

ترة شهرية تصدرها إدارة العلاقات العامة والشؤون الإعلامية مدينة الملك فهد الطبية أبريل 2016 • العدد الرابع

الرؤيــة أن نكون المعيار في تقديم الرعاية الصحية التخصصية.

الرسالة

التزامنا بتقديم الرعاية الصحية المتقدمة الآمنة والمبنية على البراهين، والمعزَّزة بالتدريب والأبحاث.





خلال الاحتفال بخريجى الدراسات العليا والابتعاث

د. اليماني: المدينة الطبية اتبعت نهج الدولة في بناء القدرة البشرية

أكد سعادة المدير العام التنفيذي لمدينة الملك فهد الطبية، الدكتور محمود بن عبد الجبار اليماني، أن مدينة الملك فهد الطبية اتخذت نهج التدريب والابتعاث والدراسات العليا منذ نشأتها في 2004، مشيرًا إلى أنها خرّجت أعدادًا كبيرة من الممارسين الصحيين في المجالات المختلفة، سواء الطبية أو التمريضية أو التقنية أو الفنية أو الإدارية في الشؤون الطبية، أو الجودة والأبحاث، بل تعدى ذلك إلى الابتعاث في المجالات الصحية المساندة. مضيفًا أن المدينة الطبية اتبعت هذا النهج وهو اتباع لنهج الدولة، حفظها الله ورعاها، وبتوجيه من خادم الحرمين الشريفين، وولي عهده، وولي ولي عهده ببناء القدرة البشرية التي هي الاستثمار الحقيقي، فنهجت المدينة على هذا البناء واستمرت عليه. واليوم لدينا في مدينة الملك فهد الطبية أكثر من 300 مبتعث و400 متدرب و67 برنامجًا تدريبيًا في المجالات المختلفة، ولم تعد المدينة مستهلكة للقوى البشرية بل أصبحت منتجًا لها، وتُصدّر عددًا من خريجي البرامج التدريبية الداخلية للمدينة الطبية إلى المستشفيات الأخرى داخل المملكة وخارجها . فكثير من دول الخليج تطلب أن يكون لها مقاعد تدريبية في مدينة الملك فهد الطبية، وهذا لم يكن ليتحقق لولا توفيق الله أولاً ثم توجيه قيادة المملكة، ثم دعم وزارة الصحة والقطاعات الصحية المختلفة بالمملكة وعلى رأسها الهيئة السعودية للتخصصات الصحية.

من جانب آخر، أوضح المدير التنفيذي للشؤون الأكاديمية والتدريب بالإنابة، الدكتور عدنان الوادعي، أن المدينة الطبية أخذت على عائقها مسؤولية التعليم الأكاديمي وتدريب القوى العاملة وتطويرها للارتقاء بمستواهم الوظيفي، وسد الاحتياجات من الكفاءات العاملة في مختلف المجالات وعلى جميع المستويات الطبية والفنية والتمريضية والإدراية، وتم الاهتمام بعملية التدريب بكل تفاصيلها من إعدادها ودراستها وتقييمها ثم تقديمها بآخر ما توصلت إليه التقنية في التدريب من خلال استقطاب الكفاءات والكوادر الاستشارية للمشاركة في مجالات التدريب سواء من داخل المدينة أو من خارجها لتأهيل موظفين وخريجين على أعلى مستوى علمي وتدريبي وتقديم الحلول والخدمات التدريبية لمواكبة النهضة الإدارية والطبية التى تزخر بها بلادنا.

وهناً مدير إدارة الدراسات العليا والابتعاث، الدكتور حسين الحسين، الخريجين والخريجات ومنسوبي المدينة الطبية الذين ساعدوا على تغطية الخدمات في أثناء ابتعاث زملائهم لإعطائهم الفرصة في الحصول على الدرجة العلمية التي تؤهلهم لخدمة المدينة الطبية والوطن. وفي ختام حديثه طالب الحسين الخريجين والخريجات ببذل الجهد والعطاء المضاعف لخدمة المرضى والمستفيدين من الخدمات الصحية.



مع سرعة تدفق المعلومات في مجتمعنا المعاصر تزايد الاهتمام بتشكيل الصورة الذهنية. فالصورة الذهنية الإيجابية التي تنجح المؤسسات في تكوينها داخل عقول أفراد المجتمع تصبح المحرك العقلي والسلوكي لهؤلاء الأفراد تجاه كل ما يصدر عن تلك المؤسسة، وتضمن تفاعلاً كبيرًا من كل المحيطين بها والمنتسبين إليها. لذا تسعى المؤسسات إلى قياس الصورة الذهنية من وقت لآخر.

لقد أصبح تكوين الصورة الإيجابية هدفًا في حد ذاته يُسعى للوصول إليه. فالنجاح يتزامن مع بناء تلك الصورة واستنادًا إليها يتم تبني الخطط والاستراتيجيات، وتحقيق التناغم الإداري والمالي داخل المؤسسة، والأهم التناغم بين أهدافها ورغبات المستفيدين من خدماتها والمتعاملين معها.

إيجابية الصورة الذهنية قوة خفية تدفعها إلى التحليق في فضاءات النجاح والخروج من المحلية إلى العالمية. ورغم أهمية مصطلح الصورة الذهنية إلا أنه مصطلح حديث عهد فلم يظهر إلا مع بداية النصف الثاني من القرن العشرين وبالتحديد في عام 1960 ضمن كتاب «تطوير صورة المُنشأة» للكاتب الأمريكي لي بريستول Lee Bristol.

تتشكل الصورة الذهنية من مجموعة من العمليات المعقدة، وهناك عوامل خارجية لا يمكن التحكم فيها، لكن من أبرز ما يساعد على تشكيل تلك الصورة الاهتمام بالمبادرات وبرامج المسؤولية المجتمعية، وإشاعة ثقافة الريادة والتميز داخل المؤسسة وبين أفراد المجتمع، وقبل كل ذلك تحقيق أعلى معدلات الجودة في الخدمات التي تقدمها.

