

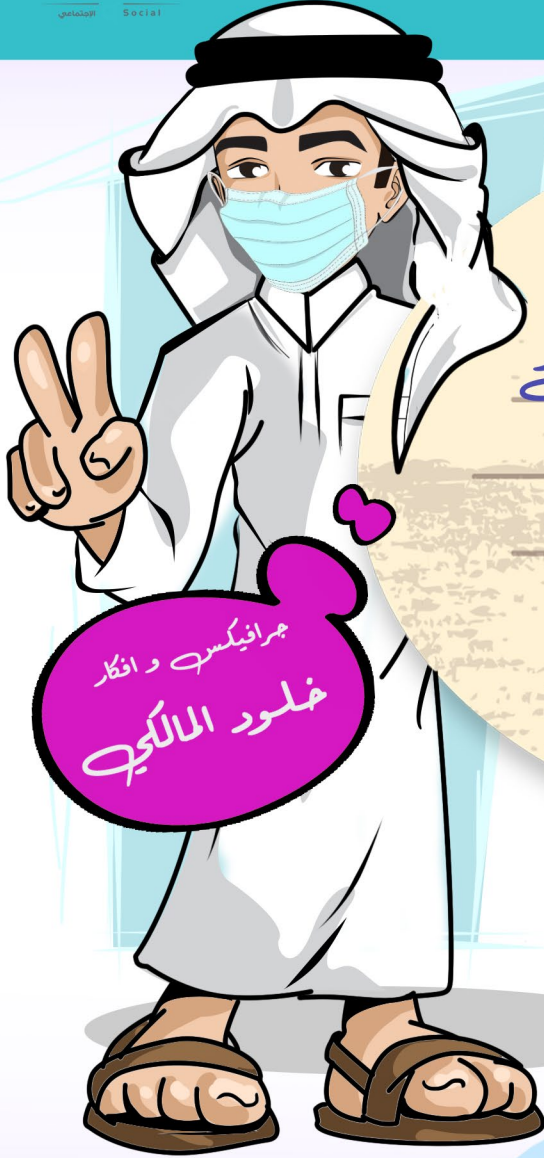
FEBRUARY
العدد 15

اعداد المادة
رسم الأنصاري

أبواب الموجز

- 1- أخبارنا
- 2- أخبار محلية ودولية
- 3- رايكم بيهنا
- 4- صوت الموظف
- 5- مناسباته وتهيئه
- 6- إختارنا لكم

جرافيكس و افكار
خلود المالكوي



حالة طقس شهر مارس 2021

الطقس		2021											→ يومنا																							
ع	ن	1	2	3	4	5	6	14	15	16	17	18	19	20	7	8	9	10	11	12	13	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3	
☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀
24° 18°	25° 19°	27° 19°	27° 16°	27° 20°	27° 19°	25° 18°	25° 15°	24° 14°	24° 14°	25° 16°	25° 17°	25° 18°	26° 17°	26° 17°	26° 20°	29° 20°	29° 20°	29° 20°	28° 19°	24° 16°	25° 18°	27° 20°	27° 20°	27° 19°	30° 20°	31° 20°	32° 20°	31° 22°	33° 18°	33° 16°	28° 16°	29° 18°	29° 16°	30° 19°		

دُعَاء
رَبِّهِ صَبْرًا لِيَوْمِ عَمَّا وَالْحَقِيقِيهِ
بِالصَّلَاةِ الْعَبِيدِ * وَاجْعَلْهُ لِي لِسَانًا
صَادِقًا فِيهِ الْوَأَخِيرِينَ * وَاجْعَلْهُ
مِنْهُ وَرَثًا جَنَّاتِ النَّعِيمِ

