



جمعية التنمية الأهلية  
بالمعابدة-بمكة المكرمة

# برامج ومشاريع

جمعية التنمية الأهلية بالمعابدة بمكة المكرمة  
للعام ٢٠٢٢ م

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



## ◀ اسم البرنامج : التميز في سوق العمل

بداية التنفيذ

شهر مارس

مدة المشروع

شهر

عدد المستفيدين

٤١٩

الفئة المستهدفة

الباحثات عن عمل

عدد الدورات

٧

التكلفة الإجمالية

١١,١١١

الأهداف المحددة

- أن تحدد المشاركة مسارها المهني. أن توازن المشاركة بين الحياة والعمل.
- أن تطبق المشاركة المهارات الشخصية المهنية المناسبة. أن تمارس المشاركة فنون التواصل المتقدمة.
- أن تطبق المشاركة فنون العرض واللقاء.



# تقارير دورات التميز في سوق العمل

اسم الدورة :

1. دورة تطوير الأداء الوظيفي

المدربة :

أ. أريج الغامدي

يوم الثلاثاء بتاريخ ٩ / ٣ / ٢٠٢٢م

الساعة: ٥ إلى ٧ مساءً

## الاستعدادات الأولية لإقامة الدورة

طباعة شهادة شكر للمدربة

نشر الإعلان

تجهيز قاعة زووم

## هدف الدورة

تهدف الدورة إلى تثقيف وتطوير الأداء الوظيفي لدى الفتيات ومساعدتهم على التميز في المجال الإداري والقيادي

عدد الحضور

٦٠

الفئة المستهدفة

الباحثات عن عمل

## نبذة عن الدورة

التميز وعلاقته  
بالرضا والانتماء  
الوظيفي

صفات التميز  
الوظيفي

كيفية امتلاك  
مهارات التميز  
الوظيفي

مفهوم التميز  
والتطوير  
الوظيفي

السلبيات

لا يوجد

الإيجابيات

تفاعل المتدربات  
مع المدربة خلال  
اللقاء



# تقارير دورات التميز في سوق العمل

اسم الدورة :

2. دورة مهارات التواصل الفعال

المدربة :

أ. أريج الغامدي

يوم الثلاثاء بتاريخ ٨ / ٣ / ٢٠٢٢م

الساعة: ٥ إلى ٧ مساءً

## الاستعدادات الأولية لإقامة الدورة

طباعة شهادة شكر للمدربة

نشر الإعلان

تجهيز قاعة زووم

## هدف الدورة

تهدف الدورة إلى تثقيف الفتيات الباحثات عن عمل في مجال العلاقات وأهمية التواصل الفعال في الحياة الاجتماعية وبيئة العمل

عدد الحضور

٥٥

الفئة المستهدفة

الباحثات عن عمل

## نبذة عن الدورة

كيف اكتسب  
كاريزما التحدث  
والإقناع والإنصات

العوامل  
المؤثرة في  
التواصل  
الفعال

عناصر  
الاتصال  
الفعال

أهمية  
الاتصال  
الفعال

السلبيات

لا يوجد

الإيجابيات

تفاعل المتدربات  
مع المدربة خلال  
اللقاء



# تقارير دورات التميز في سوق العمل

اسم الدورة :

3. كتابة السيرة الذاتية

المدربة :

أ. حسن أحمد الزهراني

يوم الثلاثاء بتاريخ ٢٣ / ٣ / ٢٠٢٢م

الساعة: ٧ إلى ١٠ مساءً

## الاستعدادات الأولية لإقامة الدورة

طباعة شهادة شكر للمدربة

نشر الإعلان

تجهيز قاعة زووم

## هدف الدورة

تهدف الدورة إلى تثقيف وتزويد الخريجين والباحثين عن عمل بمهارات سوق العمل

عدد الحضور

٥٣

الفئة المستهدفة

الباحثين عن عمل

## نبذة عن الدورة

نماذج كتابة  
السيرة الذاتية

خطوات كتابة  
السيرة الذاتية

تنسيق  
السيرة الذاتية

عناصر  
السيرة الذاتية

هيكلية  
السيرة الذاتية

أهمية  
السيرة الذاتية

### السلبيات

لا يوجد

### الإيجابيات

تفاعل المتدربين  
مع المدرب خلال  
اللقاء



# تقارير دورات التميز في سوق العمل

اسم الدورة :

4. مهارات الالتحاق بسوق العمل

المدربة :

أ. عبدالله الغامدي

يوم الثلاثاء بتاريخ ٢٨ / ٣ / ٢٠٢٢م

الساعة: ٧ إلى ١٠ مساءً

## الاستعدادات الأولية لإقامة الدورة

طباعة شهادة شكر للمدربة

نشر الإعلان

تجهيز قاعة زووم

## هدف الدورة

تهدف الدورة إلى تثقيف وتزويد الخريجين والباحثين عن عمل بمهارات سوق العمل

عدد الحضور

٤٤

الفئة المستهدفة

الباحثين عن عمل

## نبذة عن الدورة

كيفية اجتياز  
المقابلة الشخصية

التعرف على أحدث  
الأساليب للبحث  
عن الوظائف

التعرف على أسرع  
الطرق لتسويق  
السيرة الذاتية

ملف  
الإنجاز  
الالكتروني

كتابة  
السيرة الذاتية

### السلبات

لا يوجد

### الإيجابيات

تفاعل المتدربين  
مع المدرب خلال  
اللقاء



# تقارير دورات التميز في سوق العمل

اسم الدورة :

5. مقدمة في الاكسل

مقدم الدورة :

شراكة مع جمعية الشرائع.

المدربة :

أ. زوزو الساري

يوم الأربعاء بتاريخ ٣٠ / ٣ / ٢٠٢٢م

الساعة: ٦ إلى ٩ مساءً

## الاستعدادات الأولية لإقامة الدورة

نشر الإعلان

طباعة شهادة شكر للمدربة

جوائز مالية بقيمة 300

ضيافة

تجهيز صالة التدريب

## هدف الدورة

تهدف الدورة إلى تثقيف الخريجات والباحثات عن عمل بمهارات العمل على برنامج الاكسل

عدد الحضور

١٥

الفئة المستهدفة

الباحثات عن عمل

## نبذة عن الدورة

كيفية عمل  
الصيغة

ماهي الصيغة

إنشاء جداول  
اكسل

نماذج اكسل

تعريف بواجهة  
اكسل

### السلبيات

لا يوجد

### الإيجابيات

تفاعل المتدربين  
مع المدرب خلال  
اللقاء





# تقارير دورات التميز في سوق العمل

اسم الدورة :

6. القيادة الإبداعية

المدربة :