تسهم في تكوين الصورة الذهنية لمدينة الملك فهد الطبية عوامل عدة يأتي على رأسها منسوبو المدينة الذين يعدون بمنزلة سفرائها خارج أسوارها، ويؤدون دورًا فاعلاً في رسم الصورة الذهنية لدى العامة، إلى جانب الدور الذي تؤديه المدينة في التعريف بدورها المتعاظم عامًا بعد عام عبر الوسائل المختلفة، ومن بينها وسائل الإعلام ووسائل التواصل الاجتماعي. لذا فإن المحافظة على الصورة الذهنية تتطلب مزيدًا من الديناميكية، وتلك إحدى الركائز التي تؤمن بها مدينة الملك فهد الطبية، وتسعى بكل طاقاتها من أجل المحافظة على تلك الصورة الشرقة لها في نفوس كل من ينتسب ويستفيد من خدماتها وعقولهم. ودائمًا ما تبادر من أجل جعل تلك الصورة أكثر تألقًا. وهذا ما يدفعها إلى تخطي مستوى طموحات المستفيدين من خدماتها وتجاوز التحديات والمبادرة إلى البحث عن الحلول المبتكرة، واكتشاف العلاجات من خلال البحث العلمي وإجراء العديد من الدراسات.

أسرة التحرير





هذاالعدد



∠ الأكثر عرضة للإصابة بالنوع الثاني من السكري



ل إدارة المعلومات الصحية تنظم يوم التقنية



. تخفیضات خاصة بالموظفین

محينتي مقالات

الأكثر عرضة للإصابة بالنوع الثانى من السكرى

سكان المدن المزدحمة، وقليلو النشاط الحركي، ومتناولو المأكولات المشبعة بالدهون والسكريات ومن يعانون السمنة.

إدارة التثقيف الصحى

يعرّف السكري بأنه مجموعة التغيرات الأيضية في الجسم التي تختص بارتفاع السكر في الدم نتيجة خلل في إفراز الأنسولين، أو استجابة الجسم له أو كليهما. وتُعد نسبة السكرى في دول الخليج من الأعلى عالميًا. ففي السعودية 30% ممن أعمارهم فوق 30 سنة مصابون بالسكري، هذا الارتفاع الناتج عن التغير الكبير في حياتنا اليومية والنمط المعيشي تضاعف أكثر من عشرة أضعاف خلال العقود الأخيرة.

هناك عوامل عدة قد تجعلك أكثر عرضة للإصابة بالسكري من النوع الثاني، فمثلاً، سكان المدن أكثر عرضة للسكري من سكان القرى والهجر، وسكان المدن المزدحمة مثل الرياض أكثر عرضة من غيرهم. بالإضافة إلى العادات اليومية الخاطئة كقلة النشاط الحركي، وتناول المأكولات المشبعة بالدهون والسكريات، وزيادة الوزن، وغيرها من العوامل التي زادت من ارتفاع نسبة السكري في الأونة الأخيرة.

من أهم الأسباب التي تجعلك عرضة للسكري من النوع الثاني: السمنة، فعندما يكون مؤشر كتلة الجسم أكثر من 30

كجم/م2 تزيد نسبة الإصابة 30 مرة. • تتدم العمر، فإذا كان عمرك تجاوز 30 سنة، فنسبة الإصابة تصل إلى 30%.

 التاريخ العائلي، إذا كان عدد أفراد العائلة المصابين بالسكرى 3 فأكثر، فإن النسبة تتجاوز 50%. • تاريخ سابق لارتفاع السكر.

- وجود أمراض مزمنة، كالضغط واعتلال الدهون وأمراض تصلب الشرايين.
 - الخمول وقلة النشاط الحركي.

 عند النساء: سكري الحمل، متلازمة التكيس، ولادة طفل أكبر من 4 كجم.

من الضروري الكشف المبكر للسكري والذي يسهم بشكل كبير في الوقاية منه والحدّ من المضاعفات، حيث ينصح بالتحليل في سن الثلاثين إذا لم



تكن هناك أي أسباب أو عوامل تجعلك أكثر عرضة للإصابة. أما في حال وجود أحد العوامل المذكورة سابقًا فيفضل التحليل في عمر مبكر، أي قبل سن الثلاثين.

هناك خطوات يسيرة لكنها فعّالة للوقاية من السكري وكثير من أمراض العصر. فتغيير حياتك إلى نمط معيشي صحي يساعدك على الوقاية من السكري من النوع الثاني، فإذا فقدت 7% من وزنك الحالي عن طريق الحمية و الرياضة فأنت تسهم في الوقاية من السكري بنسبة 60%. من أبرز التوصيات:

 تجنب المشروبات والمأكولات ذات السعرات الحرارية العالية، كالمشروبات الغازية. فقد أثبتت الدراسات أنها تزيد نسبة السكري أكثر من 80%، وتزيد من الوزن خصوصًا في منطقة البطن، إضافة إلى المأكولات السريعة الغنية بالدهون المشبعة، والتي تحتوي على سعرات حرارية عالية تصل إلى 1800 سعرة حرارية (أكثر من حاجة الإنسان اليومية) وأيضًا الحلويات، والسكريات، والرقائق المقلية (الشيبس).

 تناول الغذاء الصحي الغني بالألياف والبروتينات والحبوب الكاملة.

 ممارسة الرياضة والنشاط البدني، مثلاً نصف ساعة من المشي السريع خمس مرات في الأسبوع.

• تعويد النفس الاستمرار والمداومة، مثل البدء بشىء بسيط والمداومة عليه حتى يصبح عادة.