اللهم آمين





تحت عنوان النشاط صحة احسان يشارك بفعاليات اليوم الرياضي عبر البث المباشر



أهمية ممارسة الرياضة لتشجيع كبار السن على ضرورتها لتحسين حالتهم الصحية والنفسية وعلاقتهم الاجتماعية وشرح الحمادي أهمية تنسيق الوقت خلال اليوم بين ممارسة الرياضة وبين تأدية المهام الاجتماعية الأخرى باعتبار ان الرياضة أسلوب حياة يجب الحفاظ عليه بشكل يومي وتحدث عن مشاركته في بطولة صملة الذي يعتبر حدثاً رياضياً يتطلب القدرة على التحمل والتحدى حيث يقام في مسارات صحراوية صعبة ونائية والتي تتطلب من المتسابق مستويات عالية من القدرة والتحمل والمهارات المختلفة كما تحدث عن الصعوبات التي واجهته أثناء ذلك.

شارك مركز تمكين ورعاية كبار السن احسان في فعاليات اليوم الرياضي للدولة وذلك عبر خاصية البث المباشر على برنامج الإنستغرام وذلك بهدف التأكيد على أهمية ممارسة كبار السن الرياضة بشكل مستمر لما لذلك من تأثير على تحسين حالتهم الصحية والنفسية وعلاقتهم الاجتماعية وذلك بالتنسيق مع مختصين في هذا المجال واستضاف المركز السيد عبد الله الحمادي الدراج والرحال حيث حاوره الإعلامي عبدالرحمن الأنشقر في لقاء شيق تضمن محطات من حياة الرحال الحمادي تعنى بالرياضة وأهميتها. وقدم الحمادي خلال البث نصائح مهمة لكبار السن حول

المؤسسة القطرية للعمل الاجتماعي تقدم ندوة تعريفية بالمؤسسة ومراكزها ...



هذه المراكز للشرايح الكبيرة من المجتمع القطري التي قد لا تعلم بالخدمات التي تقدمها هذه المراكز



نظمت المؤسسة القطرية للعمل الاجتماعي ندوة تعريفية بالمؤسسة ومراكزها بالتعاون مع مكتبة قطر الوطنية وذلك للتعريف بالخدمات التي تقدمها المؤسسة للمجتمع بمختلف شرائحه والخدمات التي تقدمها المراكز السبعة المنضوية تحت مظلتها، ومن هذه الخدمات الاستشارات الزوجية والعائلية والدعم النفسي والاستفسارات القانونية، ودورات التمكين والريادة للشباب فضلا عن خدمة حماية وتأهيل ضحايا العنف الاسري، بالإضافة الى الورش والحملات التوعوية، من جانبه وضح السيد عبدالعزيز الجابر اصصائي اعلام بالمؤسسة انه بما يخص هذه الورشة فقد تم تنظيمها بالتعاون مع مكتبة قطر الوطنية بإشراك اربعة مراكز من المراكز التي تندرج تحت مظلة المؤسسة للتعرف على الخدمات التي تقدمها

العطاء لا ينتهي

إحسان يواصل برامج الأندية النهارية عبر منصات التواصل الاجتماعي...



وعليه صرحت السيدة/ زينب الكواري، رئيس قسم الإعداد والتصميم بإدارة التوعية والتواصل المجتمعي بمركز «إحسان»: بأنه في إطار سعي المركز نحو تعزيز استمرارية التواصل مع كبار السن، فقد تم إعداد حملة «العطاء لا ينتهي» وهي حملة تهدف إلى إبراز قيمة العطاء وأهميته الدينية والنفسية وأن ليس مرتبط بمرم معين.

أطلق مركز تمكين ورعاية كبار السن «إحسان» حملة تحت عنوان «العطاء لا ينتهي» عبر منصات التواصل الاجتماعي للمركز، وذلك ضمن سلسلة من البرامج الخاصة بأندية إحسان النهارية التي تُقدم لمنتسبيه عن بُعد، وذلك بهدف تعزيز استمرارية التواصل معهم في ظل الظروف الراهنة بسبب جائحة فيروس كورونا كوفيد-19، وحرصاً على سلامتهم من مخاطر العدوى من خلال الالتزام بالإجراءات الاحترازية والتباعد الاجتماعي. حيث تم بث عدد من البرامج التوعوية والتثقيفية عبر منصات التواصل الاجتماعي الخاصة بالمركز، ابتداءً من شهر يناير حتى شهر فبراير.