أ. ريم الأسمرى

يوم الخميس بتاريخ ٢٤ / ١١ / ٢٠٢٢م

الساعة: ٥ إلى ٧ مساءً

## الاستعدادات الأولية لإقامة الدورة

طباعة شهادة شكر للمدربة

نشر الإعلان

تجهيز قاعة زووم

## هدف الدورة

إبراز معنى القيادة الإبداعية ومفاهيمها ونظرياتها

عدد الحضور

١٠٥

الفئة المستهدفة

الموظفين والباحثين عن عمل

## نبذة عن الدورة

برامج عالمية  
وأساليب الإبداع  
الحديثة

القيادة الإبداعية  
وقيادة التغيير

نظريات القيادة

القيادة الإبداعية  
والإبداع الإداري

فهم الصفات  
الشخصية والمهارات  
القيادية المطلوبة  
للقائد

مفاهيم وصفات  
القيادة الإبداعية

السلبيات

لا يوجد

الإيجابيات

تفاعل المتدربين  
مع المدرب خلال  
اللقاء

● انتهاء الدورة في توقيتها المناسب ٧ مساءً



# تقارير دورات التميز في سوق العمل

اسم الدورة :

7. الموارد البشرية

المدربة :

أ. عفاف البقمي

يوم الأحد والاثنين بتاريخ ٢٠-٢١ / ١١ / ٢٠٢٢م

الساعة: ٧ إلى ٩ مساءً

## الاستعدادات الأولية لإقامة الدورة

طباعة شهادة شكر للمدربة

نشر الإعلان

تجهيز قاعة زووم

## هدف الدورة

استعراض مفهوم وتطور الموارد البشرية والتوجهات المعاصرة لها

عدد الحضور

٨٧

الفئة المستهدفة

الموظفين و الباحثين عن عمل

## نبذة عن الدورة

التوجهات  
المعاصرة في إدارة  
الموارد البشرية

مهارات تصميم  
وبناء الصور  
الذهنية للمنشأة

مدخل إلى تحليل  
وتوصيف وظائف  
الموارد البشرية

تطور النظرية  
والتطبيق في إدارة  
الموارد البشرية

مفهوم إدارة  
الموارد البشرية

مقدمة في الإدارة  
ومفهومها

السلبيات

لا يوجد

الإيجابيات

تفاعل المتدربين  
مع المدرب خلال  
اللقاء

● انتهاء الدورة في توقيتها المناسب ١٠ مساءً



## اسم البرنامج : بسمة فرح

بداية التنفيذ

شهر أبريل

مدة المشروع

شهرين

عدد المستفيدين

٥٠

الفئة المستهدفة

الأطفال من عمر ٧ إلى ١١

عدد الدورات

٣

التكلفة الإجمالية

٧٧٧٨

### الأهداف المحددة

- بناء الأطفال بناءً سويًا ، وفق منهج شمولي ، وبرامج محددة.
- تربية الروح الجماعية لدى الأطفال ، وتنمية قدراتهم ومواهبهم ، ومساعدتهم على التكيف الاجتماعي ، والمساهمة الإيجابية البناءة.
- رفع مستوى الأطفال الفكري والتربوي ، وتنشيطهم على التعلم والبحث والإبداع.
- شغل أوقات فراغ الأطفال بالأنشطة المفيدة والبرامج الهادفة



## تقارير دورات بسمة فرح

اسم الدورة :

1. القاعدة النورانية ( عن بعد )

المدربة :

أ. رحمة الفتاوي

يوم الثلاثاء - الخميس بتاريخ ١٢-٢١ / ٤ / ٢٠٢٢م

الساعة: ١٠:٣٠ مساءً إلى ١٢:٣٠ صباحًا

### الاستعدادات الأولية لإقامة الدورة

طباعة شهادة شكر للمدربة

نشر الإعلان

تجهيز قاعة زووم

### هدف الدورة

تقوية الطفل في القراءة والكتابة وقراءة القرآن الكريم خاصة

عدد الحضور

١٦

الفئة المستهدفة

الأطفال

### نبذة عن الدورة

تحسين الخط لدى  
الطفل

إتقان قراءة  
الحروف بالحركات  
المختلفة

تعليم الطفل  
الحروف  
والتمييز بينها

السلبات

لا يوجد

الإيجابيات

تفاعل المتدربين  
مع المدرب خلال  
اللقاء

● انتهاء الدورة في توقيتها المناسب ١٢:٣٠ صباحًا

## تقارير دورات بسمة فرح

### اسم الدورة :

2. كيف أحسن نفسي من السلوكيات التي تضايقتني

### المدربة :

أ. أسماء الهاشمي

يوم الأربعاء بتاريخ ١٩ / ١ / ١٤٤٤هـ

الساعة: ٥:٠٠ إلى ٧:٠٠ مساءً

### الاستعدادات الأولية لإقامة الدورة

طباعة شهادة شكر للمدربة

نشر الإعلان

تجهيز قاعة زووم

### هدف الدورة

تثقيف الطفل بسلوكيات الخاطئة وتفهم الأولياء بالتعامل معها

### عدد الحضور

٢٦

### الفئة المستهدفة

الأطفال واوليائهم

### نبذة عن الدورة

رفع الوازع الديني  
لدى الأطفال  
وترسيخ مراقبة الله  
ثم الذات

طريقة التعامل مع  
أي موقف يزعج  
الطفل

زرع مفهوم الحفاظ  
على جسمه ونفسه  
من التحرش  
والإيذاء الجسدي  
واللفظي

تعريف الطفل  
بكيفية التعامل مع  
الأخرين والتعبير عن  
آرائهم ورفضهم بشكل  
مهذب

### السلبيات

لا يوجد

### الإيجابيات

تفاعل المتدربين  
مع المدرب خلال  
اللقاء



## تقارير دورات بسمة فرح

اسم الدورة :

3. مالذي أفعله عند الغضب

المدربة :

أ. ابتهاج طلال نجار

يوم الثلاثاء بتاريخ ٣ / ٢ / ١٤٤٤هـ



الساعة: ٦:٠٠ إلى ٨:٠٠ مساءً

### الاستعدادات الأولية لإقامة الدورة

طباعة شهادة شكر للمدربة

نشر الإعلان

تجهيز قاعة زووم

### هدف الدورة

مساعدة الأطفال بأساليب يمارسونها عند الغضب

عدد الحضور

٨

الفئة المستهدفة

الأطفال

### نبذة عن الدورة

حلول سحرية  
رائعة في كيفية  
التعامل مع غضب  
الأطفال

طرق يعبر فيها  
الطفل عن غضب

تعريف الطفل بما  
هو الغضب وما هي  
الأسباب التي  
تجعله يغضب

تعليم الطفل  
مهارات تواصل  
اجتماعية

تعريف الطفل  
بمهارات التواصل  
الجيد

### السلبيات

لا يوجد

### الإيجابيات

تفاعل المتدربين  
مع المدرب خلال  
اللقاء



## ◀ اسم البرنامج : بصمة فرح

بداية التنفيذ

شهر مارس

مدة المشروع

شهر

عدد المستفيدين

٩٢

الفئة المستهدفة

الأطفال

عدد الدورات

٤

التكلفة الإجمالية

٧٧٧٨

### الأهداف المحددة

- تنمية مهارات التواصل مع الآخرين من خلال الألعاب الجماعية.
- تقوية الجانب اللغوي من خلال فقرات البرنامج.
- التركيز على الألعاب التي تزيد من قدرة التركيز.
- تحقيق الهدوء النفسي والوجداني للأطفال بأنه جزء من المجتمع معرف به بيننا.