المصدر: كتاب «حياة بلا سكرى» د. ناجى الجهنى

الحماية الشاملة للمعلومات

داخل المدينة

الأنشطة والبرامج الرياضية خلال شهّر أبريل ٢٠١٦

مسؤول النشاط / البرنامج	مكان النشاط / البرنامج	أيام التنفيذ الأسبوعية	النشاط / البرنامج
ك.علي حسن، ك. مصطفى يسري	الملعب الأخضر	الأحد ، الإثنين ، الثلاثاء	مدرسة كرة القدم
ك. مصطفى الشايب			للصغار
ك. رياض الحويطي ، ك.مريم عابد	المسبح المغطى	جميع الأيام ما عادا الجمعة والسبت	مدرسة تعليم السباحة
ك. محمد عبدالرحمن	القاعة الترفيهية	جميع الأيام ما عادا الأربعاء	حصص اللياقة البدنية
ك. عمرو عباس ، ك. محمد كشك	القاعة الترفيهية	جميع الأيام ما عادا السبت	تدريب الكاراتيه
ك. مأمون خضري	ملاعب التنس الأرضي	جميع الأيام ما عادا الجمعة	تدريب التنس الأرضي
ك. علاء دياب	القاعة الترفيهية	جميع أيام الأسبوع	التدريب بالأثقال
مدربو النادي الاجتماعي	المنطقة السكنية 3	جميع أيام الأسبوع	الملاعب المفتوحة
مدربو النادي الاجتماعي	القاعة الترفيهية	جميع أيام الأسبوع	الاسكواش وتنس الطاولة

كبير مشرفي الأنشطة والبرامج الرياضية الكابتن / عبد المجيد النواف

مدير عام النادي الاجتماعي الأستاذ / عبد الحكيم بن حمزة الحربي

لمزيد من المعلومات يرجى التواصل مع: د. محمد فتحي الشويل . منسق التخطيط والبرامج الرياضية. melshewil@kfmc.med.sa 0565394240 / 10475 / 10476



تبادل هوية المستخدم و كلمة السر ممنوع منعاً باتاً

- عزيزام، الموظف إن هوية المستخدم وكلمة السر الخاصتين بك أعدت لغرض العمل
 الخاص بالمنشأة فقط وبناء علم مسؤوليات فمع المدينة الضية
- بناء علمه اللوائح والأنظمة فمء مدينة الملك فهد الطبية. الت ملزم بألا تشارك إبدا أم شخص هوية المستخدم وكلمة السر تحت أم ظرف من أجل الحفاظ علمه سرية وسلامة معلومات المنشأة
- ایر انتقادات لسیاسات آمر) المعلومات بمدینة الملك فقد الطبیة ، تجعلك مسؤولاً عن أم سوء إستخدام وسوف بؤدي إلمه إنخاذ إجراءات تأديبية صارمة.

إن هوية المستخدم الخاصة بمدينة الملك فهد الطبية تتضمن جزأين، اسم الدخول وكلمة المرور. وكلاهما جزء لا يتجزأ من الحماية الشاملة لأصول المعلومات بمدينة الملك فهد الطبية. والحقيقة أن واحدًا من أخطر التهديدات في مجال أمن المعلومات، هو تعرض كلمة السر لإساءة الاستخدام أو نشرها.

في مجالنا الخاص بالرعاية الصحية، الحصول على المعلومات الصحيحة في الوقت المناسب، يتاح فقط للشخص المناسب الذي يمكن أن يحدث فرقًا حاسمًا. وبالتالي، كل واحد منا بقدارتنا الفردية كمنسوبي مدينة الملك فهد الطبية، لديه المسؤولية المهنية للحماية والحفاظ على المعلومات في إطار مجال عملنا. تبادل بيانات الدخول الشخصية في الأونة الأخيرة

أصبح مصدر قلق خطيرًا لدينا، ويؤثر في المهام اليومية بطرق غير مرغوب فيها، خصوصًا مع المعلومات المتعلقة بالمرضى. وكموظفين بمدينة الملك فهد الطبية، علينا جميعًا مسؤولية مشتركة لحماية المعلومات ووقايتها والحفاظ عليها تحت سيطرتنا.

فأنت ملزم بعدم مشاركة هوية المستخدم وكلمة المرور الخاصة بمدينة الملك فهد الطبية مع أي شخص في أي وقت، لضمان خصوصية ممتلكات مدينة الملك فهد الطبية، وحماية البيانات الخاصة بها.

يجب أن يكون الموظف على بينة بسياسات أمن المعلومات والإجراءات والتحذيرات التي يمكن الاطلاع عليها على الشبكة الداخلية لمدينة الملك فهد الطبية (الإنترانت).



الأجبان الصحية: جبن قريش منزوع الدسم ونسبة الدهن ١٠٪، ثم الغيتا الأبيض دون ملح، ثم الحلوم، ثم الشيدر المطبوخ، ثم الشرائح، ثم المثلثات. وتصل نسبة الدهن بالجبن السائل إلى ٧٥٪،

أبريل 2016

🕰 🔬 محيتيني



طموح لا تحده حدود، ومثابرة للوصول إلى النجاح، ورغبة في تخطي كل الصعاب من أجل تحقيق الهدف العام للكيان الذي ينتمي إليه أفراد الغريق، الذين ينصهرون في بوتقة واحدة وتلتئم فيها طموحاتهم الشخصية لتصب في صالح نجاح

الكيان الذي ينتمون إليه. إنه الإصرار والدأب اللذان لا يغيبان عن طباع الناجحين والمثابرين الذين يتطلعون إلى مستقبل مشرق لا تغيب فيه شمس الإيداع والأمل في الوصول إلى تحقيق الحلم مهماً طال الأمد.

أحمد الزهراني تصدر قائمة المكرمين من وزير الصحة

الرياض – سديم الضراب

عين أحمد موسى الزهراني في ١٤٢٤/٦/٢١هـ في مدينة الملك فهد الطبية مع ثلاثة موظفين آخرين. ففي ذلك الوقت لم يكن هناك موظفون معينون على التشغيل الذاتي سوى موظفي مستشفى السليمانية وكان عددهم لا يتجاوز 25 موظفاً.

