



مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری

گزارش سه ماهه کارگاه‌های آموزش حضوری و مجازی کارکنان دانشگاه بیرجند

دی تا اسفند ماه ۱۴۰۳

با استناد به آیین‌نامه و دستورالعمل اجرایی
نظام آموزش اعضای غیر هیأت علمی دانشگاه بیرجند



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری

دی تا اسفند ماه ۱۴۰۳ با استناد به آیین نامه و دستور العمل اجرایی

گزارش سه ماهه کارگاه‌های آموزش حضوری و مجازی کارکنان

گزارش الکترونیکی سه ماهه کارگاه‌های آموزش حضوری و مجازی کارکنان دانشگاه بیرجند

سال چهارم، شماره شانزدهم - دی ماه ۱۴۰۳

اعضای تیم تدوین:

مدیر برنامه، بودجه و تحول اداری:
دکتر محمد خراشادی زاده

رئیس گروه تشکیلات و تحول اداری:
سکینه راستگو

کارشناس تشکیلات و تحول اداری:
مهديه قنبری

طراحی و تدوین:
احسان ثابتی

www.birjand.ac.ir/pbo

مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری

دی تا اسفند ماه ۱۴۰۳ با استناد به آیین نامه و دستورالعمل اجرایی

گزارش سه ماهه کارگاه‌های آموزشی حضوری و مجازی کارکنان



۶	تعاریف
۶	انواع دوره های آموزشی
۶	ماهیت دوره های آموزشی
۷	نیازسنجی آموزشی
۷	ارزیابی و اثر بخشی دوره آموزشی
۷	بودجه و اعتبارات
۸	لیست کلی کارگاه ها
۹	کارگاه احکام اخلاقی اعتقادی (۹)
۱۱	کارگاه مدیریت سبک زندگی در سلامت و پیشگیری از چاقی
۱۲	کارگاه احکام اخلاقی و اعتقادی (۱۰)
۱۴	کارگاه آموزشی باروری سالم و پیشگیری از ناباروری
۱۵	کارگاه مدیریت سبک زندگی در سلامت و پیشگیری از چاقی
۱۶	کارگاه مسئولیت های حقوقی در نظارت و اجرا
۱۷	کارگاه آموزشی افزودنی های بتن



مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری

دی تا اسفند ماه ۱۴۰۳ با استناد به آیین نامه و دستورالعمل اجرایی

گزارش سه ماهه کارگاه‌های آموزش حضوری و مجازی کارکنان

- ۱۸ کارگاه مدیریت سبک زندگی در سلامت و پیشگیری از چاقی
- ۱۹ کارگاه آموزشی اسرار نماز
- ۲۱ کارگاه آموزشی تکنولوژی بتن و افزودنی های آن
- ۲۲ کارگاه آموزشی شناخت و مدیریت نسل Z
- ۲۳ کارگاه آموزشی سواد رسانه ای با محوریت شناخت نسل Z
- ۲۴ کارگاه مدیریت سبک زندگی در سلامت و پیشگیری از چاقی
- ۲۵ کارگاه آموزشی آشنایی با صنعت و فرهنگ بیمه
- ۲۶ کارگاه آموزشی ارتقای بهره وری در بخش دولتی
- ۲۸ کارگاه آموزشی شناخت و مدیریت نسل Z
- ۲۹ کارگاه مدیریت سبک زندگی در سلامت و پیشگیری از چاقی
- ۳۲ جدول میانگین امتیازات بر مبنای شاخص کلی
- ۳۳ شاخص آماری فرم های نظر سنجی

مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری

دی تا اسفند ماه ۱۴۰۳ با استناد به آیین نامه و دستور العمل اجرایی

گزارش سه ماهه کارگاه‌های آموزش حضوری و مجازی کارکنان

آموزش منابع انسانی:

تمامی برنامه‌ها و فعالیت‌های آموزشی است که در چارچوب طرح جامع آموزش، در راستای متناسب ساختن نگرش، دانش و مهارت اعضا با شغل مورد تصدی به منظور ارتقاء سطح کارایی و اثر بخشی فعالیت‌های دانشگاه طراحی و اجرا می‌شود.

واحد آموزش:

مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری دانشگاه که مسئولیت اجرای مراحل اصلی فرآیند آموزش را به عهده دارد.

انواع دوره‌های آموزشی:

انواع دوره‌های آموزشی از ابعاد مختلف از قبیل

۱- دامنه شمول دوره‌ها

۲- الزام دوره‌ها

۳- ماهیت دوره‌ها

۴- محتوای دوره‌ها قابل تعریف می‌باشند.

ماهیت دوره‌های آموزشی:

الف) دوره‌های نوآموزی: این دوره‌ها با هدف ارائه دانش، مهارت و ایجاد بینش جدید در اعضا، ارائه می‌گردد. این دوره‌ها ممکن است در ابتدا یا حین خدمت اجرا شود.

ب) دوره‌های بازآموزی: این گونه دوره‌ها در امتداد آموزش‌های قبلی و برای رفع کاستی‌های دانشی، مهارتی و نگرشی اعضا، در حین خدمت ارائه می‌گردد و همچنین سعی دارد در رفع کاستی‌های آموزش اعضا عمل نماید.

ج) دوره‌های آماده‌سازی: به آن دسته از دوره‌های آموزشی اطلاق می‌گردد که با هدف آماده کردن اعضا در حین خدمت برای پست‌های سرپرستی، مدیریتی و مسئولیت‌های جدید یا پست‌های بالاتر در آینده و یا مشاغلی که نتایج ارزشیابی اعضا توصیه نموده است، ارائه گردد.

مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری

دی تا اسفند ماه ۱۴۰۳ با استناد به آیین نامه و دستورالعمل اجرایی

گزارش سه ماهه کارگاه‌های آموزش حضوری و مجازی کارکنان

نیازسنجی آموزشی:

- این فرآیند بر مبنای تحلیل سازمانی، شغلی و فردی در پایان سال توسط گروه آموزش صورت می‌گیرد.
- جهت طراحی و تدوین تقویم آموزشی سالانه فرم‌های نیازسنجی آموزشی دوره‌های شغلی و تخصصی کارکنان در اختیار واحد‌های مختلف دانشگاه قرار گیرد.
- کلیه اعضا پیشنهاد دوره‌های آموزشی خود را با توجه به شناختی که از ماهیت شغل، توانمندیها و آموزش‌های قبلی خود دارند، به گروه آموزش اعلام می‌نمایند.
- مدیران کلیه واحدها می‌بایست نیازهای آموزشی پرسنل خود را با در نظر گرفتن توانمندیهای مورد نیاز جهت انجام وظایف شغلی حداکثر تا پایان اسفندماه به گروه آموزش اعلام نمایند.
- گروه آموزش موظف است ضمن شناسایی نهایی نیازهای آموزشی پرسنل جهت برنامه ریزی آموزشی اقدام و گزارش به هیات اجرایی ارائه دهد.

ارزیابی و اثربخشی دوره آموزشی:

- جهت ارزیابی محتوای دوره‌ها و همچنین مدرس مربوط، فرم ارزیابی طراحی خواهد شد و قبل از آزمون در اختیار شرکت‌کنندگان قرار گرفته و سپس مورد تجزیه و تحلیل آماری و تعیین اثربخشی قرار خواهد گرفت.

بودجه و اعتبارات:

- دانشگاه موظف است در اعتبارات سالیانه کلیه هزینه‌های مرتبط با طراحی و اجرای دوره‌های آموزشی را پیش‌بینی نماید.

مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری

دی تا اسفند ماه ۱۴۰۳ با استناد به آیین نامه و دستور العمل اجرایی

گزارش سه ماهه کارگاه‌های آموزش حضوری و مجازی کارکنان

لیست کلی دوره‌های برگزار شده:

ردیف	عنوان دوره	نحوه ارائه درس	نوع درس	تاریخ شروع	تاریخ پایان	ساعت آموزشی	تعداد افراد	تعداد گواهینامه های صادره شده
۱	کارگاه احکام اخلاقی اعتقادی (۹) جلسه اول	حضوری	عمومی	۱۴۰۳/۰۹/۲۴	۱۴۰۳/۰۹/۲۴	۲	۷۱	۳۰
۲	کارگاه احکام اخلاقی اعتقادی (۹) جلسه دوم	حضوری	عمومی	۱۴۰۳/۱۰/۰۱	۱۴۰۳/۱۰/۰۱	۲	۷۱	۳۰
۳	کارگاه مدیریت سبک زندگی در سلامت و پیشگیری از چاقی - جلسه اول	حضوری	عمومی	۱۴۰۳/۱۰/۰۳	۱۴۰۳/۱۰/۰۳	۲	۵۵	۴۴
۴	احکام اخلاقی و اعتقادی (۱۰) جلسه اول	حضوری	عمومی	۱۴۰۳/۱۰/۰۸	۱۴۰۳/۱۰/۱۵	۲	۸۲	۴۵
۵	آشنایی با پایگاه های اطلاعاتی و جستجوی منابع الکترونیکی پیشرفته (ویژه کتابداران)	مجازی	اختصاصی	۱۴۰۳/۱۰/۱۲	۱۴۰۳/۱۰/۱۲	۲	۲۳	۸
۶	کارگاه احکام اخلاقی اعتقادی (۱۰) جلسه دوم	حضوری	عمومی	۱۴۰۳/۱۰/۱۵	۱۴۰۳/۱۰/۱۵	۲	۸۲	۴۵
۷	باروری سالم و پیشگیری از ناباروری	مجازی	عمومی	۱۴۰۳/۱۰/۱۸	۱۴۰۳/۱۰/۱۸	۲	۱۶۱	۱۰۹
۸	کارگاه مدیریت سبک زندگی در سلامت و پیشگیری از چاقی - جلسه دوم	حضوری	عمومی	۱۴۰۳/۱۰/۱۹	۱۴۰۳/۱۰/۱۹	۲	۵۵	۴۴
۹	کارگاه مسئولیت های حقوقی در نظارت و اجرا	حضوری	اختصاصی	۱۴۰۳/۱۰/۲۰	۱۴۰۳/۱۰/۲۰	۸	۴	۴
۱۰	کارگاه آموزشی افزودنی های بتن	حضوری	اختصاصی	۱۴۰۳/۱۱/۱۵	۱۴۰۳/۱۱/۱۵	۸	۲	۲
۱۱	کارگاه مدیریت سبک زندگی در سلامت و پیشگیری از چاقی - جلسه سوم	حضوری	عمومی	۱۴۰۳/۱۱/۱۵	۱۴۰۳/۱۱/۱۵	۲	۵۵	۴۴
۱۲	اسرار نماز	حضوری	عمومی	۱۴۰۳/۱۱/۱۶	۱۴۰۳/۱۱/۱۶	۲	۱۱۷	۶۷
۱۳	کارگاه آموزشی تکنولوژی بتن و افزودنی های آن	حضوری	اختصاصی	۱۴۰۳/۱۱/۲۸	۱۴۰۳/۱۱/۲۸	۶	۲	۲
۱۴	سواد رسانه‌ای با محوریت شناخت نسل Z (ویژه روسای ادارات و مدیران)	حضوری	عمومی	۱۴۰۳/۱۱/۲۸	۱۴۰۳/۱۱/۲۸	۲	۱۴	۸
۱۵	کارگاه مدیریت سبک زندگی در سلامت و پیشگیری از چاقی - جلسه چهارم	حضوری	عمومی	۱۴۰۳/۱۱/۲۹	۱۴۰۳/۱۱/۲۹	۲	۵۵	۴۴
۱۶	کارگاه آموزشی شناخت و مدیریت نسل Z - جلسه اول	حضوری	عمومی	۱۴۰۳/۱۱/۲۸	۱۴۰۳/۱۲/۰۷	۴	۱۵۱	۸۳
۱۷	آشنایی با صنعت و فرهنگ بیمه	حضوری	عمومی	۱۴۰۳/۱۲/۰۱	۱۴۰۳/۱۲/۰۱	۲	۹۸	۴۱
۱۸	کارگاه آموزشی ارتقای بهره وری در بخش دولتی	حضوری	اختصاصی	۱۴۰۳/۱۲/۰۱	۱۴۰۳/۱۲/۰۲	۱۴	۲	۲
۱۹	کارگاه آموزشی شناخت و مدیریت نسل Z - جلسه دوم	حضوری	عمومی	۱۴۰۳/۱۲/۱۲	۱۴۰۳/۱۲/۱۲	۴	۱۵۱	۸۳
۲۰	کارگاه مدیریت سبک زندگی در سلامت و پیشگیری از چاقی	حضوری	عمومی	۱۴۰۳/۱۲/۱۳	۱۴۰۳/۱۲/۲۰	۲	۵۵	۴۴

مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری

دی تا اسفند ماه ۱۴۰۳ با استناد به آیین نامه و دستورالعمل اجرایی

گزارش سه ماهه کارگاه‌های آموزش حضوری و مجازی کارکنان

کارگاه احکام اخلاقی اعتقادی (۹)

مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری با همکاری پایگاه بسیج خاتم الانبیاء کارکنان دانشگاه، جلسه اول کارگاه احکام اخلاقی اعتقادی (۹) را با سخنرانی آقای دکتر دیانی، مورخ ۲۴ آذر ماه سال ۱۴۰۳ در مکان سالن ایمان مسجد امام جعفر صادق (ع) از ساعت ۱۲ الی ۱۳ برگزار نمود. در این جلسه آقای دکتر به امتیازات نیت خالص اشاره نمودند. از جمله امتیازات نیت خالص عبارت است از: پاداش انسان بر اساس سعی است نه عمل، خداوند حتی عمل کم را می‌پذیرد، خداوند جنس معیوب را می‌پذیرد، خداوند جنس اعمال را گران می‌خرد و خداوند عیوب را می‌پوشاند.



مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری

دی تا اسفند ماه ۱۴۰۳ با استناد به آیین نامه و دستور العمل اجرایی

گزارش سه ماهه کارگاه‌های آموزش حضوری و مجازی کارکنان

کارگاه احکام اخلاقی اعتقادی (۹)

مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری با همکاری پایگاه بسیج خاتم الانبیاء کارکنان دانشگاه، جلسه دوم کارگاه احکام اخلاقی اعتقادی (۹) را با سخنرانی آقای دکتر دیانی، مورخ ۱ دی ماه سال ۱۴۰۳ در مکان سالن ایمان مسجد امام جعفر صادق (ع) از ساعت ۱۲ الی ۱۳ برگزار نمود. در این جلسه آقای دکتر به بیان تفاوت بین رسول و نبی پرداختند. نبی از ریشه نبأ، به معنی خبر است و رسول نیز از ریشه رسل گرفته شده است و به معنی رساندن است. نبی کسی است که فرشته وحی را در خواب می‌بیند ولی در بیداری نمی‌بیند و فقط صدایش را می‌شنود. درحالیکه رسول در بیداری فرشته وحی را می‌بیند. حیطة مأمورین نبی با رسول متفاوت است. نام ۲۶-۲۵ نبی در قرآن بیان شده است.



مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری

دی تا اسفند ماه ۱۴۰۳ با استناد به آیین نامه و دستورالعمل اجرایی

گزارش سه ماهه کارگاه‌های آموزش حضوری و مجازی کارکنان

کارگاه آموزشی مدیریت سبک زندگی در سلامت، کنترل وزن و پیشگیری از چاقی

مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری دانشگاه با همکاری اداره بهداشت و درمان، جلسه پنجم از سلسله کارگاه‌های مدیریت سبک زندگی در سلامت، کنترل وزن و پیشگیری از چاقی با تدریس دکتر مرضیه ثاقب جو استاد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه دوشنبه ۳ دی در سالن بشارت دانشگاه برگزار نمود. در این جلسه ابتدا دکتر ثاقب جو به بیان سرفصل مطالب جلسات از جمله استراتژی‌های تمرینی و تفریحی برای کاهش وزن پرداختند و هر کدام از این استراتژی‌ها را افراد خاصی دنبال می‌کنند که البته به روند افزایش وزن نیز باید توجه کرد. درگیر کردن توده عضلات برای کاهش وزن باید کنترل شده باشد. تمرینات مقاومتی و هوازی مناسب می‌باشد و تمرینات مقاومتی به تقویت سیستم عضلانی و افزایش متابولیسم بدن کمک می‌کند و نسبت به تمرینات هوازی تاثیرات بیشتری دارند.