# تقارير دورات بصمة فرح

## اسم الدورة :

1. حياة سليمة لطفل مدهش

## المدربة :

أ. أسماء الهاشمي

يوم الثلاثاء بتاريخ ٢٩ / ٣ / ٢٠٢٣ م



الساعة: ٤:٠٠ إلى ٧:٠٠ مساءً

## هدف الدورة

يهدف البرنامج إلى تعزيز مهارات الطفل ومواجهة السلوكيات ودور الأم في ذلك

## عدد الحضور

٢٥

## الفئة المستهدفة

الأطفال وأمهاتهم من جمعية كهاتين

## نبذة عن الدورة

تعزيز دور الطفل تجاه الأم و  
تكوين مفاهيم ومبادئ ذات  
قيمة لديه عن طريق استخدام  
استراتيجية القصص  
والمحاور بين الأطفال

دور الأم في تعزيز  
مهارات الطفل  
وثقته بنفسه خلال  
هذه المرحلة

كيفية مواجهة  
المشاكل  
السلوكية في هذه  
المرحلة العمرية

تنمية مهارات الأطفال  
خلال مرحلة الطفولة  
المبكرة للجانب ( الحسي ،  
الحركي، المعرفي ،  
الجسمي ، النفسي )

## السلبيات

لا يوجد

## الإيجابيات

تفاعل المتدربين  
مع المدرب خلال  
اللقاء

● انتهاء الدورة في توقيتها المناسب ٧:٠٠ مساءً





## تقارير دورات بصمة فرح

### اسم الدورة :

2. دورة الفونتكس للحروف

### المدربة :

أ. أسماء الهاشمي

يوم الثلاثاء بتاريخ ١٨ / ١٠ / ١٤٤٣ هـ



الساعة: ٥:٠٠ إلى ٧:٠٠ مساءً

### هدف الدورة

التعرف على أصوات الفونتكس وربط الأحرف بالكلمات

### عدد الحضور

٢٥

### الفئة المستهدفة

الأطفال وأمهاتهم من جمعية كهاتين

### نبذة عن الدورة

ربط الأحرف  
بكلمات تبدأ بنفس  
الحرف

التعرف على  
أصوات الأحرف  
مفردة وداخل  
الكلمة

تعرف الطفل على  
مجموعات  
الفونتكس

### السلبيات

لا يوجد

### الإيجابيات

تفاعل المتدربين  
مع المدرب خلال  
اللقاء

● انتهاء الدورة في توقيتها المناسب ٧:٠٠ مساءً



## تقارير دورات بصمة فرح

اسم الدورة :

3. حياة سعيدة مع طفلي

المدربة :

أ. أسماء الهاشمي

يوم الإثنين بتاريخ ٢ / ٢ / ١٤٤٤ هـ



الساعة: ٦:٠٠ إلى ٨:٠٠ مساءً

### الاستعدادات الأولية لإقامة الدورة

طباعة شهادة شكر للمدربة

نشر الإعلان

### هدف الدورة

تعريف الأمهات بكيفية التواصل مع أطفالهم وتثقيفهم بأساليب رائعة في التربية

عدد الحضور

٣٥

الفئة المستهدفة

الأمهات

### نبذة عن الدورة

حلقة نقاش  
مفتوحة

استراتيجيات  
تعديل سلوك  
الأطفال غير  
المرغوب فيها

زرع مبادئ التربية  
السليمة للطفل

كيفية التعامل  
مع سلوكيات  
طفلي المزجة

السلبيات

لا يوجد

الإيجابيات

تفاعل المتدربين  
مع المدرب خلال  
اللقاء



## تقارير دورات بصمة فرح

### اسم الدورة :

4. هيا نهج لبداية جديدة

### المدربة :

أ. أسماء الهاشمي

يوم الأربعاء بتاريخ ١٤٤٤ / ٢ / ٤ هـ



الساعة: ٦:٠٠ إلى ٨:٠٠ مساءً

### الاستعدادات الأولية لإقامة الدورة

طباعة شهادة شكر للمدربة

نشر الإعلان

### هدف الدورة

تجهيز الأطفال بأساليب تساعد على الاستعداد للمدرسة

### عدد الحضور

٧

### الفئة المستهدفة

الأطفال

### نبذة عن الدورة

حلقة نقاش مفتوحة  
للتعبير عن آرائهم

كيف يطور  
مهاراته وهواياته

كيفية تكوين علاقات  
صداقة جيدة

تكوين مفاهيم  
للطفل بكيفية بدء  
سنة دراسية جديدة  
مليئة بالهمة  
والنشاط والإنجاز

### السلبيات

لا يوجد

### الإيجابيات

تفاعل المتدربين  
مع المدرب خلال  
اللقاء



## ◀ اسم البرنامج : مهارات إدارة الحياة

بداية التنفيذ

شهر شوال

مدة المشروع

شهرين

عدد المستفيدين

١٥٠

الفئة المستهدفة

طالبات المدارس والجامعات

عدد الدورات

٣

التكلفة الإجمالية

٨٨٨٩

### الأهداف المحددة

- أن تتعلم المتدربة المهارات الاجتماعية و مهارات سوق العمل و مهارات العمل المشترك من خلال الأنشطة المقدمة خلال البرنامج.
- أن تتقن المتدربة ماهية هذه المهارات وكيفية تطبيقها في الواقع الاجتماعي من خلال النماذج التطبيقية.
- أن تتقن المتدربة ثقافة المهارات الحياتية بين أقرانها بعد إتقانها كل مهارة من خلال وسائل التواصل الاجتماعي.