تقدم أحمد للوظيفة وكان المدير العام حينئذ الدكتور محمد متولي، وأجريت المقابلة في مكتب مدير الشؤون الإدارية الأستاذ محمد كردي، ومدير شؤون الموظفين الأستاذ إبراهيم القميزي. منذ تاريخ تعيين أحمد ولديه إصرار على تحقيق مزيد من الإنجازات.

بدأ مسيرته في مستشفى الأطفال، فقد كان المستشفى الوحيد الذي تم تشغيله في ذلك الوقت، وكانت نسبة تشغيله تصل إلى 40%، ومن أول يوم عمل له ساهم أحمد وجميع زملائه في افتتاح مدينة الملك فهد الطبية وتشغيلها حتى أصبحت أضخم صرح طبي مرجعي. ويعمل أحمد بوظيفة اختصاصي إدارة الموارد البشرية بقسم شؤون الموظفين.

كانت لدى أحمد فناعة بأن الهدف ليس الوصول إلى منصب أرفع طوال رحلته العملية، بل تقديم خدمة مميزة للعاملين في المدينة لينعكس بالإيجاب على المريض.

ليس هناك هدف محدد تم تحقيقه كما يقول أحمد، إنما الإنجاز هو مجموعة من الأهداف، لذا كانت المساهمة في افتتاح مدينة الملك فهد الطبية وتشغيلها، وتحويل موظفي وزارة الصحة التابعين لمدينة الملك فهد الطبية إلى برنامج التشغيل الذاتي أحد الأهداف، بالإضافة إلى إعداد العديد من السياسات والإجراءات الخاصة بالموارد البشرية، والمساهمة المباشرة في تحويل نظام الموارد البشرية من النظام الورقي إلى النظام الإلكتروني، وتحسين نظام الموارد البشرية وتطويره.

تصدر اسم أحمد الزهراني قائمة المكرمين من قبل معالي وزير الصحة السابق الدكتور حمد المانع، والمدير العام التنفيذي الدكتور عبدالله العمرو، وحصل على تكريم من جميع رؤساء قسم شؤون الموظفين، ومن مديري إدارة الموارد البشرية الذين تعاقبوا على الإدارة.

الإصرار والإنجاز

يرى أحمد أن الإنجاز يحققه فقط الذين يواصلون المحاولة بنظرة إيجابية للأشياء، فعندما يتم الوصول إلى عمق معنى كلمة إنجاز يتضح أنها ببساطة تعني الإصرار، والإنجاز يمنع إعطاء الأعذار والمبررات أي قيمة.



د.اليماني: «صندوق المدينة» أصبح مرجعًا للاستشارات النوعية إقليميًا

الرياض - بندر الحمدان

شدد المدير العام التنفيذي لمدينة الملك فهد الطبية الدكتور محمود بن عبدالجبار اليماني على أن صندوق الإيرادات المالية الذاتية بالمدينة الطبية ساهم في تحقيق العديد من الإنجازات التعليمية والتدريبية، وتقديم الاستشارات المهنية المتخصصة، بالإضافة إلى تقديم الخدمات المساندة للقطاع الصحي على مستوى الوطن، ما أكسب الصندوق ثقة الكثير من الجهات التي تهدف إلى التطوير، وتبحث عن الجودة في الخدمة المُقدّمة. جاء ذلك خلال كلمته الافتتاحية لورشة العمل الأولى حول برامج التدريب والتطوير النوعية في مدينة الملك فهد الطبية، حيث قال: «مدينة الملك فهد الطبية تشرفت بثقة المقام السامي الكريم بإنشاء هذا الصندوق الذي يهدف إلى تعزيز مصادر المدينة الملم يو التمويلية وتنويعها، والاستفادة قدر الإمكان من أصول المدينة وإمكانياتها البشرية والمعرفية. وترسخت رسالة الصندوق في دعم وحدات المدينة وإداراتها لتنمية مواردها المالية والاستثمارية، وزيادة فاعليتها من خلال نقل خبراتها إلى مؤسسات القطاعين العام والخاص.

ومن خلال الصندوق سنستمر في تقديم كل الخبرات والتقنيات وتسخيرها، سواءً للقطاع الحكومي، أو الخاص، وسيكون بإذن الله مرجعًا تخصصيًا للاستشارات النوعية على المستوى الإقليمي».

أوضح أمين عام صندوق الإيرادادت المالية والذاتية الأستاذ أحمد الحناكي أن مبادرة المدينة الطبية عبر صندوق الإيرادات في عقد ورشة العمل يأتي مكملاً لدورها ومسؤوليتها تجاه قطاع الرعاية الصحية في الملكة عبر نقل الخبرات والمعرفة الموجودة في المدينة إلى القطاعات الصحية، سواءً الحكومية أو الخاصة. كما أن الورشة جمعت ما يقارب ثلاثين منشأة صحية حول الملكة، وتم تعريفهم وإطلاعهم على البرامج الدراسية القصيرة المتوافرة، وما تمتاز به تلك البرامج من جودة عالية لتطوير المنشآت الأخرى بمختلف التخصصات. وقطعت المدينة الطبية من خلال الصندوق شوطًا كبيرًا في هذا المجال من خلال التواقدات والتدريب مع المستشفيات في القطاعين الحكومي والخاص تقواءم مع احتياجاتهم.



سيارة جوازات لتحديث البصمة وطباعة الإقامات

سعيًا من إدارة المدينة إلى تقديم خدمات متميزة لمنسوبيها، تم التنسيق مع إدارة الجوازات، لتوفير سيارة للجوازات بجوار كلية الطب داخل مقر المدينة. وبدأت السيارة في تقديم خدماتها من يوم الخميس ١٤٢٧/٥/٢٣هـ، إذ تمكن الموظفون من تحديث البصمة وطباعة الإقامات.



