

مشاريع للصحة النفسية أسهمت في تحسين جودة الحياة 4







«الشارقة»: الخليج

مع تزايد احتياجات المجتمع للدعم والمساندة للحفاظ على الصحة النفسية، نجحت 4 رائدات أعمال في إطلاق مشاريع ناشئة في هذا القطاع الحيوي والمهم وغير التقليدي، بدعم وتوجيه من «مجلس سيدات أعمال الشارقة»، الذي عمل على تقديم المشورة والتسهيلات، بالتعاون مع المؤسسات الحكومية والخاصة، والترويج لتلك المبادرات كونها نماذج تفتح الطريق أمام المزيد من المشاريع المستقبلية في هذا القطاع. كما استفادت من الحلول الرقمية في الصحة العقلية

والنفسية، التي وفّرت لها إمكانات الوصول إلى شرائح أوسع من الجمهور المستهدف.

ومن بين 34 قطاعاً يقدم الدعم لرائدات الأعمال فيها، اختار المجلس هذه المشاريع، نماذج لمساهمات المجلس في تحويل مبادرات الأعضاء وأفكارهنّ إلى شركات ناجحة، والإضاءة عليها، بوصفها تجارب استثمارية تسعى إلى الارتقاء بجودة حياة المجتمع، وتعزيز تغيير التصورات النمطية المحيطة بمشاريع الصحة العقلية، وتشجيع رائدات الأعمال على المزيد من الابتكار.

استديو بركة».. تركيز على جودة الحياة» -1

المنصة الأولى المخصصة حصرياً للسيدات، وتركز على الصحة الجسدية والعقلية للسيدات في إمارة الشارقة، وأسسته بشاير العبيدلي، لمواجهة جائحة «كورونا». ونجح منذ تأسيسه عام 2020، بإحداث أثر إيجابي في حياة مئات السيدات، وأتاح لهنّ التركيز على أنفسهنّ والاهتمام برفاههنّ وجودة حياتهنّ الشاملة، بممارسة اليوغا وتمارين اللياقة البدنية (بيلاتس) وتمارين المتوازي (بار) وغيرها من علاجات الرفاه في مساحة هادئة ومفتوحة ومجانية.

هلا جاري».. منصة للتواصل مع الجيران» -2

تطبيق إلكتروني ابتكرته الدكتورة منى عبيد الصباح، للمساعدة على التغلب على شعور الوحدة والغربة عند الانتقال إلى أحياء جديدة. ويعمل منصة اجتماعية تربط بين الجيران الذين يتشاركون الاهتمامات والأفكار، وتشجعهم على التواصل والتفاعل وبناء علاقات صداقة وأخوة. كما يوفر معلومات مفيدة عن المرافق المحيطة بالحي، ويسمح للمستخدمين بإبداء آرائهم وملاحظاتهم في مجتمعاتهم وأحيائهم، وبذلك، يساهم في تحسين الصحة النفسية للأفراد، وزيادة رضاهم عن حياتهم، وتعزيز روح المواطنة والانتماء.

ميتيرلي».. الصحة النفسية للأمهات» -3

منصة إلكترونية أسستها ياسمين المعلم، لتعزيز الصحة النفسية للأمهات، منذ مرحلة الحمل وحتى عامين بعد الولادة، عبر توفير مصادر علمية وإرشادية، وشبكة دعم اجتماعي من أمهات أخريات. كما تربط بين الأمهات ومقدمي الرعاية الصحية المتخصصين في الصحة النفسية، بشراكات مع عدد من المؤسسات المعتمدة والموثوقة عالمياً. وتتلخّص رؤية المشروع في تقبل المجتمع للصحة النفسية، وتحقيق حلم توفير الرعاية الصحية النفسية للجميع في شتى أنحاء «العالم، وقد حظي بإشادة كبيرة من قادة ومستثمرين وخبراء عالميين عند عرض فكرته في «إكسبو 2020 دبي».

ماي فيت بيبى».. احترام التعامل مع انفعالات الأطفال» -4

موقع إلكتروني يساعد على التعامل مع الرضّع وفق أحدث الأساليب العالمية. أنشأته دينا زهوما بيك ضمن «تيك هايف»، ويضم شبكة من المدربين وخبراء التغذية المحترفين في العالم، الذين يقدمون جلسات خاصة عبر الإنترنت لمدة ساعة واحدة، في مجموعة متنوعة من الخدمات، مثل «هل يستطيع الطفل النوم في سرير هزاز؟» و«لماذا يبكي طفلي أثناء تناول الأطعمة الصلبة؟»، وغيرها من موضوعات الإرشاد الصحي في مختلف الأمور التي تخص الرضّع، بما يساهم في قراءة انفعالاتهم وتحليل ميولهم ورغباتهم النفسية وأسبابها، وكيفية التعامل معها بطريقة علمية واحترافية.

دعم المجلس لمشاريع الصحة النفسية

ومنذ تأسيسه عام 2002، يسعى «مجلس سيدات أعمال الشارقة» إلى تطوير مهارات رائدات الأعمال واكتشاف طاقتهن في الأعمال، بالتدريب والتوجيه وبناء القدرات.

"حقوق النشر محفوظة" لصحيفة الخليج. © 2024.