# تقارير دورات مهارات إدارة الحياة

اسم الدورة :

1. فن إدارة الخلافات و المشكلات

المدربة :

أ. أماني القاضي

يوم الإثنين- الثلاثاء بتاريخ ٢٣-٢٤ / ١٠ / ١٤٤٣ هـ

الساعة: ٥:٠٠ إلى ٨:٠٠ مساءً

## الاستعدادات الأولية لإقامة الدورة

طباعة شهادة شكر للمدربة

نشر الإعلان

## هدف الدورة

أنت تتعلم المتدربة المهارات الاجتماعية و الحياتية التي تمكنها من حل المشكلات التي تواجهها

عدد الحضور

٤٠

الفئة المستهدفة

النساء

## نبذة عن الدورة

ماذا لو لم  
تتمكن من حل  
المشكلة

السلوكيات  
السببة المهدمة  
للعلاقة

السلوكيات  
السببة المعمرة  
للعلاقة

فن الحوار  
الهادف أثناء  
الخلاف

دور الوعي وفهم  
الذات والآخر

متى يكون  
الخلاف مشكلة

السلبيات

لا يوجد

الإيجابيات

تفاعل المتدربين  
مع المدرب خلال  
اللقاء



# تقارير دورات مهارات إدارة الحياة

اسم الدورة :

2. الذكاء العاطفي

المدربة :

أ. اريج الغامدي

يوم الثلاثاء بتاريخ ٢١ / ١٠ / ١٤٤٣ هـ



الساعة: ٥:٠٠ إلى ٧:٠٠ مساءً

## الاستعدادات الأولية لإقامة الدورة

طباعة شهادة شكر للمدربة

نشر الإعلان

## هدف الدورة

تحفيز التنمية الذاتية والتطوير

## عدد الحضور

٨٠

## الفئة المستهدفة

جميع الفئات

## نبذة عن الدورة

بنك المشاعر لأداء  
وظيفي متميز و علاقات  
وظيفية ناجحة

كيفية رفع مستوى  
الذكاء العاطفي

أهمية التمتع بالذكاء  
العاطفي في بيئة العمل  
لتطوير مهارات  
الموظفين

مفهوم الذكاء  
العاطفي و الذكاء  
العقلي

### السلبيات

لا يوجد

### الإيجابيات

تفاعل المتدربين  
مع المدرب خلال  
اللقاء

● انتهاء الدورة في توقيتها المناسب ٧:٠٠ مساءً



# تقارير دورات مهارات إدارة الحياة

اسم الدورة :

3. المهارات الداخلية والإدارية للموظفين

المدربة :

أ. اريج الغامدي

يوم الأحد والإثنين بتاريخ ٢٠-٢١ / ١١ / ١٤٤٣ هـ



الساعة: ٥:٠٠ إلى ٧:٠٠ مساءً

## هدف الدورة

المهارات الداخلية والإدارية للموظفين

## عدد الحضور

٣٠

## الفئة المستهدفة

الموظفين وأصحاب العمل

## نبذة عن الدورة

تحسين الأداء علمياً  
وعملياً ورفع الكفاءة  
الذاتية بفعالية  
واحتراف

تنمية المهارات  
والاتجاهات وأسرار لغة  
الجسد لدى الموظفين

مهارات فعالة  
ومتميزة لتطوير  
بيئة العمل

## السلبيات

لا يوجد

## الإيجابيات

تفاعل المتدربين  
مع المدرب خلال  
اللقاء

● انتهاء الدورة في توقيتها المناسب ٧:٠٠ مساءً



## ◀ اسم البرنامج : جدد ذاتك

بداية التنفيذ

شهر ذي الحجة

مدة المشروع

شهرين

عدد المستفيدين

١٧٨

الفئة المستهدفة

الفتيات

عدد الدورات

٤

التكلفة الإجمالية

٨٨٨٩

### الأهداف المحددة

- توفير محضن آمن للفتيات لتلبية احتياجاتهن الثقافية والعلمية والترفيهية.
- تنمية وتطوير مهارات الفتيات المتعددة.
- عقد لقاءات وورش عمل ودورات ترفع من مكانة الفتاة في مجتمعها وتزيد من تألقها وتميزها.
- تنفيذ زيارات و استضافات لجهات تخدم أهداف المشروع وقيم اللجنة





## تقارير دورات جدد ذاتك

اسم الدورة :

1. صناعة التغيير

المدربة :

أ. أمال أبو العلا

يوم الثلاثاء بتاريخ ٦ / ١٢ / ١٤٤٣ هـ



الساعة: ٧:٠٠ إلى ٩:٠٠ مساءً

### الاستعدادات الأولية لإقامة الدورة

طباعة شهادة شكر للمدربة

نشر الإعلان

### هدف الدورة

تنمية وتطوير مهارات الفتيات المتعددة

عدد الحضور

٣٤

الفئة المستهدفة

الفتيات

### نبذة عن الدورة

خطوات  
التغيير الجيد

ما مفهوم  
صناعة التغيير

**السلبيات**

لا يوجد

**الإيجابيات**

تفاعل المتدربات  
مع المدربة خلال  
اللقاء



## تقارير دورات جدد ذاتك

اسم الدورة :

2. تقدير الذات

المدربة :

أ. سميرة سلمه

يوم الأربعاء بتاريخ ٧ / ١٢ / ١٤٤٣ هـ



الساعة: ٧:٣٠ إلى ٩:٣٠ مساءً

### الاستعدادات الأولية لإقامة الدورة

طباعة شهادة شكر للمدربة

نشر الإعلان

### هدف الدورة

تنمية وتطوير مهارات النساء المتعددة

### عدد الحضور

٦٠

### الفئة المستهدفة

النساء

### نبذة عن الدورة

الدورة التي ستعرفك بأنه لكي تنجح في الحياة وتحققي ما تريدين فعليك أولاً أن تتعلمي (تقدير الذات) عبر ثلاث خرائط ستقودك نحو الهدف

#### السلبات

لا يوجد

#### الإيجابيات

تفاعل المتدربات  
مع المدربة خلال  
اللقاء



## تقارير دورات جدد ذاتك

اسم الدورة :

3. بناء الثقة بالنفس

المدربة :

أ. رحمة فوتاوي

يوم الأربعاء بتاريخ ٢٨ / ١٢ / ١٤٤٣ هـ



الساعة: ٧:٠٠ إلى ٩:٠٠ مساءً

### الاستعدادات الأولية لإقامة الدورة

طباعة شهادة شكر للمدربة

نشر الإعلان

### هدف الدورة

تنمية وتطوير مهارات النساء المتعددة

عدد الحضور

٤٤

الفئة المستهدفة

النساء

### نبذة عن الدورة

اثار الثقة في  
النفس

نماذج  
للواثقين

مصادر الثقة  
بالنفس

ما هي الثقة  
بالنفس؟

**السلبيات**

لا يوجد

**الإيجابيات**

تفاعل المتدربات  
مع المدربة خلال  
الدورة



## تقارير دورات جدد ذاتك

اسم الدورة :

4. أنماط الشخصية

المدربة :

أ. عفاف شرف جمال

يوم الخميس بتاريخ ٨ / ١٢ / ١٤٤٣ هـ



الساعة: ٧:٠٠ إلى ٩:٠٠ مساءً

### الاستعدادات الأولية لإقامة الدورة

طباعة شهادة شكر للمدربة

نشر الإعلان

### هدف الدورة

تنمية وتطوير مهارات النساء المتعددة

### عدد الحضور

٤٠

### الفئة المستهدفة

النساء

### نبذة عن الدورة

الأنماط المختلفة  
للشخصيات وأهمية  
التعامل معها

لماذا نتعرف على  
الشخصيات

مفهوم  
الشخصية

### السلبيات

لا يوجد

### الإيجابيات

تفاعل المتدربات  
مع المدربة خلال  
الدورة



## ◀ اسم البرنامج : بيت سعيد

### بداية التنفيذ

شهر صفر

### مدة المشروع

سنة

### عدد المستفيدين

٨٠

### الفئة المستهدفة

المجتمع النسائي

### عدد الدورات

٣

### التكلفة الإجمالية

١١١١

### الأهداف المحددة

- إبراز أهمية الحوار الأسري بصفته قناة للتواصل بين أفراد الأسرة ودورة في مواجهة الانحرافات السلوكية والفكرية.
- إشاعة ثقافة الحوار الأسري في المجتمع ، وتحقيق الاستقرار الأسري.
- تفعيل التدريب على ثقافة الحوار الأسري من خلال إقامة شراكات مع المؤسسات المختصة للأسرة.



