

دورة تدريبية على مواجهة الضغوط لموظفي الجامعة الأهلية



نظمت الجامعة الأهلية دورة تدريبية لتنفيذ برنامج الإدارة الفعالة للوقت والتميز في السيطرة على ضغوط العمل ضمن سلسلة ورش ودورات تنظّمها إدارة الموارد البشرية بالجامعة بهدف رفع المهارات الإدارية بالجهاز الإداري للجامعة وكلياتها.

وذكر مدير شؤون الموظفين بالجامعة الأهلية عقيل رضي بأن الدورة التي شارك فيها عدد من كواد وموظفي الهيئة الإدارية بالجامعة هدفت إلى تطوير العمل الإداري والارتقاء بمهارات الموظف وقدراته للتعامل مع الظروف المختلفة وضغوط العمل المتنوعة حتى يصل إلى مرحلة التميز في أداء العمل والتعامل مع الجمهور.

إلى ذلك، أوضحت المحاضرة مريم المهدي مقدمة الدورة بأننا «نعني بالضغوط هي استجابتنا

أو غيرها، وبسبب هذه الضغوط يأتي الإجهاد النفسي. إلى ذلك أشاد المشاركون في الدورة بما حققته لهم من فائدة ملموسة في مجال عملهم، مبدئين رغبتهم في استمرار عقد هذا النوع من السدورات الاحترافية، باعتبارها إحدى الفعاليات التدريبية النوعية في مجال السكرتارية الحديثة.

على علم بدرجة الضغط النفسي الذي نواجهه»، سواء العقلية كالنسيان أو الحوار الإرادي مع الذات، أو الجسمية كالإرهاق، فيجب علينا في المقام الأول لحل هذه الضغوطات أن نحدد ما لذي نعرف كيف نتعامل معها». ونوهت إلى أن هناك عدة طرق لقياس الضغوط النفسية «وعندها نكون

وانفعالاتنا الداخلية وذلك بسبب المتغيرات الخارجية التي نجد صعوبة في التحكم فيها أو مواجهتها أو إزالتها، كما أن هناك علاقة وطيدة بين الضغوطات والأداء الوظيفي، حيث يتأثر كل منها بالأخر بصورة كبيرة». وأضافت «هناك أمور عدة تؤثر على الشخص ومشاعره ويجب عليه أن

أضواء

* 10 - 21 يوليو: ضمن مسابقة الشيخ الجمري الرمضانية، يُقام معرض صور «سنوات الجريش»، يُفتتح في الساعة العاشرة مساءً في مآتم جدعلي.

* 11 يوليو: تعقد بلدية المنطقة الجنوبية مؤتمراً صحافياً للإعلان عن افتتاح «سوق الحنينية الشعبي»، يبدأ المؤتمر في الساعة العاشرة صباحاً في قاعة الاجتماعات بمبنى بلدية المنطقة الجنوبية الكائن في البوكرارة مقابل مركز حمد كانو الصحي.

* 11 - 20 يوليو: تضيء وزارة الثقافة قانوسها بسوق باب البحرين حيث تقف الدكاكين الصغيرة، وتترك على أطرافها المزيد من الإبداعات والمنتجات البحرينية بصحبة الموسيقى الشعبية وعدد من الفعاليات في سوق «رمضانيات»، وذلك من الساعة 9:30 مساءً وحتى 12:30 صباحاً بموقع مجمع سوق باب البحرين.

* 12 - 13 يوليو: تحت رعاية رئيسة جمعية رعاية الطفل والأمومة الشيخة هند بنت سلمان آل خليفة، يُقام معرض «blueish expo 2013»، للعام الثالث على التوالي دعماً للمواهب النسائية الشابة في جميع المجالات والقطاعات في كل ما هو جديد من مستلزمات القرقاعون والعيد تحت سقف واحد، وذلك في فندق الموفنبيك.