شماره: ۱۳۰۳/۱۳۱۸۳
تاریخ: ۱۳۰۳/۸/۱۶
پرست: نامه

وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
دانشگاه بیرجند، جامعه محور، مهارت آموز، کار آفرین

پایام خدا

قابل توجه کارکنان محترم دانشگاه
با سلام و احترام

به استحضار می‌رساند این مدیریت در نظر دارد با همکاری معاونت محترم دانشجویی و اداره بهداشت و درمان دانشگاه به منظور حفظ و ارتقای سلامت جامعه دانشگاهی، سلسله کارگاه‌های آموزشی به شرح ذیل برگزار نماید. این کارگاه به صورت حضوری و مطابق گروه‌بندی افراد ثبت نام شده برگزار خواهد شد. زمان برگزاری کارگاه برای هر گروه متعاقباً اعلام خواهد شد. متقاضیان محترم می‌توانند جهت شرکت در این کارگاه از طریق ثبت نام در سامانه پویا اقدام نمایند. تأیید مدیر واحد قبل از شرکت در کارگاه ضروری می‌باشد.

نام کارگاه	مدرس	زمان	مکان
مدیریت سبک زندگی در سلامت، کنترل وزن و پیشگیری از چاقی	سرکار خانم دکتر مرضیه ثاقب جو - استاد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه بیرجند	دوشنبه ۱۳۰۳/۸/۲۱ ساعت ۱۴-۱۵	سالن بشارت
		سه‌شنبه ۱۳۰۳/۸/۲۲ ساعت ۱۴-۱۵	
		دوشنبه ۱۳۰۳/۹/۵ ساعت ۱۴-۱۵	
		دوشنبه ۱۳۰۳/۹/۱۴ ساعت ۱۴-۱۵	
دوشنبه ۱۳۰۳/۹/۱۹ ساعت ۱۴-۱۵			

محمد خراشادی زاده
مدیر برنامه، بودجه و تحول اداری

رونوشت:
جناب آقای دکتر سیدمرتضی موسوی معاون محترم دانشجویی دانشگاه
سرکار خانم دکتر رویا عقیلی رئیس محترم اداره بهداشت و درمان

شماره: خراشادی موسوی - بیرجند - دانشگاه بیرجند
تلفن: ۰۳۲۲-۲۵۱۷۳۲۹۵
آدرس: خراشادی موسوی - بیرجند - دانشگاه بیرجند
تلفن: ۰۳۲۲-۲۵۱۷۳۲۹۵
ایمیل: info@birjand.ac.ir
وبسایت: www.birjand.ac.ir

مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری

دی تا اسفند ماه ۱۴۰۳ با استناد به آیین نامه و دستور العمل اجرایی

گزارش سه ماهه کارگاه‌های آموزش حضوری و مجازی کارکنان

کارگاه آموزشی احکام اخلاقی اعتقادی (۱۰)

مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری با همکاری پایگاه بسیج خاتم الانبیاء کارکنان دانشگاه، جلسه اول کارگاه احکام اخلاقی اعتقادی (۱۰) را با سخنرانی آقای دکتر دیانی، مورخ ۸ دی ماه سال ۱۴۰۳ در مکان سالن ایمان مسجد امام جعفر صادق (ع) از ساعت ۱۲ الی ۱۳ برگزار نمود. در این جلسه آقای دکتر به کاربردهای وحی در قرآن اعم از هدایت‌گریزی، الهام، وحی رساله و همچنین به اقسام واردات قلبی انسان اشاره نمود. حضرت عیسی (ع) می‌فرماید کسی که دوبار متولد نشود، به ملکوت نمی‌رسد.



مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری

دی تا اسفند ماه ۱۴۰۳ با استناد به آیین نامه و دستورالعمل اجرایی

گزارش سه ماهه کارگاه‌های آموزش حضوری و مجازی کارکنان

کارگاه آموزشی احکام اخلاقی اعتقادی (۱۰)

مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری با همکاری پایگاه بسیج خاتم الانبیاء کارکنان دانشگاه، جلسه دوم کارگاه احکام اخلاقی اعتقادی (۱۰) را با سخنرانی آقای دکتر دیانی، مورخ ۱۵ دی ماه سال ۱۴۰۳ در مکان سالن ایمان مسجد امام جعفر صادق (ع) از ساعت ۱۲ الی ۱۳ برگزار نمود. در این جلسه آقای دکتر ضمن تبریک ایام ماه رجب، درباره فضیلت‌های این ماه سخن گفتند و ایام البیض و شرایط این ایام را نیز بیان کردند. همچنین به اقسام اهتمام که اعم از اهتمام به خوراک، اهتمام به اموال و اولاد، اهتمام به قدرت و حکومت، اهتمام به رقابت‌های سیاسی و اهتمام به خدمت به مردم را نیز بیان کردند.



مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری

دی تا اسفند ماه ۱۴۰۳ با استناد به آیین نامه و دستور العمل اجرایی

گزارش سه ماهه کارگاه‌های آموزش حضوری و مجازی کارکنان

کارگاه آموزشی باروری سالم و پیشگیری از ناباروری

اداره محترم بهداشت و درمان با همکاری مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری دانشگاه در راستای سیاست افزایش جمعیت و فرزندآوری کارگاه آموزشی باروری سالم و پیشگیری از ناباروری را با تدریس دکتر نرجس مصطفوی مدیر جوانی جمعیت، سلامت خانواده و مدارس استان، سه شنبه ۱۸ دی در سامانه وبینار دانشگاه برگزار نمود. در این کارگاه دکتر مصطفوی با بیان اینکه چرا جمعیت مهم است به لذت پدر و مادر شدن، آثار مثبت داشتن فرزند، آثار مثبت تعدد فرزند، آسیب‌های تک‌فرزندی، فواید بارداری و شیردهی برای مادر، تاثیر بارداری بر جوان‌سازی مادران، پرداخت و با اشاره به اینکه بهترین سنین برای بارداری ۱۷ تا ۴۲ سالگی می‌باشد، وی همچنین به عواقب و مضرات سقط عمدی اشاره کرد و در پایان به تعریف ناباروری، شیوع ناباروری، علل ناباروری و روش‌های درمانی ناباروری پرداخت.



**کارگاه آموزشی
باروری سالم
و پیشگیری از ناباروری**

جزئیات کارگاه:
مدرس: سرکار خانم دکتر نرجس مصطفوی
مدیر جوانی جمعیت، سلامت خانواده و مدارس استان
زمان: سه شنبه ۱۸/۱۲/۱۴۰۳
ساعت: ۱۲ لغایت ۱۴

آدرس: acp.birjand.ac.ir/barname-bodje



شماره: ۱۳۲۶/۱۳۰۳/د
تاریخ: ۱۳۰۳/۱۰/۱۶
پوست: نامه

وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
دانشگاه بیرجند، جامعه محور، مهارت آموز، کار آفرین

بیم خدا

قابل توجه کارکنان محترم دانشگاه
با سلام و احترام

به استحضار می‌رساند این مدیریت در نظر دارد با همکاری معاونت محترم دانشجویی و اداره بهداشت و درمان دانشگاه در راستای قانون جوانی جمعیت و بستاری به شرح ذیل برگزار نماید. متقاضیان محترم می‌توانند جهت شرکت در این کارگاه از طریق ثبت نام در سامانه پویا اقدام نمایند.

نام وبینار	مدرس	زمان	لینک
باروری سالم و پیشگیری از ناباروری (مدیر جوانی جمعیت، سلامت خانواده و مدارس استان)	سرکار خانم دکتر نرجس مصطفوی	شنبه ۱۸/۱۲/۱۴۰۳ ساعت ۱۲ الی ۱۴	https://ac5.birjand.ac.ir/barname-bodje

محمد خراشادی زاده
مدیر برنامه بودجه و تحول اداری

تاریخ: ۱۳۰۳/۱۰/۱۶
دورنگار: ۳۳۰۲۵۱۷

شماره: ۹۲۱۲۳۳۶۶۵
تلفن گویا: ۰۵۶۳۱۰۲۰۰۰
info@birjand.ac.ir



باروری سالم و پیشگیری از ناباروری
ناباروری
ایران جوان همان

چرا جمعیت مهم است؟

مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری

دی تا اسفند ماه ۱۴۰۳ با استناد به آیین نامه و دستور العمل اجرایی

گزارش سه ماهه کارگاه‌های آموزش حضوری و مجازی کارکنان

کارگاه آموزشی مدیریت سبک زندگی در سلامت، کنترل وزن و پیشگیری از چاقی

مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری دانشگاه با همکاری اداره بهداشت و درمان، جلسه چهارم از سلسله کارگاه‌های مدیریت سبک زندگی در سلامت، کنترل وزن و پیشگیری از چاقی با تدریس دکتر مرضیه ثاقب جو استاد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه دوشنبه ۱۹ آذر در سالن بشارت دانشگاه برگزار نمود. جلسه چهارم از این سلسله کارگاه‌ها دوشنبه ۱۹ آذر ماه در سالن بشارت برگزار شد. در این جلسه ابتدا دکتر ثاقب جو به بیان سرفصل مطالب جلسات قبل از جمله اصلاح سبک زندگی در عادات‌های غذایی، عادات‌های خوابیدن را بیان کردند. در این جلسه به ترکیب تمرینات و فعالیت‌های ورزشی پرداختند و ارتباط مصرف مایعات را نیز بیان کردند. کم آبی بدن می‌تواند در بدن اختلال ایجاد کند و چربی‌سوزی بدن را نیز دچار اختلال کند و در بدن به جای سیگنال تشنگی، سیگنال گرسنگی صادر کند.





