

## جمعية السيدات المساعدات في الأميركية استضافت محاضرة عن التغذية

بدعوة من جمعية السيدات المساعدات في الجامعة الأميركية في بيروت - المركز الطبي، ألقّت السيدة سوسن وزّان جبيري، اختصاصية التغذية و صاحبة مركز الإغذاء والحمية في بيروت، ندوة بعنوان "مفتاح الحياة النشيطة: طعام لذيذ وصحي" في قاعة سهيل بطحيش في مبنى وست هول في الجامعة. وقد تناولت المحاضرة العديد من المواضيع التي تهتم الجمهور، مثل السمّنة، وتقنيات المحافظة على سلامة الغذاء (النظافة، الفصل السليم للأغذية، الطبخ، التبريد) وبرنامج خفض مستوى الكوليسترول في الدم الذي وضعه المركز. كما ألقّت الضوء على أهمية وجود نظام غذائي متوازن وحددت الحصص المناسبة من كل مجموعة غذائية مظهرة ميل الجمهور إلى الإفراط في الطعام من دون أن يدري. وبعد المحاضرة، تسوّى للمدعوين تذوّق مأكولات صحية ولذيذة من إعداد مركز الإغذاء والحمية. الجدير بالذكر أن السيدة وزّان جبيري هي خريجة دائرة التغذية وعلوم الطعام في كلية الزراعة في الجامعة الأميركية في بيروت وأسست مركز الإغذاء والحمية منذ عقدين، وهو أول مركز من نوعه في الشرق الأوسط وأنشأت فروع له في الرياض، وجدة، والقاهرة، والكويت، وقطر. وقد أشادت بها عميدة الكلية الدكتورة نهلا حولاً خلال احتفال إعلان منظمة الصحة العالمية بأنها قد أدرجت دائرة التغذية وعلوم الطعام في الكلية من ضمن المراكز المتعاونة معها، في مطلع كانون الثاني 2008. يُذكر أن جمعية السيدات المساعدات في الجامعة تأسست في العام 1950. وتجهّد لمساعدة المحتاجين من المرضى كباراً وصغاراً، والطلاب والمرضى في المركز الطبي. وبالإضافة إلى حفلة شاي اللّعب السنوية في حديقة منزل الرئيس في مار كواند هاوس، تشمل أنشطة الجمعية اجتماعات شهرية يستمع فيها الحضور إلى محاضرات طبية واجتماعية وفنية وحفلات غداء واستقبال. ويقوم متطوعون من الجمعية بتشغيل مطعم في المركز الطبي ومحل تجاري لبيع السلع المستعملة وتنظيم خدمات مرافقة للمرضى.

تأسست الجامعة الأميركية في بيروت في العام 1866 وتعتمد النظام التعليمي الأميركي الليبرالي للتعليم العالي كنموذج لفلسفتها التعليمية ومعاييرها وممارساتها. والجامعة هي جامعة بحثية تدريسية، تضم هيئة تعليمية من أكثر من 600 أعضاء وجسماً طلابياً من أكثر من 7000 طالب وطالبة. تقدّم الجامعة حالياً ما يناهز مائة برنامج للحصول على البكالوريوس، والماجستير، والدكتوراه، والدكتوراه في الطب. كما توفر تعليماً طبياً وتدريباً في مركزها الطبي الذي يضم مستشفى فيه 420 سريراً.

**For more information please contact:**

Maha Al-Azar, Media Relations Officer, [ma110@aub.edu.lb](mailto:ma110@aub.edu.lb), 01-353 228

Website: [www.aub.edu.lb](http://www.aub.edu.lb)

Facebook: <http://www.facebook.com/aub.edu.lb>

Twitter: [http://twitter.com/AUB\\_Lebanon](http://twitter.com/AUB_Lebanon)