* 13 يوليو: تحت رعاية وزير شؤون البلديات والتخطيط العمراني جمعة الكعبي، تنظم بلدية المنطقة الجنوبية بالتعاون مع المجلس البلدي للمنطقة الجنوبية والمحافظ الجنوبية، فعاليات «سوق الحنينية الشعبي»، خلال شهر رمضان المبارك تستمر لخمسة أيام، ثم تستمر طوال يومي الخميس والجمعة حتى نهاية الشهر الفضيل، وذلك من الساعة التاسعة مساءً حتى الثانية عشرة ليلاً في منتزه الحنينية.

* 13 يوليو: تحت رعاية محافظ العاصمة الشيخ هشام بن عبدالرحمن آل خليفة، تنظم محافظة العاصمة بالتعاون مع بنك البحرين الإسلامي، أمسية دينية ضمن «برنامج أمة محمد»، يحاضر فيها كل من: الشيخ سليمان آل جيبيلان من المملكة العربية السعودية عن «صحة الأبدان والقلوب»، والشيخ عادل سعد (أبو سراقه) «مقطعات من الطب النبوي»، وذلك في الساعة 9:30 مساءً (بعد صلاة التراويح) في صالة مركز عيسى الثقافي. يوجد مكان مخصص للنساء.

* 19 يوليو: تحت رعاية محافظ الوسطى مبارك الفاضل، تنظم اللجنة الاجتماعية بجمعية الصداقة للمكفوفين الأمسية الرمضانية (القرقاعون)، وذلك في الساعة التاسعة والربع مساءً بمقر الجمعية.

* 20 يوليو: ضمن فعاليات ملتقى التعليم والتدريب للعام 2013، تنظم الجمعية الأهلية لدعم التعليم والتدريب، محاضرة بعنوان: «التدريب والثقافة المؤسسية»، يقدمها أحمد عبداللطيف البحر، وذلك في الساعة 8:30 مساءً في قاعة إبراهيم خليل كانو ببنادي العروبة بالجفير.

* 29 سبتمبر: تحت رعاية وزير الدولة لشؤون الكهرباء والماء عبدالصالح ميرزا، تُنظم مجموعة أوريجين منتداها (أسس القائد المتميز)، يقدم خلاله المفكر العالمي البروفيسور ديف أورلتش، محاضرة عن «إدارة التغيير»، وذلك في مركز البحرين للمؤتمرات بفندق كراون بلازا.

* 29 سبتمبر - 2 أكتوبر: تحت رعاية رئيس الوزراء صاحب السمو الملكي الأمير خليفة بن سلمان آل خليفة، تستضيف مملكة البحرين مؤتمر ومعرض الشرق الأوسط الثاني لهندسة العمليات «مبيك 2013»، تحت عنوان: «التغلب على تحديات المستقبل من خلال التميز الهندسي»، وذلك في مركز البحرين الدولي للمعارض والمؤتمرات.

الأسس المرورية في محاضرة للسيدات في «مدينة حمد الاجتماعي»



سعيًا لتوفير مستوى من الثقافة المرورية لدى سيدات المنطقة، عقد مركز مدينة حمد الاجتماعي محاضرة بعنوان: «أصول السباقة على الطريق والمربع الأصفر» بالتعاون مع الإدارة العامة للمرور، حضرتها 40 سيدة، تعرفن خلالها على أصول السباقة على الطريق، الخطوط الأرضية، كيفية تغيير المسارات بأمان، الإجراءات السليمة للتجاوز والمربع الأصفر.

بوليتكنك البحرين تكرم طلبة برنامج «تعليم الأقران»



نظم قسم الخدمات الطلابية في كلية البحرين التقنية (بوليتكنك البحرين)، مؤخرًا، حفل تكريم للطلبة المشاركين في برنامج تعليم الأقران (باس PASS)، وذلك تقديراً لمساهماتهم الفعالة في مساعدة زملائهم الطلبة أكاديمياً، وذلك بتوجيه وإشراف من قبل القائم بأعمال الرئيس التنفيذي د.محمد إبراهيم العسيري. وخلال الحفل أُلقت كل

التعلم دنوال زويد كلمة بهذه المناسبة، ثم تفضلت مديرة الخدمات الطلابية هندا بوجيري بتسليم الشهادات التقديرية إلى اثنين من الطلبة عيسى محمد، والطالب طاهر سعيد طاهر أحمد.