إدارة المعلومات الصحية تنظم يوم التقنية



نظمت مدينة الملك فهد الطبية فعالية يوم التقنية تحت رعاية المدير التنفيذي لإدارة المعلومات الصحية وتقنية المعلومات المهندس أحمد برادة، الذي أكد أن تنظيم الفعالية يهدف إلى تعريف منسوبي المدينة بالخدمات التقنية الحديث بالمدينة، والاطلاع على أحدث التقنيات المقدمة من شركة مايكروسوفت العالية في مجال تطبيقات زيادة

الإنتاجية المكتبية، والتي تشمل عدداً من الأنظمة من أبرزها: نظام الاتصال الموحد سكايب للأعمال، ونظام أوفيس، ونظم زيادة الإنتاجية، ونظام تخزين ومشاركة الملفات للأعمال، ونظام التشغيل ويندوز، وأجهزة مايكروسوفت المحمولة واللوحية، بالإضافة إلى نظام الاتصال الموحد سكايب للأعمال Skype For Business.



البروكلي يحتوي على كميات كبيرة من البوتاسيوم التي تعزز نمو العضلات والجهاز العصبي.

الغذاء - والصحة

محينتي 1 منوعات

تصوير روضة الخفس

عبدالرحمن مكرد

قسم الاستلام

تھانی

تالين

مواليد جدد: ريم.. تالين.. مشعل رزق كل من الزميل محمد المغيري، قسم الإنتاج الإبداعي

والسمعيات والمرئيات، إدارة العلاقات العامة والشؤون

والدكتور محمد فتحي الشويل، إدارة النادي الاجتماعي بالمولودة تالين. والزميل يحيى أبو حيمد، قسم الإنتاج الإبداعي والسمعيات والمرئيات، إدارة العلاقات العامة

إدارة المدينة تهدي للزملاء أعطر التحايا، وأرق التبريكات

الإعلامية بالمولودة ريم.

والشؤون الإعلامية بالمولود مشعل.

وتدعو الله أن يجعلهم ذرية صالحة.

🎸 للموظف

PHOTO GALLERY معرض الصور





أرسل مشاركتك على: madinati@kfmc.med.sa

أو استخدم النموذج الإلكت<mark>روني على الرابط التالي:</mark> http://intranet/sites/forms/PRMA/SitePages/ KFMC-Internal-Newsletter.aspx









KFMC_RIYADH King Fahad Medical City

💦 kfmc_riyadh

- kfmc Riyadh
- KFMC Riyadh

فريق العمل المشرف العام

الدكتور محمود اليمانى أسرة التحرير قسم التواصل الداخلي إدارة العلاقات العامة والشؤون الإعلامية

قيمنا الخاصة

- الاحترام. • التراحم. • العمل الجماعي.
- الصدق.
 - الولاء. • التعاطف.



إحدى شركات

ص.ب: 65701 الرياض: 11566 المملكة العربية السعودية **هاتف:** 966 11 212 8005 + فاكس: 1367 440 440 966 + editorial@sspc.com.sa



أسعار مميزة للإقامة خلال ٢٠١٦ (متوافرة من ١ مارس حتى ١٠ مايو)

RAMADA

نوع الجناح
جناح كلاسيكي من غرفة نوم واحدة- مطلّ على المدينة
جناح فاخر من غرفة نوم واحدة- مطلّ على المدينة
جناح من غرفة نوم واحدة- مطلّ على النافورة
جناح صغير – مطل على برج خليفة والنافورة
جناح من غرفة نوم واحدة- مطلّ على برج خليفة والنافورة
جناح من غرفتي نوم – مطلّ على برج خليفة والنافورة

الميزات:

"خدمة إنترنت واي فاي لأربعة أجهزة كحد أقصى في الجناح.

• خدمة نقل مكوكية مجانية إلى محطة المترو المؤدية إلى مركز دبي التجاري وبرج خليفة.

أدوات صنع الشاي والقهوة مجانية.



مسة فاخر غرفتو (مطا على الما	مسكن فاخر من غرفتي نوم (مطلتين على المدينة)	مسكن فاخر من غرفة نوم واحدة (مطلة على المارينا)	مسكن فاخر من غرفة نوم واحدة (مطلة على المدينة)	استودیو فاخر سریر مفرد/ مزدوج	استوديو عادي سرير مفرد/ مزدوج	متوافر من ۱ يناير حتى 31 ديسمبر 2016
100	900	800	650	575	550	يوميًّا (حتى 13 يومًا)
)/1150	1000/950	900/850	750/700	675/625	650/600	يوميًّا (مع إفطار)
000	21000	19000	17000	غير متوافر	غير متوافر	شهريًّا (30 يومًا)

الأسعار بالدرهم الإماراتي.

الإفطار

- ضريبة المدينة ١٠٪ غير مشمولة في الأسعار الموضحة.
- قيمة الخدمة ١٠٪ غير مشمولة في الأسعار الموضحة.
- Radisson 🎿 ENCE DUBAL MARIN

11

1200

230













الزيوت المهدرجة



4

Madinati 1 VARIETIES

April 2016



Share your **Talents!**

Send your participation at: madinati@kfmc.med.sa or use the link below: http://intranet/sites/forms/PRMA/SitePages/ KFMC-Internal-Newsletter.aspx



ة المُلَكَ فهد الط

KFMC_RIYADH

kfmc_riyadh

kfmc Riyadh

KFMC Riyadh

King Fahad Medical City



Jane Elizabeth Morris Head Publication Section Creative Production and

Audio-visual Technology Department Public Relation & Media Affairs



Baby Talin

New Borns Reem, Talin and Meshal

Our Colleagues, Mohammed Al-Moghairi

named Meshal.



Our Values

- Respect. • Compassion.
- Teamwork.
- Honesty.
- Loyalty.
- Empathy.