## تقارير دورات بيت سعيد

اسم الدورة :

1. الأمومة والتربية

المدربة :

أ. مسفرة جارالله الحارثي

يوم الخميس بتاريخ ١٩ / ٢ / ١٤٤٤ هـ



الساعة: ٥:٣٠ إلى ٩:٣٠ مساءً

### الاستعدادات الأولية لإقامة الدورة

طباعة شهادة شكر للمدربة

نشر الإعلان

ضيافة

تجهيز صالة التدريب

### هدف الدورة

إبراز دور الأم في الأسرة وكيفية اتباع مهارات تربوية سليمة وإخراج جيل نافع ومثمر

عدد الحضور

٥

الفئة المستهدفة

المجتمع النسائي

### نبذة عن الدورة

جلسات استشارية  
وحوار لمناقشة  
المشاكل وحلها

فن تعامل الأم مع  
وسائل التواصل

إدارة الأوقات  
الأسرية

التعرف على المهارات  
التربوية

السلبيات

لا يوجد

الإيجابيات

تفاعل المتدربات  
مع المدربة خلال  
الدورة



## تقارير دورات بيت سعيد

اسم الدورة :

2. دور الأسرة في حياة ذوي الإعاقة

المدربة :

أ. أسماء الهاشمي

يوم الأحد بتاريخ ٢٣ / ٢ / ١٤٤٤ هـ



الساعة: ٥:٣٠ إلى ٨:٣٠ مساءً

### الاستعدادات الأولية لإقامة الدورة

طباعة شهادة شكر للمدربة

نشر الإعلان

ضيافة

تجهيز صالة التدريب

### هدف الدورة

إبراز دور الأسرة وكيفية اتباع مهارات تربوية سليمة وإخراج جيل نافع ومثمر

### عدد الحضور

٧٠

### الفئة المستهدفة

الأسرة

### نبذة عن الدورة

حلقة نقاش  
للاستشارات

دور الأسرة في رفع  
جودة حياة ذوي  
الإعاقة

التعرف على  
خصائص الإعاقات

### السلبات

لا يوجد

### الإيجابيات

تفاعل المتدربات  
مع المدربة خلال  
الدورة



## تقارير دورات بيت سعيد

اسم الدورة :

3. أسرار السعادة الزوجية

المدربة :

أ. أمال البيشي

يوم الإثنين بتاريخ ٢٣ / ٢ / ١٤٤٤ هـ



الساعة: 7:00 إلى 9:30 مساءً

### الاستعدادات الأولية لإقامة الدورة

طباعة شهادة شكر للمدربة

نشر الإعلان

ضيافة

تجهيز صالة التدريب

### هدف الدورة

التعرف على ماهية الزواج وكيفية ارتفاع السعادة والاستقرار في العلاقة الزوجية

### عدد الحضور

٥

### الفئة المستهدفة

المتزوجات والمقبلات على الزواج

### نبذة عن الدورة

حلقة نقاش مفتوحة

مفهوم الرجولة عند النساء

التناغم الأسري

كيفية الحصول على السعادة الزوجية

أركان الزواج الصحية

معنى كلمة زواج

### السلبات

لا يوجد

### الإيجابيات

تفاعل المتدربات مع المدربة خلال الدورة





## اسم البرنامج : فرشة و ورقة

بداية التنفيذ

شهر محرم

مدة المشروع

شهرين

عدد المستفيدين

٩٤

الفئة المستهدفة

سيدات المجتمع

عدد الدورات

٥

التكلفة الإجمالية

٨٨٨٩

### الأهداف المحددة

- تشجيع ثقافة تعلم الحرف اليدوية.
- تحفيز المجتمع لتأسيس الاستثمارات الأعمال اليدوية.
- مساعدة ذوي الخبرة في تطوير خبراتهم واستثمارها استثمار مالي يعود بالداخل عليهم.
- إيجاد قنوات تساعد على سقل مواهبهم ومتابعة تعلمها.



## تقارير فرشة و ورقة

### اسم الدورة :

1. أساليب التعرف على الموهوبين ورعايتهم

### المدربة :

أ. أمال الأحمدى

يوم الإثنين بتاريخ ١٩ / ١ / ١٤٤٤ هـ



الساعة: ٧:٣٠ إلى ٩:٠٠ مساءً

### الاستعدادات الأولية لإقامة الدورة

طباعة شهادة شكر للمدربة

نشر الإعلان

ضيافة

تجهيز صالة التدريب

### هدف الدورة

معرفة الموهبة وكيفية الاستفادة منها واستثمارها.

### عدد الحضور

٣٥

### الفئة المستهدفة

سيدات المجتمع

### نبذة عن الدورة

أساليب تنمية الموهبة ورعايتها

بماذا يتميز الموهوبين

مجالات الموهبة

هل الطفل الموهوب متفوق؟

تعريف الموهبة والإبداع

### السلبات

لا يوجد

### الإيجابيات

تفاعل المتدربات مع المدربة خلال الدورة



## تقارير فرشة و ورقة

### اسم الدورة :

2. ورشة مهارة الريزن

### المدربة :

أ. أزهار المري

يوم الإثنين-الثلاثاء بتاريخ ٩-١٠ / ٢ / ١٤٤٤ هـ

الساعة: ٥:٣٠ إلى ٩:٣٠ مساءً

### الاستعدادات الأولية لإقامة الدورة

طباعة شهادة شكر للمدربة

نشر الإعلان

ضيافة

تجهيز صالة التدريب

### هدف الدورة

تعريف المتدربات بكل ما يخص مهارة الريزن وإخراج مخرجات تفيد في بناء مشاريع شخصية.