إلى ذلك، أوضحت بوجيري أن برنامج (باس PASS) مشهور على مستوى العالم، وتتلخص فكرته في قيام الطلبة الذين اجتازوا المقررات الصعبة بتدريسها لبقية زملائهم، معربة عن خالص شكرها للطلبة المشاركين في هذا البرنامج، الذين عملوا بجد خلال جلسات تعليم الأقران، مشيرة إلى أن قسم الخدمات الطلابية بالبوليتكنك يسعى جاهداً لجعل البوليتكنك مركزاً للتميز في التعلم.

ويعد برنامج (باس PASS) لتعليم الأقران برنامجاً فريداً من نوعه، يقدم خدمات تعليمية لطلبة مرحلة التعليم العالي بمملكة البحرين. أما قادة هذا البرنامج فهم طلبة البكالوريوس ممن يمتلكون مهارات قيادية من مختلف الأقسام كالهندسة، وتقنية المعلومات والاتصالات، وإدارة الأعمال، ممن تم ترشيحهم من قبل معلمهم لتدريس أقرانهم الطلاب.

خلال شهر رمضان، ستكون العيادات الخارجية مفتوحة من الساعة 8:30 صباحاً إلى الساعة 12:30 ظهراً و ثم من الساعة 7:00 إلى الساعة 11:00 مساءً. إتصل على 1764600 أو رقمنا المجاني 109-800

مستشفى رويال البحرين ROYAL BAHRAIN HOSPITAL

خلال شهر رمضان، ستكون العيادات الخارجية مفتوحة من الساعة 8:30 صباحاً إلى الساعة 12:30 ظهراً و ثم من الساعة 7:00 إلى الساعة 11:00 مساءً. إتصل على 1764600 أو رقمنا المجاني 109-800

مستشفى رويال البحرين ROYAL BAHRAIN HOSPITAL

خلال شهر رمضان، ستكون العيادات الخارجية مفتوحة من الساعة 8:30 صباحاً إلى الساعة 12:30 ظهراً و ثم من الساعة 7:00 إلى الساعة 11:00 مساءً. إتصل على 1764600 أو رقمنا المجاني 109-800

مستشفى رويال البحرين ROYAL BAHRAIN HOSPITAL

خلال شهر رمضان، ستكون العيادات الخارجية مفتوحة من الساعة 8:30 صباحاً إلى الساعة 12:30 ظهراً و ثم من الساعة 7:00 إلى الساعة 11:00 مساءً. إتصل على 1764600 أو رقمنا المجاني 109-800

مستشفى رويال البحرين ROYAL BAHRAIN HOSPITAL

خلال شهر رمضان، ستكون العيادات الخارجية مفتوحة من الساعة 8:30 صباحاً إلى الساعة 12:30 ظهراً و ثم من الساعة 7:00 إلى الساعة 11:00 مساءً. إتصل على 1764600 أو رقمنا المجاني 109-800

مستشفى رويال البحرين ROYAL BAHRAIN HOSPITAL

خلال شهر رمضان، ستكون العيادات الخارجية مفتوحة من الساعة 8:30 صباحاً إلى الساعة 12:30 ظهراً و ثم من الساعة 7:00 إلى الساعة 11:00 مساءً. إتصل على 1764600 أو رقمنا المجاني 109-800

مستشفى رويال البحرين ROYAL BAHRAIN HOSPITAL

الآن يعرض في سينما الدانة



Cinema 5: 10:30, 13:15, 16:00, 18:45, 21:30, 00:00
Cinema 11: 11:00, 13:45, 16:30, 19:15, 22:00, 00:45



Cinema 1 11:00, 13:15, 15:30, 17:45, 20:00, 22:15, 00:30 Cinema 10 10:30, 13:15, 16:00, 18:45, 21:30, 00:00



Late night shows only on Thursdays, Fridays & Holidays

www.danacinema.com