P.O. Box: 65701 Riyadh: 11566 Kingdom of Saudi Arabia Tel.: +966 11 212 8005 Fax:+966 11 440 1367

editorial@sspc.com.sa



Discounts

Special Staying Rates 2016 (Valid from 1st March until 10th May)

®RAMADA e In AEI 800

One Bedroom Classic Suite – City View One Bedroom Deluxe Suite – City View 825 One Bedroom Suite - Fountain View 900 Junior Suite – Burj Khalifa & Fountain View 850 One Bedroom Suite – Burj Khalifa & Fountain View 1000 Two Bedroom Suite – Burj Khalifa & Fountain View 1700

Benefits

• Free Wi-Fi internet for up to four (4) devices per suite.

Complimentary shuttle-service to Dubai mall and Burj Khalifa Metro Station.

• Complimentary tea and coffee-making facilities.

Raddison Blu



Valid from 01 January to 31 December 2016	Standard Studio SGL/ DBL	Deluxe Studio SGL/DBL	Deluxe One Bed room Residencë (City View)	Deluxe One Bed Room Residencë (Marina View)	Deluxe Two Bed Room Residencë (City View)	Deluxe Two Bed room Residence (Marina View)
Daily (up to 13 Days)	550	575	650	800	900	1100
Dailÿ (with breakfast)	650/600	675/625	750/700	850/900	950/1000	1150/1200
Monthlÿ (days 30)	N/A	N/A	17.000	19,000	21,000	23,000

• Prices in AED.

• City tax 10% is excluded in the rates. • Service Charge 10% is excluded in the rates.



Breakfast	AED 70 net per person per day
Included free Wi-Fi internet	Other. Extra bed at AED 150 per day



	AED 70 net per person per day
i-Fi internet	Other. Extra bed at AED 150 per day



Scientists have counted over 500 different liver functions. The liver is one of the body's hardest working, largest and busiest organs. Some of the functions your liver performs are: production of bile decomposition of red blood cells, plasma protein synthesis, and detoxification.



from Public Relations and Media Affairs Administration is a proud father of a baby girl named Reem.

Dr. Mohamed Fathi El-Shewil from the Social Club welcomes his baby girl Talin. Yahya Abuhamed from Public Relations and Media Affairs Administration, is a joyful parent to a healthy baby boy



Employee of the Issue

It is about boundless ambition, perseverance to reach success, desire to overcome difficulties in order to achieve the general goal of the body to which the team members belong. They all are united in a single entity that molds their ambitions so as to benefit the body they are part of. It is also about persistence and not giving up. These qualities constitute an essential component of the nature of successful people who aspire to a bright future characterized by a neverending creativity and hope of making dreams come true, however much time that may take.

Ahmed Alzahrani Topped the List of Honorees by the Ministry of Health

Riyadh – Sadeem AlDarab

Ahmed Moussa Alzahrani was appointed on 21/06/1424 at King Fahad Medical City along with three other employees. At that time, no employees were appointed as self-starters except the employees of Salmaniya Hospital whose number did not exceed 25 employees.

Ahmed applied for the position back when Sr. Mohamed Metwally was Director General. His interview was held in the office of Mr. Mohamed Kurdi, Director of Administrative Affairs, and Mr. Ibrahim Al-Qamizi, Employees' Affairs Manager. Since the date of Ahmed's appointment, he has been determined to accomplish further achievements. He started his career at the children's hospital which was, in fact, the

He started his career at the children's hospital which was, in fact, the only hospital operating at that time. Its operation ratio reached 40%. Since his first working day, Ahmed, as well as all his colleagues, contributed in operating and inaugurating King Fahad Medical City until it became nowadays the largest referential medical facility. And ever since he was employed, Ahmed has been working as human resources management specialist at the Employees' Affairs Department.

Ahmed believed that the goal was not earning higher positions during his career, but rather providing a special service for workers at the City so that it is positively reflected on the patient. According to Ahmed, there is no one specific achieved goal, but achievement is a set of goals. Hence, one of the goals was contributing in the inauguration and operation of King Fahad Medical City and transferring employees of the Ministry of Health affiliated to King Fahad Medical City to the self-starter program, in addition to preparing many policies and procedures related to human resources, directly contributing in transferring paper-based human resources regulations to electronic and improving and developing the human resources regulation.

Ahmed Alzahrani's name topped the list of honorees by Dr. Hamad Al Manih, the former Minister of Health, and Dr. Abdullah Al-Amro, General Executive Manager. He was honored by all the heads of employees' affairs department and managers of human resources department who succeeded on the management of the department.

Determination and Achievement

Ahmed sees that achievements are only accomplished by those who keep on trying while maintaining a positive outlook on things. In fact, when one studies the meaning of the word achievement in depth, it turns out to simply mean determination, and achievement prevents from giving excuses and justifications any importance.



Dr. Al-Yamany: "City Fund" has become a Reference for Qualitative Consultancy in the Region



Riyadh – Bander Alhamdan

Dr. Mahmoud bin Abdul Jabbar Al-Yamany, CEO of King Fahad Medical City, stressed that the Self Financing Fund in the Medical City has contributed in achieving a number of educational and training accomplishments and providing specialized professional consultations, in addition to offering services that support the health sector at the national level. Hence, the Fund earned the trust of several entities aiming at developing and searching for quality in the provided service. In his opening speech during the first workshop on qualitative development and training programs in King Fahad Medical City, he said: "King Fahad City is honored by the trust of His Highness the King that pushed him to establish this Fund that aims at reinforcing and diversifying the financial and medical resources of the City, and benefiting to the maximum from the City's assets and its human and cognitive capabilities. The vision of the Fund is established in supporting the units and departments of the City in order to develop the financial and investment resources and increase their efficiency

though transferring its expertise to the institutions of the private and public sectors. We will continue to provide and employ, through the Fund, all the expertise and technologies whether for the public or private sector, and it will become, in God's will, a specialized reference for qualitative consultations at the regional level. Mr. Ahmed Al-Hanaki, the General Secretary of the Self Financing Fund, clarified that the Medical City's initiative, through the Financing Fund, to organize workshops complements its role and liabilities towards the healthcare sector in the Kingdom through transferring expertise and knowledge available in the City to health sectors affiliated to the private or public sectors. The workshop gathered around 30 health institutions around the Kingdom. They were introduced to the available short academic programs and the high quality programs in order to develop other institutions in different specialties. Through the Fund, the Medical City has come a long way in this field by contracting and training hospitals in both the private and public sectors to meet their needs.