### عدد الحضور

١٦

### الفئة المستهدفة

الفتيات من ١٥ الى ٢٥

### نبذة عن الدورة

- تعريف مادة الريزن وأنواعها ونسب الخلط
- التعرف على الأدوات المستخدمة مع الريزن والأسطح المناسبة
- التعرف على الألوان المناسبة مع الريزن
- حل مشكلات الريزن أثناء العمل والأخطاء الشائعة
- السلامة في ورشة العمل
- صناعة حجر الجيود واستخداماتها
- شرح طريقة الترخيم
- عمل كوسترات للأكواب
- عمل فواصل للكتب
- عمل طقم ضيافة

### السلبات

لا يوجد

### الإيجابيات

تفاعل المتدربات  
مع المدربة خلال  
الورشة



## تقارير فرشة و ورقة

اسم الدورة :

3. ورشة مهارة التطريز

المدربة :

أ. ليلي الشهرلي

يوم الأربعاء بتاريخ ١١ / ٢ / ١٤٤٤ هـ



الساعة: ٥:٣٠ إلى ٩:٣٠ مساءً

### الاستعدادات الأولية لإقامة الدورة

طباعة شهادة شكر للمدربة

نشر الإعلان

ضيافة

تجهيز صالة التدريب

### هدف الدورة

تعريف المتدربات بأساسيات التطريز وعمل غرز رئيسية.

### عدد الحضور

١١

### الفئة المستهدفة

الفتيات من ١٥ الى ٢٥

### نبذة عن الدورة

- أساسيات فن التطريز والتعرف على الأدوات والخامات اللازمة (أنواع الخيوط ، القماش ، وغيرها).
- تعلم الغرز الرئيسية للتطريز ( الحشو ، العنكبوت ، العقدة الفرنسية وغيرها).
- طرق نقل أي رسمة على القماش.
- تقنيات مميزة ومختلفة في عالم التطريز.
- كيف تبدأ المتدربة مشروعها الخاص.

### السلبات

لا يوجد

### الإيجابيات

تفاعل المتدربات  
مع المدربة خلال  
الورشة



## تقارير فرشة و ورقة

### اسم الدورة :

4. ورشة مهارة الكروشيه

### المدربة :

أ. أماني فطاني

يوم الخميس بتاريخ ١٣ / ٢ / ١٤٤٤ هـ



الساعة: ٥:٣٠ إلى ٩:٣٠ مساءً

### الاستعدادات الأولية لإقامة الدورة

طباعة شهادة شكر للمدربة

نشر الإعلان

ضيافة

تجهيز صالة التدريب

### هدف الدورة

تعريف المتدربات بأساسيات الكروشيه وإخراج أعمال يدوية

### عدد الحضور

١٤

### الفئة المستهدفة

الفتيات من ١٥ الى ٢٥

### نبذة عن الدورة

- معرفة أنواع الخيوط التي تسمى بخيوط البوفي ( alize buffy )
- معرفة كيفية إدخال الحلقات بالخيوط
- تعلم أكثر من غرزة بخيوط البوفي
- تعلم عمل بطانيات - قبعات - شال.
- تطبيق عملي للمتدربات
- معرفة عمل مشاريع منها وتسعير

### السلبات

لا يوجد

### الإيجابيات

تفاعل المتدربات  
مع المدربة خلال  
الورشة



## تقارير فرشة و ورقة

### اسم الدورة :

5. ورشة مهارة الرسم

### المدربة :

أ. ود خالد زقزوق

يوم الخميس بتاريخ ١٥-١٦ / ٢ / ١٤٤٤ هـ



الساعة: ٥:٣٠ إلى ٩:٣٠ مساءً

### الاستعدادات الأولية لإقامة الدورة

طباعة شهادة شكر للمدربة

نشر الإعلان

ضيافة

تجهيز صالة التدريب

### هدف الدورة

اخراج مخرجات فنية وإبداعية

### عدد الحضور

١٨

### الفئة المستهدفة

الفتيات من ١٥ الى ٢٥

### نبذة عن الدورة

- التعرف على أنواع الخامات وطرق تأسيسها.
- التعرف على الخامات المناسبة للرسم.
- دمج أكثر من خامة مختلفة.
- معالجة عيوب العمل وطريقة إخراجها بطرق فنية.
- عمل لوحات فنية بخامات مختلفة.
- التعرف على الألوان المناسبة للرسم والتلوين بطرق معاصرة حديثة.

### السلبات

لا يوجد

### الإيجابيات

تفاعل المتدربات  
مع المدربة خلال  
الورشة



## اسم البرنامج : إبدأ مشروعك معنا

بداية التنفيذ

ربيع الأول

مدة المشروع

شهرين

عدد المستفيدين

٣٣

الفئة المستهدفة

أصحاب الأسر المنتجة

عدد الدورات

٣

التكلفة الإجمالية

١١١١

### الأهداف المحددة

- تشجيع ثقافة ريادة الأعمال.
- تحفيز المجتمع لتأسيس الاستثمارات المنزلية.
- مساعدة الأسر المنتجة لتسهم في التنمية الاقتصادية والاجتماعية.
- إيجاد قنوات تسويقية لمنتجات هذه الأسر.



# تقارير إبدأ مشروعك معنا

## اسم الدورة :

1. دراسة الجدوى للمشاريع

## المدربة :

أ. هياء العتيبي

يوم الأحد-الإثنين بتاريخ ٧-٦ / ٣ / ١٤٤٤ هـ



الساعة: ٥:٣٠ إلى ٩:٣٠ مساءً

## الاستعدادات الأولية لإقامة الدورة

طباعة شهادة شكر للمدربة

نشر الإعلان

ضيافة

تجهيز صالة التدريب

## هدف الدورة

فهم ماهو الاستثمار وأنواعه وماهي دراسة الجدوى وطريقة عملها

## عدد الحضور

١٥

## الفئة المستهدفة

المهتمات والمقبلات على المشاريع التجارية

## نبذة عن الدورة

تطبيقات عملية

دراسة جدوى المالية

دراسة جدوى تسويقية

دراسة جدوى فنية

الدراسة الذاتية  
والشخصية ( مهارات  
إدارة المشاريع)

نبذة تعريفية عن  
دراسة الجدوى

## السلبيات

لا يوجد

## الإيجابيات

تفاعل المتدربات  
مع المدربة خلال  
الدورة





# تقارير إبدأ مشروعك معنا

## اسم الدورة :

2. سوقي لمشروعك باحترافية

## المدربة :

أ. حسنة الفهمي

يوم الخميس بتاريخ ١٠ / ٣ / ١٤٤٤ هـ



الساعة: ٥:٣٠ إلى ٩:٣٠ مساءً

## الاستعدادات الأولية لإقامة الدورة

طباعة شهادة شكر للمدربة

نشر الإعلان

ضيافة

تجهيز صالة التدريب

## هدف الدورة

كيفية التسويق وأسواره وكيفية إستقطاب كافة الفرص للمشروع

## عدد الحضور

٣

## الفئة المستهدفة

من ٢٠ سنة فما فوق

## نبذة عن الدورة

- ماهو التسويق.
- الفرق بين التسويق والعلاقات العامة.
- العلاقة بين التسويق والبيع والعلاقات العامة.
- أنواع التسويق.
- الخطة التسويقية.
- التسويق بالمحتوى.
- التسويق بالعمولة.