 وزارت علوم، بهداشت و آموزش عالی



 «دانشگاه بیرجند، پل ارتباطی بین علم و جامعه»

شماره: ۱۳۸۳/۱۴۰۲/۱۴۰۲
 تاریخ: ۱۳۰۲/۱۶
 پرونده: ندارد

پایام شما

قابل توجه کارکنان محترم دانشگاه

با سلام و احترام

به استحضار می‌رساند این مدیریت در نظر دارد با همکاری معاونت محترم دانشجویی و اداره بهداشت و درمان دانشگاه به منظور حفظ و ارتقای سلامت جامعه دانشگاهی، سلسله کارگاه‌های آموزشی به شرح ذیل برگزار نماید. این کارگاه به صورت حضوری و مطابق گروه‌بندی افراد ثبت نام شده برگزار خواهد شد. زمان برگزاری کارگاه برای هر گروه متعاقباً اعلام خواهد شد. متقاضیان محترم می‌توانند جهت شرکت در این کارگاه از طریق ثبت نام در سامانه پویا اقدام نمایند. تأیید مدیر واحد قبل از شرکت در کارگاه ضروری می‌باشد.

نام کارگاه	مدرس	زمان	مکان
مدیریت سبک زندگی در سلامت	سرکار خانم دکتر مرضیه ثاقب جو	دوشنبه ۱۳۰۲/۱۶/۱۴:۰۰ تا ۱۴:۳۰ ساعت ۱۳-۱۵	سالن بشارت
کنترل وزن و پیشگیری از چاقی	استاد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه بیرجند	دوشنبه ۱۳۰۲/۱۶/۱۴:۳۰ تا ۱۴:۴۵ ساعت ۱۳-۱۵	سالن بشارت
		دوشنبه ۱۳۰۲/۱۶/۱۴:۴۵ تا ۱۵:۰۰ ساعت ۱۳-۱۵	سالن بشارت

محمد خراشادی زاده
مدیر برنامه، بودجه و تحول اداری

رونوشت:

جناب آقای دکتر سیدمرتضی موسوی معاون محترم دانشجویی دانشگاه
سرکار خانم دکتر رویا عقیلی رئیس محترم اداره بهداشت و درمان

نشانی: خراسان جنوبی - بیرجند - دانشگاه بیرجند - کد پستی: ۹۷۱۷۳۳۳۳۶۵
تلفن گویا: ۰۲۶۴۳۱۰۰۰۰ - تلفن کادری: ۰۲۶۴۳۱۰۰۰۰
ایمیل: info@birjand.ac.ir - آدرس: دورنگار، ۳۲۲-۵۱۷

www.birjand.ac.ir

مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری

دی تا اسفند ماه ۱۴۰۳ با استناد به آیین نامه و دستورالعمل اجرایی

گزارش سه ماهه کارگاه‌های آموزش حضوری و مجازی کارکنان

کارگاه مسئولیت‌های حقوقی در نظارت و اجرا

سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی استان خراسان جنوبی کارگاه مسئولیت‌های حقوقی در نظارت و اجرا را با تدریس جناب آقای دکتر مهدی وکیلی در روز پنجشنبه مورخ ۱۴۰۳/۱۰/۲۰ به مدت ۸ ساعت به صورت حضوری در محل سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی استان برگزار نمود. مطالب ذیل در این کارگاه آموزشی از جمله: اقسام ساخت و سازهای انجام شده در کشور از حیث مالکیت (دولتی - خصوصی)، تاریخچه تصویب قانون برنامه و بودجه، قانون نظام معماری و ساختمانی و...، نهادهای متولی ضوابط فنی و اجرایی کشور (سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی، وزارت راه و شهرسازی، سازمان استاندارد)، مباحث مقررات ملی ساختمان (تعاریف، نظامات اداری، الزامات عمومی ساختمان) و ... مطرح گردید.



مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری

دی تا اسفند ماه ۱۴۰۳ با استناد به آیین نامه و دستور العمل اجرایی

گزارش سه ماهه کارگاه‌های آموزش حضوری و مجازی کارکنان

کارگاه آموزشی افزودنی‌های بتن

سازمان مدیریت و برنامه ریزی استان خراسان جنوبی، دوره آموزشی افزودنی‌های بتن را در تاریخ سه‌شنبه ۱۴۰۳/۱۱/۱۵ به صورت حضوری با مدرسی آقای دکتر بهشتی در محل سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی و با مشارکت تعدادی از کارکنان دانشگاه بیرجند برگزار نمود. این دوره پیرامون مباحث افزودنی‌های بتن برگزار شد و این افزودنی‌ها بر چند نمونه است که شامل افزودنی‌هایی که باعث دیر گیر شدن بتن و افزودنی‌های که باعث زود گیر شدن بتن می‌شوند. همچنین افزودنی‌هایی که باعث جلوگیری از سولفات شدن میلگرد در داخل بتن می‌شوند و نیز افزودنی‌هایی که باعث افزایش مقاومت بتن می‌شوند. در کل هر نوع بتن برای مناطق خاصی در نظر گرفته می‌شود و در جای مخصوصی کاربرد دارند. در ضمن مطالبی در مورد به عمل آوری بتن توضیح داده شد که میبایست در پروژه‌ها رعایت شود.



مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری

دی تا اسفند ماه ۱۴۰۳ با استناد به آیین نامه و دستورالعمل اجرایی

گزارش سه ماهه کارگاه‌های آموزش حضوری و مجازی کارکنان

کارگاه آموزشی مدیریت سبک زندگی در سلامت، کنترل وزن و پیشگیری از چاقی

مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری دانشگاه با همکاری اداره بهداشت و درمان، جلسه اول گروه دوم از سلسله کارگاه‌های مدیریت سبک زندگی در سلامت، کنترل وزن و پیشگیری از چاقی با تدریس دکتر مرضیه ثاقب جو، استاد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه دوشنبه ۱۵ بهمن ماه ۱۴۰۳ در سالن بشارت دانشگاه برگزار نمود. جلسه اول از این سلسله کارگاه‌ها دوشنبه ۱۵ بهمن ماه در سالن بشارت از ساعت ۱۲ الی ۱۳:۳۰ برگزار شد. در این جلسه ابتدا دکتر ثاقب جو به بیان اهداف برگزاری این سلسله کارگاه‌ها پرداخت و مقدمه‌ای از مباحثی که در این کارگاه‌ها مطرح خواهد شد را به اختصار توضیح داد و در ادامه به بیان ابعاد سبک زندگی سالم، توصیه‌هایی برای بهبود زندگی، نحوه کاهش وزن، توصیه‌های پزشکی در مدیریت سبک زندگی پرداخت و به سوالات مطرح شده پاسخ داد.



سلسله کارگاه‌های

مدیریت سبک زندگی در سلامت، کنترل وزن و پیشگیری از چاقی

توسعه اداره بهداشت و درمان دانشگاه بیرجند
با همکاری مدیریت برنامه بودجه دانشگاه



دوره دوم

مدرس: **دکتر مرضیه ثاقب جو**
استاد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه بیرجند



زمان: بهمن و اسفندماه ۱۴۰۳
ساعت: ۱۲
مکان: سالن بشارت دانشگاه

حداکثر ظرفیت ۷۰ نفر
۵ جلسه ۲ ساعته

مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری

دی تا اسفند ماه ۱۴۰۳ با استناد به آیین نامه و دستورالعمل اجرایی

گزارش سه ماهه کارگاه‌های آموزش حضوری و مجازی کارکنان

کارگاه آموزشی اسرار نماز

مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری با همکاری پایگاه بسیج خاتم الانبیاء کارکنان دانشگاه، جلسه اول کارگاه اسرار نماز را در روز سه شنبه ۱۴۰۳/۱۱/۱۶ با سخنرانی جناب آقای حجه الاسلام والمسلمین محمد ایزدی از مبلغین و سخنرانان ستاد اقامه نماز استان خراسان رضوی در مکان سالن ایمان مسجد امام جعفر صادق (ع) از ساعت ۱۲ الی ۱۳ برگزار نمود. در ابتدای این جلسه سخنران محترم انواع طبع بدن و خصوصیات آن را مطرح کردند و در ادامه نیز پیرامون خصوصیات و فضیلت های نماز در این حیطة سخن نمودند. آقای دکتر لامعی، رئیس دانشگاه در این خصوص اظهار داشتند: این کارگاه با دعوت از حجت الاسلام ایزدی، مهمان ویژه ستاد اقامه نماز استان، برگزار شد و شرکت کنندگان از مطالب ارزشمند ایشان بهره مند شدند و این برنامه که طی دو روز برگزار شد، با استقبال خوب کارکنان دانشگاه همراه بود و بازخوردهای مثبتی نیز دریافت کردیم. این کارگاه با هدف ترویج فرهنگ نماز و افزایش آگاهی‌های دینی در میان کارکنان دانشگاه برگزار شد و مورد استقبال قرار گرفت.





 وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
 «دانشگاه بیرجند، پیام نور، خدمات آموزش کارآفرین»
 پوستر: تازه



 پیام نماز

قابل توجه کارکنان محترم دانشگاه
با سلام و احترام

به استحضار می‌رساند این مدیریت در نظر دارد با همکاری بسیج خاتم الانبیاء کارکنان کارگاه حضوری به شرح ذیل برگزار نماید. متقاضیان محترم می‌توانند جهت شرکت در این کارگاه از طریق ثبت نام در سامانه پویا اقدام نمایند. تأیید حضور و تأیید شرکت در کارگاه ضروری می‌باشد.

نام کارگاه	مدرس	زمان	مکان
اسرار نماز	حجت الاسلام و المسلمین کمیلی	سه شنبه و چهارشنبه ۱۴۰۳/۱۱/۱۶ و ۱۴۰۳/۱۱/۱۷ ساعت ۱۲:۳۰ الی ۱۳:۳۰	سالن ایمان - واقع در مسجد امام جعفر صادق (ع)



 محمد خراسادی زاده
 مدیر برنامه بودجه و تحول اداری



نشانی: خراسان جنوبی - بیرجند - دانشگاه بیرجند کد پستی: ۳۱۷۲۴۴۶۵
 تلفن: ۰۵۴۳۳۱۰۰۰۰ فکس: ۰۵۴۳۳۱۰۰۰۰
 شماره: ۰۵۴۳۳۱۰۰۰۰ ایمیل: info@birjand.ac.ir
 آدرس: بیرجند - دانشگاه بیرجند وبسایت: www.birjand.ac.ir

مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری

دی تا اسفند ماه ۱۴۰۳ با استناد به آیین نامه و دستورالعمل اجرایی

گزارش سه ماهه کارگاه‌های آموزش حضوری و مجازی کارکنان

کارگاه آموزشی اسرار نماز

مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری با همکاری پایگاه بسیج خاتم الانبیاء کارکنان دانشگاه، جلسه دوم کارگاه اسرار نماز را در روز چهارشنبه ۱۴۰۳/۱۱/۱۷ با سخنرانی جناب آقای حجه الاسلام والمسلمین محمد ایزدی از مبلغین و سخنرانان ستاد اقامه نماز استان خراسان رضوی در مکان سالن ایمان مسجد امام جعفر صادق (ع) از ساعت ۱۲ الی ۱۳ برگزار نمود. در ابتدای این جلسه سخنران محترم درباره آداب وضو، اسرار روزه و نحوه تیمم نماز را توضیح دادند. همچنین اقسام نماز را بیان کرده و فلسفه اینکه چرا نماز می‌خوانیم را توضیح دادند. اولین کسی که نماز به جا آورد شیطان بود ولی به خواست خداوند در پیشگاه او سجده نکرد. کسانی که نماز نمی‌خوانند پیام‌رسان این موضوع‌اند که ما نزد همه سر خم کرده ولی در پیشگاه خداوند این کار را نمی‌کنیم که این نشان‌دهنده تکبر است.



نام کارگاه	مدرس	زمان	مکان
اسرار نماز	حجت الاسلام والمسلمین کمیلی	سه شنبه و چهارشنبه ۱۴۰۳/۱۱/۱۶ و ۱۴۰۳/۱۱/۱۷ ساعت ۱۲:۳۰ الی ۱۳:۳۰	سالن ایمان - واقع در مسجد امام جعفر صادق (ع)

قابل توجه کارکنان محترم دانشگاه
با سلام و احترام
به استحضار می‌رساند این مدیریت در نظر دارد با همکاری بسیج خاتم الانبیاء کارکنان کارگاه حضوری به شرح ذیل برگزار نماید. مقتضیان محترم می‌توانند جهت شرکت در این کارگاه از طریق ثبت نام در سامانه پویا اقدام نمایند. تأیید مدیر واحد قبل از شرکت در کارگاه ضروری می‌باشد.

پایگاه بسیج
مدیر برنامه، بودجه و تحول اداری
محمد خراسانی زاده

نشانی: خراسان جنوبی - بیرجند - دانشگاه بیرجند کد پستی: ۹۷۱۷۴۴۶۶۶
تلفن: ۰۵۴۳۱۰۲۰۰۰ تلفن گویا: ۰۵۴۳۱۰۲۰۰۰
پایگاه: info@birjand.ac.ir پورتال: www.birjand.ac.ir
دورنگار: ۳۲۰۲۵۱۷

مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری


دی تا اسفند ماه ۱۴۰۳ با استناد به آیین نامه و دستورالعمل اجرایی

گزارش سه ماهه کارگاه‌های آموزش حضوری و مجازی کارکنان

کارگاه آموزشی تکنولوژی بتن و افزودنی های آن

سازمان مدیریت و برنامه ریزی استان خراسان جنوبی، دوره آموزشی تکنولوژی بتن و افزودنی های آن را در تاریخ یکشنبه ۱۴۰۳/۱۱/۲۸ از ساعت ۸ الی ۱۵ به صورت حضوری با مدرسی آقای مهندس رحمتی در محل سازمان مدیریت و برنامه ریزی در سالن ذوالفقار، با مشارکت تعدادی از کارکنان دانشگاه بیرجند برگزار نمود. در این دوره بیان شد که دانه های سیمان هیدراته نشده برای سیمان ممنوع است و حداکثر درصد افزودنی در سیمان باید دو و نیم درصد باشد و آزمایشات بتن از الزامات کار اجرا می باشد و باید آزمایش در کارخانه هم انجام شود. آزمایش هشت و بیست و هشت و نود روز باید انجام شود و نسبت آب به سیمان هر چی کمتر باشد مقاومت سیمان بالاتر هست. همچنین سیمان تا بیست و هشت روز هیراته می شود و سیمان آویخته بهترین سیمان دنیا است.

شماره: ۵۹-۵۰۲	تاریخ: ۱۴۰۳/۱۱/۲۵	بسته: ندارد
---------------	-------------------	-------------


 سازمان برنامه و بودجه کشور
 سازمان مدیریت و برنامه ریزی استان خراسان جنوبی

«پیش از همه به سلامت مردم»

رؤسای محترم دانشگاه های استان
 مدیران کل محترم دستگاه های اجرایی استان
 مدیران عامل محترم شرکت های دولتی
 بخدمت احترام

به استناد مصوبات شورای فنی استان؛ مدیریت آموزش و پژوهش های توسعه و آینده گری سازمان در نظر دارد نسبت به برگزاری دوره آموزشی «تکنولوژی بتن و افزودنی های آن (۱)» به مدت ۸ ساعت به صورت حضوری و با تدریس مدرس برجسته کشوری آقای مهندس رحمتی ویژه عوامل نظام فنی و اجرایی دستگاه های اجرایی برابر برنامه زمان بندی ذیل اقدام نماید. لذا خواهشمند است دستور فرمایید گروه هدف با مراجعه به سامانه جامع آموزش به آدرس <https://tms.smtc.ac.ir/kj> ثبت نام نمایند. خستنا مطابق ضوابط، مهلت اصراف از دوره نیز تا یک روز (۲۴ ساعت) قبل از شروع دوره می باشد. تاریخ و ساعت برگزاری: روز یکشنبه ۲۸ بهمن ماه ساعت ۸ لغایت ۱۵ مکان برگزاری: سازمان مدیریت و برنامه ریزی استان - خیابان مصلحی - سالن ذوالفقار


 رئیس سازمان

مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری

دی تا اسفند ماه ۱۴۰۳ با استناد به آیین نامه و دستور العمل اجرایی

گزارش سه ماهه کارگاه‌های آموزش حضوری و مجازی کارکنان

کارگاه آموزشی شناخت و مدیریت نسل Z

مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری با همکاری معاونت محترم پژوهشی، فناوری و نوآوری دانشگاه، جلسه اول کارگاه شناخت و مدیریت نسل Z را در روز یکشنبه ۱۴۰۳/۱۱/۲۸ با سخنرانی جناب آقای مهندس سلطان پور مدیر آکادمی کسب و کار کانکت در مکان سالن فرهنگ از ساعت ۱۲ الی ۱۳ برگزار نمود. در این جلسه آقای مهندس در ابتدا ضمن معرفی خود و همچنین آکادمی کسب و کار کانکت، خصوصیات و ویژگی‌های نسل Z را بیان کردند و به بیان خصوصیات نسل‌های X و Y و Z پرداختند و هر کدام را جداگانه توضیح و باهم مقایسه نمودند. همچنین راه‌های برقراری ارتباط بهتر با نسل Z و... را نیز بیان کردند.