Mobile Passport Car in KFMC

A mobile passport car served employees last March 3, 2016. It was part of an endeavor to provide distinguished services to KFMC employees. The mobile car was located next to the Faculty of Medicine and offered services of

updating fingerprints and printing iqamas.



"HIIT" Organizes the Technology Day



King Fahad Medical City organized the technology day under the auspices of the Health Informatics and Information Technology. Executive Director Engineer Ahmed Barada stressed that this event aims at familiarizing the city's employees with the modern technical services in the city and the latest technology provided by Microsoft Corporation applications to increase the office productivity. This includes a number of systems, and namely the Skype for Business unified communication system, office system, productivity increase systems, storage and business file-sharing system, Windows operating system and Microsoft's laptops and tablet PCs, in addition to the Skype for Business unified communication system.

Human Senses Human hands are incredibly sensitive, in just 1 square inch we have 600 pain sensors, 36 heat sensors, 75 pressure sensors and 9 feet of blood vessels.



The People Most at Risk of Having Diabetes of Type II

VIEWS

T

The residents of crowded cities, the people with reduced physical activity, those who eat food with saturated fat and sugars and those who suffer from obesity

Health Education Management

The diabetes is defined as the set of metabolic changes in the body related to the increase of the sugar levels in the blood as a result of a defect in the secretion of insulin or a defect in the body's response to insulin, or both cases. The diabetes rate in the Gulf States is one of the highest in the world reaching in Saudi Arabia, 30% of those aged above 30 years old. This increase, caused by the big change in our daily life and style of living, tenfolded in the recent decades.

There are several factors that will make you more susceptible to have the diabetes of type II. For example, the urban residents are more likely to have diabetes than the residents of the villages and homeless, it is to note that the residents of crowded cities such as Riyadh are the most vulnerable among others. In addition to the wrong daily habits such as reducing the physical activity, eating saturated fat and sugars and being overweight, other factors helped increasing the rate of diabetes in recent times.

The main reasons that will make you susceptible to Type II diabetes are:

 \bullet Obesity, when the body mass index is more than 30 kg / m 2 the risk increases of 30 times.

• Aging, if you are more than 30 years, the percentage of incidence is up to 30%.

• Family history, if the number of family members with diabetes reaches three or more, then the percentage will exceed 50%.

• Previous history of high sugar level.

Madinati

• Chronic diseases, such as the blood pressure, cholesterol, triglyceride and atherosclerosis.

• Laziness and lack of physical activity.

• For women: gestational diabetes, cystic syndrome, the birth of a child weighing more than 4 kg.

It is necessary to detect diabetes at an early stage. This will significantly contribute to the preventing the disease and reducing



the complications. It is advised to make the analysis at the age of 30 if there are no other reasons or factors that make you more susceptible to have the disease. In case one of the above mentioned factors is present it is better to have an analysis at before the age of thirty.

There are easy yet effective steps to prevent diabetes and many other age-related diseases. Therefore, changing your life to a healthy lifestyle can help prevent diabetes Type II, so, if you lose 7% of your current weight through diet and sports, you are contributing to the prevention of diabetes by 60%.

Among the most prominent recommendations:

• Avoid the high calories drinks and food such as the sodas, because studies have proved that they increase the diabetes percentage of more than 80% and increase the weight, especially in the abdominal area, not to mention the fast foods rich in saturated fat, containing up to 1800 calories (more than the daily human need), in addition to the sweets, sugary food and fried chips (chips).

Eat a healthy diet rich in fiber, protein and whole grains.Exercise and do physical activity, for example, half an hour of brisk walking five times a week.

• Get used to continue and maintain such as starting with something simple, and maintaining it until it becomes a habit.

Source Book: "Life without Diabetes" Dr. Nagi Al-Juhani



			and Programs on April 2016		
Activity/Program	Weekdays	Location	Coaches		
Football School for Kids	Sunday, Monday, Tuesday	Green Field	Coaches: Ali Hasan, Mustafa Yusri, Mustafa Al-Shayeb		
Swimming School	All days except Friday and Saturday	Covered Swimming Pool	Coaches: Riyad Al-Huwiti, Maryam Abid		
Physical Fitness Courses	All days except Wednesday	Recreational Hall	Coach Muhammad Abd-al-Rahman		
Karate Training	All days except Saturday	Recreational Hall	Coaches: Amro Abbas, Muhammad Kishk		
Tennis Training	All days except Friday	Tennis Playground	Coach Ma'mun Khudari		
Weight Training	All days	D	Coach Alaa Diab		

All days

All days

Social Club General Manager Mr. Abdulhakeem bin Hamza Al-Harby

Open Playgrounds

Squash and Ping pong

Sports Activities and Programs Head Supervisor Captain: Abdulmajeed Al-Nawaf

For more information please contact: Dr. Mohamed Fathi Al-Shewil Planning and Sports Program Coordinator melshewil@kfmc.med.sa 0565394240 / 10475 / 10476

Recreational Hall

Residential Area 3

Recreational Hall

Sports Activities and Programs

Social Club coaches

Social Club coaches

Sharing of KFMC User ID & Password STRICTLY PROHIBITED

 Dear KFMC Staff, the username and password that belongs to you, has been prepared for business use only and was given based on your roles and responsibilities in the organization.

 Based on the rules and regulations of KFMC, you are obliged NOT to share your username and password with anyone under any circumstances in order to protect the confidentiality and integrity of our data.

