

## تعبير عن اليوم الخليجي للصحة المدرسية وصحة اليافعين

إن اليوم الخليجي للصحة المدرسية وصحة اليافعين هو يوم تقام فيه عدة من الحملات المدرسية والمبادرات التوعوية بما يخصُّ صحة الإنسان، وكيفية المحافظة عليها في ظل اتباع نظام غذائي سليم وممارسة الرياضة بشكل منتظم، وغيرها من الممارسات الحياتية الصحيحة، وفي ذلك نقوم على طرح تعبير عن اليوم الخليجي للصحة:

### مقدمة تعبير عن اليوم الخليجي للصحة المدرسية وصحة اليافعين

إنّ الصحة هي نعمَةُ الإنسان الأكبر التي أنعم الله - سبحانه وتعالى- عليه، لذا لا بد من اتباع كافة الطرق والوسائل التي تضمنُ الحياة الصحية السليمة، ومن هذا المنطلق نظمت وزارة الصحة برنامج التوعية الصحية لكافة المراحل الدراسية، والذي يُعنى بمجموعة من الأنشطة، والمبادرات التوعوية التي تهدف إلى الارتقاء بالمعارف الصحية، وبناء الاتجاهات، وغرس السلوكيات الصحية في المجتمع المدرسي، فالصحة هي ثروة الإنسان، وأعلى ما قد يملك في حياته.

### عرض اليوم الخليجي للصحة المدرسية وصحة اليافعين

الصحة كنز الإنسان العاقل، ومن هذا المنطلق أطلقت دول مجلس التعاون الخليجي يوماً توعوياً حول صحة الإنسان، والكيفية الصحيحة للمحافظة عليها من الأمراض والمؤثرات السلبية، ويكون ذلك من خلال اتباع نظام صحي غذائي، وممارسة التمارين الرياضية بشكل منتظم، ويخصص هذا اليوم لطلبة المدارس على مختلف مراحلها في ثلاثين من شهر سبتمبر لكل عام، وتقام فيه فعاليات مدرسية مختلفة تساعد الطلبة بالكيفية الصحيحة للمحافظة على صحته، فالصحة لها الأهمية الكبيرة، فالإنسان الصحيح المعافى في بدنه يستطيع إنجاز أهدافه وتحقيقها، كما أنه يستطيع أن يمارس نشاطاته اليومية بيسر وسهولة، بالإضافة إلى استطاعته بأن يكون فرداً صالحاً في مجتمعه ويساعد في نمائه، فحافظوا على صحتكم.

### خاتمة اليوم الخليجي للصحة المدرسية وصحة اليافعين

الصحة هي كنز ثمين لمن أدرك ذلك، لذا فإنه يجبُ المحافظة عليها قدر الإمكان، واتباع النصائح والارشادات التي يوصى بها من هو قائمٌ على فكرة اليوم التوعوي للصحة المدرسية وصحة اليافعين، حيث أن مثل هذا اليوم يهدف بالدرجة الأولى إلى زيادة الوعي بكيفية اهتمام الطلبة بصحتهم الجسدية من خلال اتباع الممارسات الحياتية الصحيحة، فالصحة كالدرع الواقعي أمام تقلبات الزمان وتوالي الأحداث، فالمرء الذي يتمتع بصحة جيدة يعلم تمام المعرفة أنه ليس بحاجة لأحد وإنما هو قادرٌ على صنع ما يريد والقيام بما يرغب، دون طلب المساعدة من أحد ليش كمن لا يستطيع فعل أي شيء.