مسيرة عطاء

السيدة/ نصره النوبي
نائب الجمعية القطرية للمريض

سلسلة من الحلقات حول مراحل صناعة الصناديق الخشبية، وتقدم لنا الوالدة فاطمة محمد عدد من الأعمال اليدوية. كما أضافت: أن المركز حريص على استمرار تقديم هذه البرامج بشكل متنوع من خلال خطط مدروسة تم وضعها ضمن خطط برامج الرعاية النهارية لهذا العام. الجدير بالذكر بأنه بلغ عدد الأندية النهارية لمركز «إحسان» ثلاثة أندية، نادي المطار، نادي إزغوى، ونادي الشمال، إضافة إلى مجلس لكبار السن من فئة الرجال حيث استقطبت تلك النوادي ما لا يقل عن ٣٤٤ منتسبة بالفروع الثلاثة، حيث كانت تقدم مجموعة من البرامج المتنوعة للمدة أربعة أيام في الأسبوع.

كما تم التعاون مع السيدة/ نصره النوبي، اول ممرضة قطرية ومع المربية الفاضلة/ فاطمة زينل، ليتحدثن عن مسيرة عطائهن وكيف خططن لها ولحياتهن بعد التقاعد. من جانب آخر صرحت السيدة/ شيخة الحريب، رئيس قسم التنفيذ والمتابعة: بأن أندية إحسان النهارية مازالت تعمل عن بعد بسبب الظروف الراهنة حيث ان التواصل مع منتسبي الأندية لم ينقطع، فالتواصل معهم يكون بشكل دوري سواء عن طريق الاتصال المباشر او عن بُعد، حيث تساهم حملة «العطاء لا ينتهي» في تحقيق استمرارية عملية التعليم عن بعد من خلال تخصيص برامج باسم «هواياتهم» تشارك فيه مجموعة من كبار السن في استعراض هواياتهم اليدوية، حيث يقدم لنا الوالد/ عبدالله محمد

ورشة في مهارات العرض والتقديم الفعال تقدمها.. المؤسسة القطرية للعمل الاجتماعي في احسان



استضاف **مركز تمكين ورعاية كبار السن احسان** البرنامج التدريبي في مهارات العرض والتقديم الفعال الذي أعدته إدارة الاتصال بالمؤسسة القطرية للعمل الاجتماعي لصالح موظفي المؤسسة والمراكز المنضوية تحت مظلتها ، وقدمه الورشة الخبير الإعلامي بالمؤسسة **الدكتور أشرف جلال** ، وحضرها عدد من موظفي الإدارات بالمركز منهم **السيدة خلود المالكي** من مكتب الاتصال والاعلام و**السيد سالم العنزي** من إدارة الرعاية الداخلية و**السيدة عبير ناصر** من إدارة التوعية والتواصل المجتمعي، كما شارك بالورشة موظفين من مركز امان ومن مركز النور للمكفوفين ومن مركز الشفح، وهدفت الورشة الى تأهيل المشاركين لإعداد وتصميم وتقديم العروض الاحترافية الفعالة في

مجالات عملهم وتمكينهم من اعداد المحتوى القوي لإيصاله للجمهور بشكل جذاب حيث تمكنهم من الحصول على مهارات تقديم المحتوى القوي والعرض الشيق ، كما هدفت الورشة الى التعرف على مفهوم العروض واهميتها وادراك المبادئ الأساسية للعروض الفعالة وادراك كيفية التغلب على الخوف في مواجهة الجمهور والتعرف على مهارات العرض للمتحدثين المحترفين وكيفية استخدام الایماءات وحركات الایادي ، وتناولت الورشة تعريف كلمة المهارة وما تتضمنه من دقة وسرعة وكمال. من جهته أثنى الدكتور أشرف جلال على جهود مركز **احسان** وتقديمه بالشكر الجزيل للمركز على استضافته للورشة والتنظيم لها وشكرهم على حسن الاستقبال والضيافة.