قابل توجه کارکنان محترم دانشگاه

با سلام و احترام

به استحضار می‌رساند این مدیریت در نظر دارد با همکاری معاونت محترم پژوهشی، فناوری و نوآوری دانشگاه کارگاه آموزشی به شرح ذیل برگزار نماید. مقتضای محترم می‌تواند جهت شرکت در این کارگاه از طریق ثبت نام در سامانه پویا اقدام نمایند. تأیید مدیر وارد قبل از شرکت در کارگاه ضروری می‌باشد.

نام کارگاه	مدرس	زمان	مکان
شناخت و مدیریت نسل Z	مهندس صالح سلطان پور (مدیر آکادمی کسب و کار کانکت)	شنبه و یکشنبه ۱۴۰۳/۱۱/۲۷ و ۱۴۰۳/۱۱/۲۸ ساعت ۱۲ الی ۱۴	سالن فرهنگ

محمد خراشادی زاده
مدیر برنامه، بودجه و تحول اداری

مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری

دی تا اسفند ماه ۱۴۰۳ با استناد به آیین نامه و دستورالعمل اجرایی

گزارش سه ماهه کارگاه‌های آموزش حضوری و مجازی کارکنان

کارگاه سواد رسانه ای با محوریت شناخت نسل Z

مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری با همکاری معاونت محترم فرهنگی و اجتماعی دانشگاه، کارگاه سواد رسانه‌ای با محوریت شناخت نسل Z را در روز یکشنبه ۱۴۰۳/۱۱/۲۸ با سخنرانی جناب آقای دکتر سید علی موسوی مدرس دانشگاه شیراز و فعال حوزه مطالعات رسانه در مکان سالن بشارت از ساعت ۱۲ الی ۱۴ برگزار نمود. این کارگاه با حضور ریاست محترم دانشگاه و با مشارکت اعضای هیئت علمی و کارکنان دانشگاه برگزار شد. در این جلسه به دوره شناخت نسل‌ها، تغییرات نسلی و الگوهای رفتاری در عصر اطلاعات و ارتباطات در موج سوم اشاره شد. در ضمن اشاره گردید در این موج سوم، عصری پدید آمده است که در این عصر، تمدن نوین در حال تکوین است و خانواده‌ها در حال گسیخته شدن و اقتصاد در حال فلج شدن است.





 وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
 «دانشگاه بیرجند، پامام، مهارت آموز، کار آفرین»
 دانشگاه بیرجند

شماره: ۱۴۰۳/۱۱/۲۵۵
 تاریخ: ۱۴۰۳/۱۱/۲۰
 پست: نامه

بسم خدا

قابل توجه کارکنان محترم دانشگاه
 با سلام و احترام

به استحضار می‌رساند این مدیریت در نظر دارد با همکاری معاونت محترم پژوهشی، فناوری و نوآوری دانشگاه، کارگاه آموزش به شرح ذیل برگزار نماید. متقاضیان محترم می‌توانند جهت شرکت در این کارگاه از طریق ثبت نام در سامانه پویا اقدام نمایند. تأیید مدیر واحد قبل از شرکت در کارگاه ضروری می‌باشد.

نام کارگاه	مدرس	زمان	مکان
شناخت و مدیریت نسل Z	مهندس صالح سلطان پور (مدیر آکادمی کسب و کار کنکرت)	شنبه و یکشنبه ۱۴۰۳/۱۱/۲۸ و ۱۴۰۳/۱۱/۲۷ ساعت ۱۲ الی ۱۴	سالن فرهنگ

محمد خراسانی زاده
 مدیر برنامه، بودجه و تحول اداری

نشانی: خراسان جنوبی - بیرجند - دانشگاه بیرجند کد پستی: ۳۱۱۲۲۲۴۶
 تلفن گویا: ۰۳۱-۲۱۰۰۰۰ تلفن کد: ۰۳۱-۲۲۲۰۲۱۲
 ایمیل: info@birjand.ac.ir آدرس: www.birjand.ac.ir

مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری

دی تا اسفند ماه ۱۴۰۳ با استناد به آیین نامه و دستور العمل اجرایی

گزارش سه ماهه کارگاه‌های آموزش حضوری و مجازی کارکنان

کارگاه آموزشی مدیریت سبک زندگی در سلامت، کنترل وزن و پیشگیری از چاقی

مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری دانشگاه با همکاری اداره بهداشت و درمان، جلسه دوم گروه دوم از سلسله کارگاه‌های مدیریت سبک زندگی در سلامت، کنترل وزن و پیشگیری از چاقی با تدریس خانم دکتر مرضیه ثاقب جو استاد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه دوشنبه ۲۹ بهمن ماه سال ۱۴۰۳ در سالن بشارت دانشگاه برگزار نمود. در این جلسه ابتدا خانم دکتر ثاقب جو به بیان خلاصه مطالب جلسه قبل پرداختند و به بیان ابعاد مختلف سبک زندگی به صورت کلی، مدیریت استرس، مدیریت تغذیه، کنترل خواب نیز پرداختند. همچنین در این جلسه به معرفی مقدمه خود ارزیابی، توضیح عادات غذایی پرداخته شد. در ادامه با توجه به افزایش سن یک شیب افزایشی وزن را در افراد مشاهده می‌کنیم، طوری که زنان و مردان با افزایش سن، افزایش وزن تدریجی را خواهند داشت که به چاقی خزنده معروف است. همچنین در مشاهده افزایش وزن، لزوماً دلیل آن زیاد بودن خوراک فرد نیست بلکه می‌تواند نشان‌دهنده یک سری اتفاقات در بدن باشد. همچنین در ادامه به بحث پیرامون BMI بدن پرداخته شد.



سلسله کارگاه‌های

مدیریت سبک زندگی در سلامت، کنترل وزن و پیشگیری از چاقی

توسعه اداره بشارت و درمان دانشگاه بیرجند
با همکاری مدیریت برنامه بودجه دانشگاه

دوره دوم

مدرس: دکتر مرضیه ثاقب جو
استاد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه بیرجند

زمان: بهمن و اسفندماه ۱۴۰۳
ساعت: ۱۲
مکان: سالن بشارت دانشگاه

حداکثر ظرفیت ۷۰ نفر
۵ جلسه ۲ ساعته

مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری

دی تا اسفند ماه ۱۴۰۳ با استناد به آیین نامه و دستورالعمل اجرایی

گزارش سه ماهه کارگاه‌های آموزش حضوری و مجازی کارکنان

کارگاه آموزشی آشنایی با صنعت و فرهنگ بیمه

مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری با همکاری معاونت محترم اداری و مالی دانشگاه، کارگاه آشنایی با صنعت و فرهنگ بیمه را در روز چهارشنبه ۱۴۰۳/۱۲/۰۱ با سخنرانی جناب آقای دکتر مصطفی عابدی از کارآفرین برتر استان در مکان سالن فرهنگ از ساعت ۱۲ الی ۱۴ برگزار نمود. در این کارگاه بیان شد هرچه علم افراد کمتر باشد، تاثیرپذیری آنان بیشتر می‌شود و برعکس. بنابراین توصیه شد از فرصت و زمان استفاده کرده و علم خود را بالا ببریم اگر خواهان رشد هستیم. بزرگترین مشکل صنعت بیمه، نبود آگاهی مردم است. فلسفه به وجود آمدن بیمه این است که یکی از نیازهای انسان که نیاز به امنیت است را پوشش دهد. سخن حضرت علی (ع) من باب این موضوع این است که چرا آدم با خوف و ترس زندگی کند در صورتیکه راهی وجود داشته باشد. همچنین در ادامه درباره مزایا و خصوصیات بیمه مواردی بیان گردید.





 وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
 «دانشگاه بیرجند، با هم‌گامی، مهارت‌آموز، کارآفرین»
 دانشگاه بیرجند

شماره: ۱۴۰۳/۱۲/۰۱-۸۹۰
 تاریخ: ۱۴۰۳/۱۲/۲۸
 پوست: نامه

برنامه شما

قابل توجه کارکنان محترم دانشگاه
 با سلام و احترام

به استحضار می‌رساند این مدیریت در نظر دارد با همکاری معاونت محترم اداری و مالی دانشگاه کارگاه آموزشی به شرح ذیل برگزار نماید. متقاضیان محترم می‌توانند جهت شرکت در این کارگاه از طریق ثبت نام در سامانه پویا اقدام نمایند. تأیید مدیر واحد قبل از شرکت در کارگاه ضروری می‌باشد.

نام کارگاه	مدرس	زمان	مکان
آشنایی با صنعت و فرهنگ بیمه	دکتر مصطفی عابدی (کارآفرین برتر استان)	چهارشنبه ۱۴۰۳/۱۲/۰۱ ساعت ۱۲:۳۰ الی ۱۴:۳۰	سالن فرهنگ

محمد خراشادی زاده
 مدیر برنامه بودجه و تحول اداری

رونوشت:
 جناب آقای دکتر سید محمدی معین محترم اداری و مالی دانشگاه

نشانی: خراسان جنوبی - بیرجند - دانشگاه بیرجند که پستی: ۹۲۱۷۲۴۴۶۵
 شماره تلفن: ۰۵۴۶۰۰۰۰۰۰۰ تلفن گویا: ۰۵۴۶۰۰۰۰۰۰۰
 ایمیل: info@birjand.ac.ir آدرس: بیرجند - خیابان خراسان - دانشگاه بیرجند

مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری

دی تا اسفند ماه ۱۴۰۳ با استناد به آیین نامه و دستورالعمل اجرایی

گزارش سه ماهه کارگاه‌های آموزش حضوری و مجازی کارکنان

کارگاه آموزشی ارتقای بهره‌وری در بخش دولتی

سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی استان خراسان جنوبی، جلسه اول دوره آموزشی ارتقای بهره‌وری در بخش دولتی در روز اول اسفندماه سال ۱۴۰۳ در محل سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی استان خراسان جنوبی برگزار نمود. جلسه اول این دوره جناب آقای سالاری، نکاتی را در خصوص شیوه‌های ارتقای بهره‌وری فردی، چگونگی استقرار چرخه مدیریت بهره‌وری در سازمان‌ها ارائه نمودند. رئوس مطالب عنوان شده در این جلسه از جمله بهره‌وری فردی عبارت است از: بهره‌وری فردی مقدم بر بهره‌وری سازمانی است و داشتن برنامه توسعه فردی (IPO) پیش‌نیاز بهره‌وری سازمانی است. پیشنهاد می‌شود دوره توسعه فردی در سازمان برگزار گردد. درباره چیزی که بر آن کنترل ندارید نباید وقت بگذارید. دانش به تنهایی منجر به خروجی نمی‌شود. باید هیجان هم همراه آن باشد. برای ۵ سال آینده خود مأموریت و رسالت تعریف کنید و اینکه ۵ سال دیگر کجا خواهید بود. تست‌های شخصیت‌شناسی نئو، mbti و ... را انجام بدهید تا خودتان را بیشتر بشناسید.



مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری

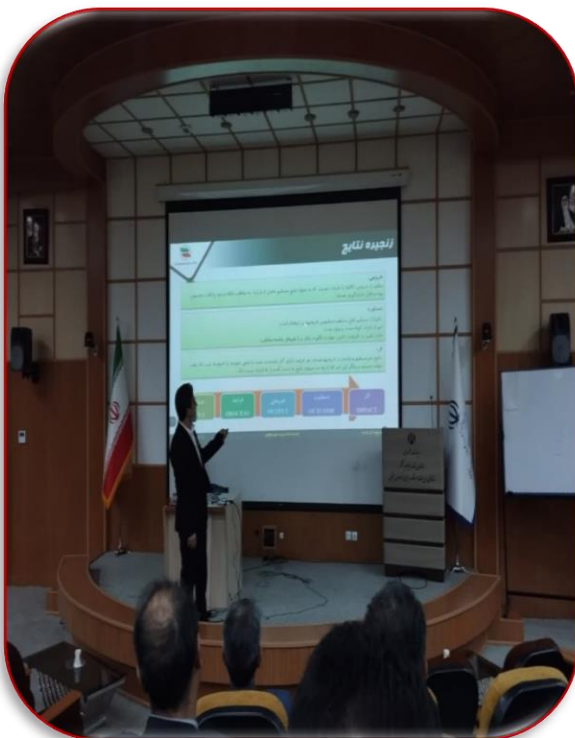
دی تا اسفند ماه ۱۴۰۳ با استناد به آیین نامه و دستورالعمل اجرایی

گزارش سه ماهه کارگاه‌های آموزش حضوری و مجازی کارکنان

کارگاه آموزشی ارتقای بهره‌وری در بخش دولتی

سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی استان خراسان جنوبی، جلسه دوم دوره آموزشی ارتقای بهره‌وری در بخش دولتی در روز دوم اسفندماه در محل سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی استان خراسان جنوبی از ساعت ۸ الی ۱۲ برگزار نمود. جلسه دوم این دوره جناب آقای سالاری، نکاتی را در خصوص نحوه گزارش‌دهی آیتم‌های بهره‌وری سازمانی در سامانه‌های مرتبط ارائه نمودند. رؤس مطالب عنوان شده در این جلسه از جمله بهره‌وری سازمانی عبارت است از: استراتژی برای سازمان یک فرضیه است. هر استراتژی و راهبرد باید توسط فرهنگ حمایت شود. رضیت خاطر، دشمن شماره یک کایزن است. بهره‌وری نسبت ستانده به داده است. مؤلفه‌های بهره‌وری عبارتند از: ۱-

کارایی ۲- اثربخشی



مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری

دی تا اسفند ماه ۱۴۰۳ با استناد به آیین نامه و دستورالعمل اجرایی

گزارش سه ماهه کارگاه‌های آموزش حضوری و مجازی کارکنان

کارگاه آموزشی شناخت و مدیریت نسل Z

مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری با همکاری معاونت محترم پژوهشی، فناوری و نوآوری دانشگاه، جلسه دوم کارگاه شناخت و مدیریت نسل Z را در روز یکشنبه ۱۴۰۳/۱۲/۱۲ با سخنرانی جناب آقای مهندس سلطان پور مدیر آکادمی کسب و کار کانکت در مکان سالن مهندس امینی از ساعت ۱۲ الی ۱۳ برگزار نمود. در این جلسه سرکار خانم صادقی در ابتدا ضمن خوش‌آمدگویی همکاران، مقدمه‌ای مختصر درباره کارگاه بیان کردند و سپس آقای مهندس، مطالبی درباره خصوصیات و ویژگی‌های نسل Z، از جلسه قبل بیان کردند و به بیان تفاوت‌های مدیریت این نسل با نسل‌های گذشته پرداخته و گفتند دیجیتالی بودن، شیوه ارتباط متفاوت و تمایل به نتیجه سریع و... از تفاوت‌های این نسل است. همچنین راه‌های برقراری ارتباط بهتر با نسل Z و... را نیز بیان کردند.



مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری

دی تا اسفند ماه ۱۴۰۳ با استناد به آیین نامه و دستورالعمل اجرایی

گزارش سه ماهه کارگاه‌های آموزش حضوری و مجازی کارکنان

کارگاه آموزشی مدیریت سبک زندگی در سلامت، کنترل وزن و پیشگیری از چاقی

مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری دانشگاه با همکاری اداره بهداشت و درمان، جلسه سوم گروه دوم از سلسله کارگاه‌های مدیریت سبک زندگی در سلامت، کنترل وزن و پیشگیری از چاقی با تدریس خانم دکتر مرضیه ثاقب جو استاد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه دوشنبه ۱۳ اسفند ماه سال ۱۴۰۳ در سالن بشارت دانشگاه برگزار نمود. جلسه سوم گروه دوم از این سلسله کارگاه‌ها دوشنبه ۱۳ اسفند ماه در سالن بشارت برگزار و با استقبال و مشارکت همکاران دانشگاه همراه شد. در این جلسه ابتدا خانم دکتر ثاقب جو به بیان خلاصه مطالب جلسه قبل پرداختند. در این جلسه به توضیح رژیم‌های یویو دایت که به رژیم‌های نامتوالی معروف است پرداخته شد.



