثقيف صحي ومحتوى
التكلفة التقديرية	20,000 ريال سعودي
مصادر التمويل	1. وزارة الصحة 2. شركات الأدوية ضمن برامج المسؤولية الاجتماعية 3. شراكات مجتمعية ومساهمات تطوعية
أفكار تسويقية	1. تحديات توعوية أسبوعية عبر منصات التواصل (هاشتاق #قرارك_يصنع_الفرق). 2. شراكات مع مؤثرين طبيين لإيصال الرسالة بطريقة إنسانية. 3. نقاط تفاعلية في الصيدليات (QR Code) لفتح فيديو توعوي عند صرف المسكن.
المخرج النهائي	مجتمع أكثر وعياً، سلوك صحي أكثر مسؤولية، تطبيق رقمي تثقيفي مستدام، وتقرير أثر صحي يمكن البناء عليه وطنياً

رابعًا: صناعة خطط المبادرة (هذا الجزء من النماذج الإضافية)

بوصولك إلى هذا الحد صار لديك كافة التفاصيل التي تمكنك من صناعة خطط المبادرة.

ستحتاج على الحد الأدنى إلى:

أ- الخطة التنفيذية.

ب- الزمنية (مخطط جاننت).

ت- خطة التدفقات النقدية.

في **الخطة التنفيذية**؛ أنت تحتاج أن تجيب على خمسة أسئلة لكل نشاط: (ماذا؟ من؟ متى؟ أين؟ بكم؟)، وبطبيعة الحال تستطيع أن تزيد التفاصيل لتحصل على تحكم أعلى ووضوح أكبر. لاحظ أن تفاصيل خطة المبادرة تتناسب وحجم التعقيد فيه والشراكات والموارد المتعلقة به.

في **الخطة الزمنية**؛ تنبه إلى أهمية تحديد وترتيب الأنشطة المتتابعة والمتزامنة ولمعرفة الأعمال الاعتمادية والأعمال المستقلة بذاتها؛ وذلك لضغط الجدول الزمني، وإدارة الموارد المختلفة في المبادرة بطريقة أكثر كفاءة. وبالتالي سيمثل لك ذلك نقطة قوة في التحكم بالقيود الثلاثية في مبادرتك (الزمن، الكلفة، النطاق)، وعدم الوقوع في مصيدة التعثرات المختلفة المحيطة بك.

في **خطة التدفقات النقدية**؛ تستطيع معرفة كم تحتاج؟ ومتى تحتاج؟ حتى تتحكم في مواردك بطريقة صحيحة ومنطقية، كما أنها ستساهم في معالجة قيد (التكلفة) حتى لا تقع في الحرج مع الموردين أو المستفيدين أو حتى المانح نفسه، بل وتستطيع عن طريق هذه الخطة مفاوضة المانح على حجم الدفعات وتوقيتها وفقا للخطة المقترحة.

نموذج مبسط للخطة التنفيذية

المحور	المهام والأنشطة	المسؤول	عدد ونوع المستهدفين	التاريخ	التكلفة	ملاحظات التنفيذ

نموذج مبسط خطة التدفقات النقدية

[illegible]

خامسًا: خطة تسويقية (هذا الجزء من النماذج الإضافية)

خطة تسويقية	
	اسم المبادرة
	حدد جمهورك
	من هم منافسيك
	هدفك التسويقي
	العبرة التسويقية
	الميزة التنافسية
	استراتيجية الخدمة
	استراتيجية الترويج
	الصورة الذهنية

نماذج إضافية (يمكن إضافتها بحسب الحاجة)