أخبار محلية ودولية

أخبار المؤسسة

يتقدم مركز تمكين ورعاية كبار السن **احسان** بالتهنئة
للدكتور / عبدالله اليافعي
لتعيينه مدير تنفيذي لمركز النور

تهنئة



النور
تمكين وإدماج
Empowerment & Integration
Social



قطر للعمل الاجتماعي
Qatar Social Work



يسر

المؤسسة القطرية للعمل الاجتماعي
ومراكزها أن تُعلن عن تعيين

الدكتور عبد الله اليافعي

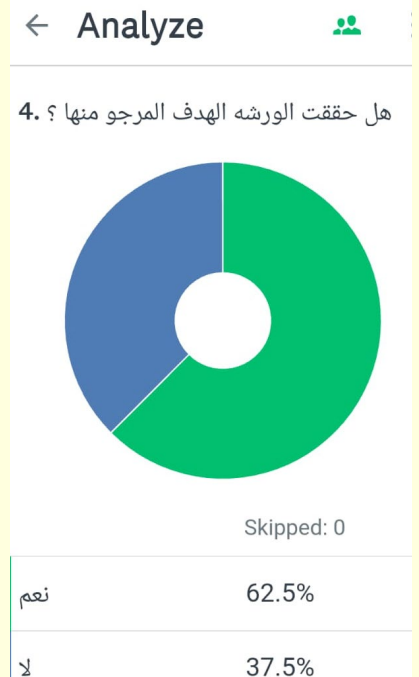
مديرًا تنفيذيًا لمركز النور للمكفوفين



حسب الاستبانة التي تم نشرها في العدد السابق.. ورشة استراتيجية المؤسسة (تحقق أهدافها)

في العدد السابق من باب «رايكم يهمننا» في موجز احسان قمنا بطرح استبيان حول مدى استفادة الموظفين في مركز احسان من ورشة «استراتيجية المؤسسة» والتي قدمتها المؤسسة القطرية للعمل الاجتماعي لصالح موظفي المركز، وعليه فقد تبين انه قد استفاد جميع الحضور من هذه الورشة كما يوضح الاستبيان، وأشاد الجميع بتنظيم وتجهيزات القاعة ومراعاة شروط التباعد الاجتماعي، وطالب عدد كبير من الموظفين بنسبة تجاوزت الـ 80% طالبوا بإرسال المادة العلمية للاستراتيجية لهم عبر بريدهم الالكتروني، حيث لم يحضرها جميع الموظفين بالمركز، كما طالب العديد من الموظفين بأن يتم تنظيم مثل هذه الورش لتعم الفائدة على الجميع. وصوت بنسبة 62% من الموظفين أن الورشة قد حققت أهدافها وتباينت الآراء بين الشكر والثناء وبين طلب عقد ورش أخرى.

نماذج من استبيانتكم و آرائكم



الإخوة والأخوات موظفي مركز إحسان ندعوكم من خلال هذه الزاوية للمشاركة معنا في هذا الإستطلاع حول رأيكم في:

تربية القطط و الكلاب في المنزل ؟

تسعدنا مشاركتكم

سواء تملكتم أم لا تملكتم حيوانك اليفف في منزلكم



..... للمشاركة اضغط هنا.....