Violations of KFMC Information Security Policies will make you liable for any misuse and shall lead to Disciplinary actions.

ion or to report information security incidents please call 7777 or send an email to:

Information Security Policies

Your KFMC domain access includes two parts, your login name and password; both are an integral part of the overall protection of KFMC's information assets and it is a fact that one of the greatest threats in information security is password being compromised or misused.

In our health care business, having the right information at the right time, available only to the right individual can make a crucial difference.

Thereby, each of us in our individual capacity as KFMC associates have a Professional Responsibility to protect and safeguard the information under our area of work

Sharing of personal access credentials have off late become a serious and worrisome concern that has, in unwanted ways impacted our day to day operations especially with patient data.

As a KFMC employee, we all have a shared responsibility to protect and safeguard the information in our control.

You are obligated not to share your KFMC ID and password with anyone at anytime to ensure the privacy of KFMC's assets and safeguard its data.

Be aware of information security policies, procedures, and advisories which can be found on the KFMC Intranet.

Matters of the Mind The brain operates on the same amount of power as 10-watt light bulb. The cartoon image of a light bulb over your head when a great thought occurs isn't too far off the mark. Your brain generates as much energy as a small light bulb even when you're sleeping.





Monthly Newsletter Published by Public Relation and Media Affairs Administration

King Fahad Medical City

KFMC Vision

To be the benchmark in provision of specialized healthcare.

KFMC Mission

Dedication to provide highly specialized, evidence-based and safe health care, enhanced by education, training and research.





During the Graduation Ceremony of the Post Graduates and Scholarships Programs

Dr. Al-Yamany: KFMC Adopted the Country's Approach to Build Human Capacity

Dr. Mahmoud bin Abdul Jabbar Al-Yamany, Chief Executive Officer of King Fahad Medical City, confirmed that since its establishment in 2004, King Fahad Medical City followed the training, scholarship and post graduate approach. Dr Al-Yamany pointed out that a large number of health practitioners graduated from the Medical City and working in various fields whether medical, or nursing or in the technical or administrative medical affairs, or in the quality and research. In addition to that, the city provided scholarships to specialize in the supporting health fields. He added that by choosing to adopt this approach, the Medical City chose to follow the country's approach based on the guidance of the Custodian of the Two Holy Mosques, the Crown Prince and the Deputy Crown Prince to build human capacity which is considered a real investment, and therefore, the City adopted this approach and it is still abiding by it. Dr. Al-Yamany said that: "Today, at King Fahad Medical City, we have more than 300 scholarship beneficiaries, 400 trainees and 67 training programs in various fields. The city is no longer consuming manpower but it is also producing it, and exporting a large number of the medical city internal training programs graduates to other hospitals within and outside the Kingdom." Many Gulf States are requesting to have some seats in the training programs at the King Fahad Medical City. This request could not have been realized without the help of God first, the guidance of the Kingdom's leadership, and the support of the Ministry of Health and the various health sectors in the Kingdom, led by the Saudi

Commission for Health Specialties.

For his part, the Acting Executive Director for Academic Affairs and Training Dr. Adnan Al-Wadi'i explained that the Medical City has taken upon itself to provide academic education, training and workforce development to improve the workforce performance level at work, and answer the need for the talented workforce in the various fields and at all levels: medical, technical, nursing and managerial. The City took care of the training details starting from the preparation, to the study, evaluation until its delivery using the latest technology in training by employing and attracting the talented advisory staff who will participate in the training from within or from outside the City. This aims at rehabilitating the staff and graduates to the highest scientific and training level and at providing solutions and training services in order to keep up with the administrative and medical progress taking place in the country.

The Post Graduates and Scholarships Administration Director Dr. Hussein Al-Hussein congratulated the Medical City graduates and employees who helped in providing the services while their colleagues were following their scholarships programs in order to give them the opportunity to get a degree which will qualify them to serve the medical city and the country.

At the end of his speech, "Hussein" called upon the graduates to exert more efforts and contribute more in serving the patients and health services beneficiaries.

Building the Bright Public Image

With the rapid flow of information in our contemporary society, the interest in forming the bright public image has increased. In fact, the positive public image, successfully formed by institutions inside the minds of members of the society, has become the public and behavioral drive of those members towards everything issued by these institutions and guarantees an important interaction with all its surroundings and associates. Therefore, institutions aim, from time to time, at measuring the public image.

The formation of a positive image has become in itself a goal to be reached. Indeed, success coincides with building this image and based on this image, plans and strategies are adopted, administrative and financial harmony is achieved inside the institution, and most importantly, the harmony between its goals and the desires of beneficiaries from its services and customers.

A positive public image is an invisible force that drives it to achieve success and move from local to international. Despite the importance of the term public image, it is a new term that appeared in the beginning of the second half of the twentieth century; specifically in the year 1960 in the American author Lee Bristol's Developing the Corporate Image.

The public image is formed from a number of complex procedures, in addition to uncontrollable external factors. But the formation of this image is mainly based on paying attention to socially responsibility initiatives and programs, spreading the culture of leadership and excellence inside the institution and among the members of the society, and most importantly achieving the highest levels of quality in provided services.

The public image of King Fahad Medical City is created by several factors; chief among these are the City's employees who act as ambassadors for the City. Another important factor is the effort of the City in introducing its increasingly growing role via various media including the traditional and social media.. Therefore, maintaining a public image requires more dynamics which constitutes one of the pillars in which King Fahad Medical City believes and works hardly to maintain this bright image in the souls and minds of every person who is affiliated to it and benefits from its services. It always takes the initiative to make this image even brighter. This motivates it to exceed the level of ambition of the beneficiaries of its services, overcome the challenges, take initiative to look for innovative solutions, discover treatments through scientific research and conduct many studies.

Editorial Team



∠ The People Most at Risk of Having Diabetes of Type II



→
"HIIT" Organizes the
Technology Day



4 Discount for Employees