## السلبيات

لا يوجد

## الإيجابيات

تفاعل المتدربات  
مع المدربة خلال  
الدورة



# تقارير إبدأ مشروعك معنا

## اسم الدورة :

3. كيف تنشئين متجرًا إلكترونيًا

## المدربة :

أ. زهراء معشي

يوم الثلاثاء بتاريخ ١٤ / ٣ / ١٤٤٤ هـ



الساعة: ٥:٣٠ إلى ٩:٣٠ مساءً

## الاستعدادات الأولية لإقامة الدورة

طباعة شهادة شكر للمدربة

نشر الإعلان

ضيافة

تجهيز صالة التدريب

## هدف الدورة

التعرف على منصات يمكن من خلالها إنشاء متاجر إلكترونية

## عدد الحضور

١٥

## الفئة المستهدفة

المهتمات بالتجارة الإلكترونية

## نبذة عن الدورة

- مفهوم التجارة الإلكترونية
- أساسيات بدء التجارة الإلكترونية
- كيفية اختيار المنتجات المناسبة لمتجرك
- تقييم جدوى المنتجات
- إدراك المنافسة عبر إجراء تحليل تنافسي
- تحديد واختيار المنصة المناسبة لبيع منتجاتك
- جعل عمل مربحًا

## السلبات

لا يوجد

## الإيجابيات

تفاعل المتدربات  
مع المدربة خلال  
الدورة



## ◀ اسم البرنامج : المستقبل بين أيدينا

بداية التنفيذ

شهر ربيع الأول

مدة المشروع

شهرين

عدد المستفيدين

٤٣

الفئة المستهدفة

سيدات المجتمع

عدد الدورات

٣

التكلفة الإجمالية

٨٨٨٩

### الأهداف المحددة

- تضامناً مع رؤية 2030 في تطوير المملكة العربية السعودية في التعلم الإلكتروني وتطويره.
- المساعدة في اتقان البرامج التي تخدم المجتمع بشكل كبير
- كسب حرفة تقنية يعود على صاحبها بالمال
- تحدي الأوقات الصعبة بالتقنيات الحديثة



# تقارير المستقبل بين أيدينا

## اسم الدورة :

1. احفظي انجازك في ملفك الإلكتروني

## المدربة :



أ. زهراء معشي

يوم الثلاثاء بتاريخ ٢٢ / ٣ / ١٤٤٤ هـ



الساعة: ٥:٣٠ إلى ٩:٣٠ مساءً

## الاستعدادات الأولية لإقامة الدورة

طباعة شهادة شكر للمدربة

نشر الإعلان

ضيافة

تجهيز صالة التدريب

## هدف الدورة

التعرف على كيفية عمل ملف إنجاز من خلال قوئل درايف

## عدد الحضور

١٠

## الفئة المستهدفة

فتيات المجتمع

## نبذة عن الدورة

كيفية إعداد ملف إنجاز  
إلكتروني باستخدام:  
Google + onenote

أنواع ملف الإنجاز  
الإلكتروني ومميزاته

مفهوم ملف الإنجاز  
الإلكتروني وأهميته

## السلبات

لا يوجد

## الإيجابيات

تفاعل المتدربات  
مع المدربة خلال  
الدورة



# تقارير المستقبل بين أيدينا

## اسم الدورة :

2. تصميم الفيديو بالأجهزة الذكية

## المدربة :



أ. رقية جرادي

يوم الأربعاء بتاريخ ١٦ / ٣ / ١٤٤٤ هـ



الساعة: ٥:٣٠ إلى ٩:٣٠ مساءً

## الاستعدادات الأولية لإقامة الدورة

طباعة شهادة شكر للمدربة

نشر الإعلان

ضيافة

تجهيز صالة التدريب

## هدف الدورة

تصميم مقطع فيديو بإحدى برامج الأجهزة الذكية

## عدد الحضور

٢٣

## الفئة المستهدفة

المهتمات في مجال تصميم الفيديوهات

## نبذة عن الدورة

تصميم فيديو احترافي وفقاً للهدف منه ( تطبيق عملي )

طرق دمج الصور والفيديوهات والتعديل عليها

أنواع تصميم الفيديو

التعرف على أساسيات تصميم الفيديوهات

## السلبات

لا يوجد

## الإيجابيات

تفاعل المتدربات مع المدربة خلال الدورة



# تقارير المستقبل بين أيدينا

اسم الدورة :

3. فن تصميم الإعلانات

المدربة :



أ. أوبرار مختار

يوم الأحد بتاريخ ٢٠ / ٣ / ١٤٤٤ هـ



الساعة: ٥:٣٠ إلى ٩:٣٠ مساءً

## الاستعدادات الأولية لإقامة الدورة

طباعة شهادة شكر للمدربة

نشر الإعلان

ضيافة

تجهيز صالة التدريب

## هدف الدورة

التعرف على كيفية عمل إعلان بالأفكار والخطوات ومعرفة البرامج التي تساعد على ذلك

## عدد الحضور

١٠

## الفئة المستهدفة

الراغبين في عمل مشروع خاص

## نبذة عن الدورة

تصميم شعار خاص  
(تطبيق عملي)

التعرف على الأدوات  
المستخدمة فيه

فتح حساب في  
برنامج كانفا

كيفية الحصول على  
فكرة إعلان إبداعي

مقدمة في تصميم  
الجرافيك

## السلبات

لا يوجد

## الإيجابيات

تفاعل المتدربين  
مع المدربة خلال  
الدورة



## ◀ اسم البرنامج : نادي الأوفياء

بداية التنفيذ

شهر شوال

مدة المشروع

عام كامل

عدد المستفيدين

٩٤

الفئة المستهدفة

المتقاعدات

عدد الدورات

٥

التكلفة الإجمالية

١١١١

### الأهداف المحددة

- تبادل الخبرات والمهارات بين المتقاعدات.
- إشراك المتقاعدات في أنشطة المجتمع المختلفة.
- ممارسة المتقاعدات أنشطة تطوعية وتعليمية وترويجية تلبي احتياج.
- مساعدة المتقاعدات بقضاء أوقاتهن فيما يعود عليهن بالنفع والفائدة.