<https://www.surveymonkey.com/r/6Y26ZNX>

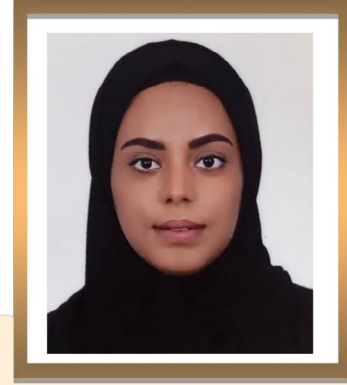
الأستاذ/ سالم العنزي



امتيازات خاصة بكبار السن في الشريعة الاسلاميه

- 1- في الاحترام والتقدير :
قال الرسول الله صل الله عليه وسلم "نَيْسَ مَنْ لَمْ يَزَحْمْ صَغِيرًا وَيُؤَفِّرْ كَبِيرًا".
- 2- أن نبدا كبار السن بالسلام
قال النبي صلي الله عليه وسلم " يُسَلِّمُ الصَّغِيرَ عَلَى الْكَبِيرِ،
- 3- تقديم كبار السن في كل شيء
قال النبي صل الله عليه وسلم " كَبُرَ الْكُبْرُ " اي ليتكلم وليبدأ الأكبر سنًا.
- 4- حمايتهم في الحروب
قال صلي الله عليه وسلم : انطلقوا باسم الله، وبالله، وعلى ملة رسول الله. لا تقتلوا شيخًا فانيًا.
- 5- إكرام كبار السن واعطائهم امتيازات خاصة بالحياة
قال النبي صل الله عليه وسلم " إن من إجلال الله، إكرام ذي الشيبة المسلم".
- 6- منحة الاسلام لكبار السن
قال رسول الله صل الله عليه وسلم "ما من مُعَمَّرٌ يُعْمَرُ في الإسلام .. فإذا بلغ الستين رزقه الله الإنابة إلى الله بما يحب الله، فإذا بلغ السبعين أحبه الله وأحبه أهل السماء، فإذا بلغ الثمانين كتبت حسناته ومُحِيت سيئاته، فإذا بلغ التسعين غفر الله له ما تقدم من ذنبه وما تأخر، وكان أسير الله في أرضه، وشفع في أهل بيته".
- 7- التخفيف في الأحكام الشرعية
مثل الصلاة والصيام والانابة في الحج.

سالم العنزي



الأخصائية النفسية: تسنيم علي

الذاكرة والذكريات..

الذاكرة هي تسجيل وحفظ الأحداث والخبرات والمعلومات المختلفة ومن ثم تتم عملية استرجاعها أو تذكر أجزاء منها وقت الحاجة لها.

إذا تعريف الذاكرة بشكل مبسط: مخزن المعلومات واستدعائها (**الذكريات**).
ومن بعض وظائفها:- استخدام المعلومات لحل المواقف الجديدة بناء على الخبرات السابقة.

عدم تكرار الوقوع في الأخطاء نفسها.
ربط الأحداث والمواقف اليومية التي يمر بها الفرد.

استرجاع الذكريات: يعني بذلك استرجاع المعلومات من الذاكرة.
هناك نوعان لاسترجاع الذكريات:

1- **نوع صحي:** وهو استرجاع المعلومات في سياق الخبرات (التعلم).
2- **نوع مرضي:** وهو استرجاع المعلومات في سياقات الحسرة والبكاء ولوم الذات والآخريين (الاضطراب النفسي).

هناك الكثير من الناس يستخدمون ذاكرتهم فقط كسوط يجلدون به أنفسهم والآخريين، في حين أنها لم تخلق لذلك .. وهذا يزيد من معدل حدوث الاضطرابات النفسية.

فالذكريات للتعلم والمعرفة والخبرة ، وليست للعذاب والألم.

تسنيم علي





مواليد
مواليد شهر مارس

اللهم اجعل لهم
نصيب من السعادة،
وابعد عنهم كل شر و
بارك فيهم، وكل عام
وانتوا بخير يومه.



Happy
BIRTHDAY



الكاريكاتير



فكر معنا.....

Country	Non-Living	Plant	Animal	Human	Letter
بلاد	جماد	نبات	حيوان	انسان	س
					D
					ع
					M



5★STAR نجوم مشاركات فبراير



نجوم مشاركات فبراير



فاطمة فلامرزي

حمد السويدي

عمر الكبيسي

روضة الراشدي

عُلا أبوحماد

ياسمين الشامسي

سمية
الشرشني

احمد السعدني

عبير ناصر

غاده العمادي

أفراح حسن

شيفه عبدالله

نوال جمعه

شيماء الكواري