سلسله کارگاه‌های

مدیریت سبک زندگی در سلامت، کنترل وزن و پیشگیری از چاقی

توسعه اداره بشارت و درمان و ارتقاء کیفیت زندگی
با همکاری مدیریت برنامه بودجه دانشگاه



دوره دوم

مدرس: **دکتر مرضیه ثاقب جو**
استاد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه بیرجند

حداکثر ظرفیت ۲۰ نفر

۵ جلسه ۲ ساعته

زمان: **پنجم و ششم اسفندماه ۱۴۰۳**
ساعت: **۱۲**
مکان: **سالن بشارت دانشگاه**

مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری

دی تا اسفند ماه ۱۴۰۳ با استناد به آیین نامه و دستورالعمل اجرایی

گزارش سه ماهه کارگاه‌های آموزش حضوری و مجازی کارکنان

کارگاه آموزشی مدیریت سبک زندگی در سلامت، کنترل وزن و پیشگیری از چاقی

مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری دانشگاه با همکاری اداره بهداشت و درمان، جلسه چهارم گروه دوم از سلسله کارگاه‌های مدیریت سبک زندگی در سلامت، کنترل وزن و پیشگیری از چاقی با تدریس خانم دکتر مرضیه ثاقب جو استاد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه چهارشنبه ۱۵ اسفند ماه ۱۴۰۳ از ساعت ۱۲ الی ۱۳:۳۰ در سالن بشارت دانشگاه برگزار نمود. جلسه چهارم از این سلسله کارگاه‌ها چهارشنبه ۱۵ اسفند در سالن بشارت برگزار شد. در این جلسه ابتدا خانم دکتر ثاقب جو به بیان سرفصل مطالب جلسات قبل از جمله اصلاح سبک زندگی در عادت‌های غذایی، عادت‌های خوابیدن را بیان کردند. در این جلسه به ترکیب تمرینات و فعالیت‌های ورزشی پرداختند و ارتباط مصرف مایعات را نیز بیان کردند. کم آبی بدن می‌تواند در بدن اختلال ایجاد کند و چربی‌سوزی بدن را نیز دچار اختلال کند و در بدن به جای سیگنال تشنگی، سیگنال گرسنگی صادر کند.



سلسله کارگاه‌های

مدیریت سبک زندگی در سلامت، کنترل وزن و پیشگیری از چاقی

توسط اداره بهداشت و درمان دانشگاه بیرجند
با همکاری مدیریت برنامه بودجه دانشگاه

دوره دوم

مدرس: دکتر مرضیه ثاقب جو
استاد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه بیرجند

زمان: بهمن و اسفندماه ۱۴۰۳
ساعت: ۱۲
مکان: سالن بشارت دانشگاه

حداکثر ظرفیت ۷۰ نفر
۵ جلسه ۲ ساعته

مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری

دی تا اسفند ماه ۱۴۰۳ با استناد به آیین نامه و دستور العمل اجرایی

گزارش سه ماهه کارگاه‌های آموزش حضوری و مجازی کارکنان

کارگاه آموزشی مدیریت سبک زندگی در سلامت، کنترل وزن و پیشگیری از چاقی

مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری دانشگاه با همکاری اداره بهداشت و درمان، جلسه پنجم گروه دوم از سلسله کارگاه‌های مدیریت سبک زندگی در سلامت، کنترل وزن و پیشگیری از چاقی با تدریس خانم دکتر مرضیه ثاقب جو استاد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه دوشنبه ۲۰ اسفندماه ۱۴۰۳ در سالن بشارت دانشگاه برگزار نمود. جلسه پنجم گروه دوم از این سلسله کارگاه‌ها دوشنبه ۲۰ اسفند ماه در سالن بشارت برگزار شد. در این جلسه ابتدا خانم دکتر ثاقب جو به بیان سرفصل مطالب جلسات از جمله استراتژی‌های تمرینی و تفریحی برای کاهش وزن پرداختند و هر کدام از این استراتژی‌ها را افراد خاصی دنبال می‌کنند که البته به روند افزایش وزن نیز باید توجه کرد.



سلسله کارگاه‌های

مدیریت سبک زندگی در سلامت، کنترل وزن و پیشگیری از چاقی

توسعه آوازه بشارت و درمان با همکاری گروه
با همکاری مدیریت برنامه بودجه دانشگاه

دوره دوم

مدرس: **دکتر مرضیه ثاقب جو**
استاد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه بیرجند

زمان: **پنجم و ششم اسفندماه ۱۴۰۳**
ساعت: **۱۲**

مکان: **سالن بشارت دانشگاه**

حداکثر ظرفیت ۷۰ نفر

۵ جلسه ۲ ساعته

مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری

دی تا اسفند ماه ۱۴۰۳ با استناد به آیین نامه و دستور العمل اجرایی

گزارش سه ماهه کارگاه‌های آموزش حضوری و مجازی کارکنان

جدول میانگین امتیازات بر مبنای شاخص‌های کلی ارزیابی مدرس، ارزیابی برنامه ریزی و اجرا در ارزیابی ساختار و محتوای دوره شناخت و مدیریت نسل Z

میانگین	
میانگین	سوال
۴,۵۵	قدرت انتقال مطلب و آشنایی با موضوع
۴,۴۵	بیان روشن اهداف دوره آموزشی
۴,۶۴	توانایی مدیریت و کنترل کلاس درس
۴,۵۵	میزان پاسخگویی به سوالات
۴,۴۵	میزان تسلط علمی به محتوای دوره
۴,۴۸	استفاده از رسانه‌های نوین آموزشی
۴,۴۸	کیفیت فضای مجازی و محل تشکیل کلاسها
۴,۶۴	نحوه اطلاع رسانی برگزاری دوره
۴,۵۲	شروع و خاتمه به موقع کلاس
۴,۴۲	تطابق زمان برگزاری دوره با زمان از پیش تعیین شده
۴,۵۸	نحوه برخورد کارکنان آموزش در پاسخگویی به فراگیران
۴,۵۲	همخوانی طول مدت دوره با محتوای آن
۴,۵۵	مشخص و در دسترس بودن اهداف و انتظارات آموزشی دوره مطالعه، انجام تکالیف، پروژه، کارگاه
۴,۴۸	میزان تناسب بین اهداف دوره و محتوای آموزش داده شده
۴,۵۲	میزان ارزیابی مدرس از فهم و استنباط فراگیران از مطالب آموزشی
۴,۵۸	متناسب بودن منابع آموزشی و کمک آموزشی معرفی شده با موضوع و محتوای دوره
۴,۵۲	میزان ارتباط موضوع دوره با واقعیت موجود در محیط کار

مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری

دی تا اسفند ماه ۱۴۰۳ با استناد به آیین نامه و دستورالعمل اجرایی

گزارش سه ماهه کارگاه‌های آموزش حضوری و مجازی کارکنان

شاخص آماری فرم های نظرسنجی دوره شناخت و مدیریت نسل Z

جدول فراوانی سوالات گروه ارزیابی مدرس						
جمع	بسیار ضعیف	ضعیف	متوسط	خوب	عالی	تعداد
۱۹۸	۰	۰	۲۳	۲۸	۱۴۰	

جدول فراوانی سوالات گروه ارزیابی برنامه ریزی و اجرای دوره						
جمع	بسیار ضعیف	ضعیف	متوسط	خوب	عالی	تعداد
۱۶۵	۰	۱	۱۴	۳۱	۱۱۴	

جدول فراوانی سوالات گروه ارزیابی ساختار و محتوای دوره						
جمع	بسیار ضعیف	ضعیف	متوسط	خوب	عالی	تعداد
۱۹۸	۰	۱	۲۷	۳۰	۱۳۸	



دانشگاه بیرجند
UNIVERSITY OF BIRJAND



مدیریت برنامه، بودجه و تحول اداری

دی تا اسفند ماه ۱۴۰۳ با استناد به آیین نامه و دستورالعمل اجرایی

گزارش سه ماهه کارگاه‌های آموزش حضوری و مجازی کارکنان دانشگاه بیرجند