# تقارير نادي الأوفياء

اسم الدورة :

1. الملافظ سعد

المدربة :

أ. كوثر عبدالفتاح

يوم الثلاثاء بتاريخ ٢٥ / ١٠ / ١٤٤٣ هـ



الساعة: ٧:٠٠ إلى ٩:٠٠ مساءً

هدف الدورة

ذكر خيرات وآفات اللسان

عدد الحضور

١٣

الفئة المستهدفة

جميع الفئات

نبذة عن الدورة

آفات اللسان

خيرات اللسان

القول في السنة

القول في كتاب الله

السلبات

لا يوجد

الإيجابيات

تفاعل المتدربات  
مع المدربة خلال  
الدورة

● انتهاء الدورة في توقيتها المناسب ٩:٠٠ مساءً





# تقارير نادي الأوفياء

## اسم الدورة :

2. فن الديكور المتميز

## المدربة :

أ. سوسن الغامدي

يوم الثلاثاء بتاريخ ٩ / ١١ / ١٤٤٣ هـ



الساعة: ٧:٣٠ إلى ٩:٣٠ مساءً

## هدف الدورة

طرح أفكار لتطوير الحس الفني في التصميم الداخلي والديكور

## عدد الحضور

١٥

## الفئة المستهدفة

جميع الفئات

## نبذة عن الدورة

- مقدمة عن التصميم الداخلي والجمال
- أثر التصميم الداخلي في معالجة الفراغات
- معالجة الأرضيات والأسقف والحوائط والإضاءة
- الألوان في التصميم الداخلي
- طراز التصميم الداخلي
- مصادر الإلهام وتكوين لوحة الأفكار
- تمرين لفراغك الخاص

### السلبيات

لا يوجد

### الإيجابيات

تفاعل المتدربات  
مع المدربة خلال  
الدورة

• انتهاء الدورة في توقيتها المناسب ٩:٣٠ مساءً



# تقارير نادي الأوفياء

اسم الدورة :

3. كيف نأكل ؟

المدربة :

أ. حصة سعيد المالكي

يوم الثلاثاء بتاريخ ١٠ / ١٠ / ١٤٤٣ هـ



الساعة: ٧:١٥ إلى ٩:٠٠ مساءً

## الاستعدادات الأولية لإقامة الدورة

طباعة شهادة شكر للمدربة

نشر الإعلان

## هدف الدورة

يهدف إلى توضيح أهمية وسلوكيات الغذاء السليم

## عدد الحضور

٦٦

## الفئة المستهدفة

جميع الفئات

## نبذة عن الدورة

تنظيم الوجبات  
بشكل سليم  
حتى تنعم بصحة  
جيدة

الغذاء دواؤك  
وداؤك

النكاه والغباء  
في الغذاء

أهمية التغذية  
السليمة للجسد  
والنفس

## السلبات

لا يوجد

## الإيجابيات

تفاعل المتدربات  
مع المدربة خلال  
الدورة

● انتهاء الدورة في توقيتها المناسب ٩:٠٠ مساءً



## ◀ اسم البرنامج : وحدة التطوع

### بداية التنفيذ

شهر جمادى الاولى

### مدة المشروع

عام كامل

### عدد المستفيدين

٢٠

### الفئة المستهدفة

جميع فئات المجتمع النسائي

### عدد الدورات

١

### التكلفة الإجمالية

٧٧٧٨

### الأهداف المحددة

- نشر ثقافة العمل التطوعي بين فئات المجتمع.
- تخصيص برامج تدريبية للمتطوعين لتأهيلهم وتمكينهم من العمل التطوعي.
- التنسيق مع المؤسسات والجهات الأخرى لتطبيق التدريب العملي.
- تصميم لوحات جدارية تتضمن مفاهيم وقيم وأهداف تحث المجتمع على التطوع والعمل التطوعي.



# تقرير وحدة التطوع

اسم الدورة :

أهمية العمل التطوعي

المدربة :

أ. حنين عبدالرحمن

يوم الأحد - الإثنين بتاريخ ١٠ / ٥ / ١٤٤٤ هـ



الساعة: ٦:٣٠ إلى ٩:٠٠ مساءً

## الاستعدادات الأولية لإقامة الدورة

طباعة شهادة شكر للمدربة

نشر الإعلان

ضيافة

تجهيز صالة التدريب

## هدف الدورة

فهم ماهو التطوع وأهدافه وحقوق المتطوع والميثاق الأخلاقي للمتطوع

عدد الحضور

٢٠

الفئة المستهدفة

المجتمع النسائي

## نبذة عن الدورة

مبادرات يمكن  
تفعيلها  
وتطبيقها

الميثاق  
الأخلاقي  
للمتطوع

حقوق المتطوع

أهداف العمل  
التطوعي

تعريف التطوع

### السلبيات

لا يوجد

### الإيجابيات

تفاعل المتدربات  
مع المدربة خلال  
الدورة



## ◀ اسم البرنامج : ملتقى تنفس

بداية التنفيذ

شهر ربيع الاول

مدة المشروع

شهرين

عدد المستفيدين

٣٣

الفئة المستهدفة

المجتمع النسائي

عدد الدورات

٢

التكلفة الإجمالية

٨٨٨٩

### الأهداف المحددة

- أن تتعلم المتدربة الثقة بالنفس والتحكم في الذات.
- التعرف على أهم العوامل التي تثير المشاكل النفسية.
- اكتساب المهارات التي تعينها على سرعة التغلب على الضغوط النفسية.
- التعرف على فن إدارة الضغوط.
- الاستفادة من بعض قصص الناجحين في تخطي الأزمات النفسية والنجاح في الحياة.



# تقارير ملتقى تنفس

اسم الدورة :

1. الوعي الذاتي

المدربة :

أ. آمال أبو العلا

يوم الأحد بتاريخ ٢٧ / ٣ / ١٤٤٤ هـ



الساعة: ٥:٣٠ إلى ٩:٣٠ مساءً

## الاستعدادات الأولية لإقامة الدورة

طباعة شهادة شكر للمدربة

نشر الإعلان

ضيافة

تجهيز صالة التدريب

## هدف الدورة

معرفة الوعي الذاتي وكيفية الوصول لمرحلة الوعي

عدد الحضور

١٧

الفئة المستهدفة

النساء من فوق ٢٠

## نبذة عن الدورة

المؤثرات السلبية  
للوعي الذاتي وطرق  
تجنبها

تأثير الوعي الذاتي

مفهوم الوعي الذاتي

السلبيات

لا يوجد

الإيجابيات

تفاعل المتدربات  
مع المدربة خلال  
الدورة



## تقارير ملتقى تنفس

اسم الدورة :

2. الذكاء العاطفي

المدربة :

أ. بلسم الحازمي

يوم الأحد بتاريخ ٢٨ / ٣ / ١٤٤٤ هـ



الساعة: ٥:٣٠ إلى ٩:٣٠ مساءً

### الاستعدادات الأولية لإقامة الدورة

طباعة شهادة شكر للمدربة

نشر الإعلان

ضيافة

تجهيز صالة التدريب

### هدف الدورة

التعرف على مفهوم الذكاء العاطفي وكيفية التعامل مع الأشخاص الذين يتصفون بذلك

عدد الحضور

١٦

الفئة المستهدفة

النساء من فوق ٢٠

### نبذة عن الدورة

نماذج من القرآن  
والسنة

صفات الأشخاص  
الذين يتصفون  
بالذكاء العاطفي

مفهوم الذكاء  
العاطفي

السلبيات

لا يوجد

الإيجابيات

تفاعل المتدربات  
مع المدربة خلال  
الدورة