



جمعية البر بأبوراكة

مبادرة #رايتك- ورديه



أكتوبر



جمعية البر بأبوراكة

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء
والمرسلين سيدنا محمد وعلى آله وصحبه وسلم وبعد

تزامنا مع الشهر العالمي للتوعية بسرطان الثدي، أقامت جمعية البر
الخيرية بأبوراكة مبادرة توعوية لـ سرطان الثدي تحت شعار " رايتك
ورديه " حيث تم تفعيل هذه المبادرة لمدة يوم من الساعة ٤م حتى
الساعة ٨م كما تم نشر منشورات للتوعية عن سرطان الثدي وأهمية
الكشف المبكر بميزانية تبلغ 1349.17 ريال وذلك بالتعاون مع شركاء
النجاح إدارة تيرا مول ومستوصف سند الطبي.



أكتوبر



فريق العمل

عمر جمعان الثمالي

الأستاذ

ماهر خضر خالد

الأستاذ

منيره سعد الشلوي

الأستاذة

نجوى خالد الحارثي

الأستاذة



الهدف من المبادرة

رفع مستوي الوعي لدى المجتمع حول سرطان الثدي،
الوقاية منه بشكل عام وأهمية الكشف المبكر، وتغيير
الأنماط السلوكية بما يخدم القيام بفحوصات الكشف المبكر
عن سرطان الثدي



جمعية البر بابوراكة

مقتطفات المبادرة





جمعية البر بابوراكة

مقتطفات المبادرة





جمعية البر بابوابة

البنر الخاص بالمبادرة



جمعية البر بابوابة
ترخيص رقم 260

الكشف المبكر عن سرطان الثدي
يساهم في حياة أكثر أماناً

خلي #رايتك-
ورديه

وبادري بالكشف المبكر

bir260

0558003070

SA8980000
335608010169882



جمعية البر بابوراكة

استاندات للتوعية عن سرطان الثدي



رؤيتنا

جمعية متميزة مؤسسياً تقدم خدمات متكاملة تتساهم في تحقيق رؤيتنا ٢٠٢٠

رسالتنا

نسعى لتحقيق التكافل الاجتماعي بشراكة مجتمعية فاعلة

قيمنا

الاحسان - الامانة - الشفافية - كرامة المستفيد - الجودة والتميز - الابتكار

تعرف علينا أكثر



تبرع بسهولة وامان



التقرير السنوي 2021م

bir260 0508003900 bir260@gmail.com



الوعي هو الوسيلة الأولى
لمكافحة سرطان الثدي
وان الكشف المبكر
قد يرفع من نسبة الشفاء

95%

bir260 0508003900 bir260@gmail.com



من أورام الثدي هي أورام
حميدة غير سرطانية

80%

bir260 0508003900 bir260@gmail.com



جمعية البر بابواركة

المنشورات



خطر سرطان الثدي

أكثر أنواع السرطان شيوعاً عالمياً بعد سرطان الرئة

السرطان الأول
عند النساء عالمياً

بنسبة **٢٥%**

نسبة الإصابة بسرطان الثدي
في تزايد مستمر

في المملكة العربية السعودية سرطان
الثدي هو **السرطان الأول على**
مستوى المملكة وعند النساء.

سرطان الثدي في المملكة أكثر شيوعاً
بين السيدات بمرور ٤٠ عاماً فما فوق.

أكثر من ٥٥٥ من حالات سرطان الثدي في
المملكة يتم اكتشافها بمراحل متأخرة
مما يقلل من فرصة الشفاء منه

المنشور الإلكتروني



bir260 0558003070 SA8980000 335608010158



الوقاية من سرطان الثدي

لكي تقللي من احتمال إصابتك بسرطان الثدي عليك



الكشف المبكر بالماموغرام
يبدأ من سن ٤٠-٤٥ سنة
إلى سن ٤٥-٥٠ سنة
سنة فيما فوق



الارتعاد عن تناول
جوانب مشروبات
تحتوي على نسبة عالية
من السكر



تجنب استخدام
المعالجة
الهرمونية بعد
انقطاع الطمث



ممارسة النشاط
البدني ما لا يقل
عن ٣٠ دقيقة
يومياً



تناول الغذاء
الصحي الغني
بالخضار والفواكه



تجنب السمنة
وزيادة الوزن



ممارسة الرضاع
الطبيعي



الإجابت المبكر
قبل عمر ٣٠ سنة

المنشور الإلكتروني



bir260 0558003070 SA8980000 335608010158



تذكري دائماً

إتباع برامج الكشف المبكر
سبب انخفاض معدل الوفيات



من برامج الثدي هي برامج
حميدة وغير سرطانية

٨٠%



معدل الشفاء منه
يصل إلى أكثر من

٩٥%

نتيجة التصوير بالماموغرام معدنية ويجب
القيام بالمرزبة عن الفحوصات التشخيصية
لتأكيد أو نفي سرطان الثدي .



المنشور الإلكتروني



bir260 0558003070 SA8980000 335608010158



جمعية البر بأبوراكة

✉ bir260@gmail.com ☎ 0508003900

📷 📺 🐦 [bir260](#)