

نشریه خبری، تحلیلی و آموزشی
معاونت دانشجویی

پیش شماره - آبان ماه ۱۳۹۲

خبرنامه الکترونیکی معاونت دانشجویی دانشگاه فرهنگیان



هیچ ملتی بدون دارا بودن یک فکر و یک
ایدئولوژی و یک مکتب نمی‌تواند تمدن
سازی کند.

احتیاج ما به ایمان است. آن که مکتب توحید
را مبنای کار خودش قرار می‌دهد، آن جامعه
ای که به دنبال توحید حرکت می‌کند همه
خیراتی که متوقف بر تمدن‌سازی است به
دست خواهد آورد.

در اخلاقیات اسلام، در آداب زندگی اسلامی
همه آنچه را که مورد نیاز ماست، می‌توانیم پیدا
کنیم.



خبرنامه الکترونیکی معاونت دانشجویی دانشگاه فرهنگیان

صاحب امتیاز: دانشگاه فرهنگیان، معاونت دانشجویی

نشانی: تهران، شهرک قدس، بلوار فرحزادی، خیابان تربیت معلم، سازمان مرکزی

دانشگاه فرهنگیان، تلفن: ۰۲۱۸۷۷۵۱۲۷۶

اهداف خبرنامه:

۱- اطلاع رسانی تصمیمات اتخاذ شده دانشگاه در حوزه معاونت دانشجویی

۲- انتقال نظرات اعضای هیأت علمی و کارکنان در خصوص برنامه‌ها و سیاست‌های دانشگاه

همکاران:

دکتر محمدمراد شیخی (معاونت دانشجویی)؛ مهدی نامداری (سرپرست اداره کل راهنمایی و مشاوره)؛ دکتر یدالله آزادی (مدیر کل تربیت بدنی)؛ کتابون ساعتچی (سرپرست اداره کل امور دانشجویی)؛ دکتر محمد میبیدی (رئیس اداره سلامت)؛ رسول فرج الهی (کارشناس مسئول مشاوره)، فاطمه بیدی (کارشناس مسئول نظارت، ارزیابی و تعالی)؛ سیده فاطمه موسوی (رئیس اداره امور خوابگاهها)؛ علی جمشیدیان (رئیس اداره امور انضباطی)؛ محمد حسین میرزایی (رئیس اداره فعالیت‌های ورزشی)؛ مجید نامور (کارشناس تربیت بدنی)

آن چه در این خبرنامه می‌خوانید...

- یادداشت
- بیست و سومین اجلاس رؤسای مراکز مشاوره
- به مناسبت هفته بهداشت روان
- مهارت‌های زندگی و برنامه‌های پیش رو
- غربالگری سلامت روان، یک ضرورت
- برگزاری اولین دوره مسابقات ورزشی اعضای هیئت علمی و کارکنان دانشگاه
- تهیه بانک اطلاعاتی بخش تربیت بدنی
- عضویت اداره کل تربیت بدنی در مجامع علمی-ورزشی دانشگاهی
- اقدامات پیش روی اداره کل تربیت بدنی
- تشکیل شوراهای صنفی-رفاهی دانشجویی برای اولین بار
- اخذ مجوز برگزاری شوراهای موارد خاص
- گام نهایی یکپارچه‌سازی اتوماسیون تغذیه دانشجویی
- برای نخستین بار در کشور، طرح رتبه‌بندی خوابگاه‌های دانشجویی اجرا شد
- شیوه‌نامه میهمانی و انتقال دانشجویان تدوین و ابلاغ شد
- شناسنامه سلامت
- گردآوری و ساماندهی اطلاعات پزشکان
- شیر و عملکرد حافظه
- گزارش شش ماهه اول سال ۹۲ اداره بهداشت و سلامت



یادداشت

دکتر شیخی

سرپرست معاونت دانشجویی

دانشجو یکی از ارکان مهم جامعه بوده و در این راستا، نهادی به نام دانشگاه ایجاد شده است. اهمیت این عنصر انسانی، تا بدانجاست که سالانه میلیاردها دلار گردش مالی در این بخش وجود دارد. رسالت بزرگی که برای تربیت این قشر عظیم وجود دارد، ضرورت توجه ویژه را برای رسیدگی به امور آنان نمایان می‌کند. بر این اساس، معاونت دانشجویی با هدف حمایت از دانشجو در ابعاد رفاهی، تغذیه‌ای، مشاوره‌ای و تندرستی در سطح دانشگاه‌ها ایجاد شده است. این معاونت مهم، در حفظ سلامت جسمی، روانی، اجتماعی و معنوی دانشجویان کوشش کرده و زمینه‌های ارتقای این ابعاد انسانی را فراهم می‌کند.

دانشگاه فرهنگیان نیز مانند سایر دانشگاه‌ها و فراتر از آن‌ها، موضوع حمایت دانشجو را سرلوحه کار خود قرار داده و در این راستا چهار اداره کل را ساختار بندی نموده است. ادارات کل امور دانشجویی، مشاوره، تربیت بدنی و سلامت و تغذیه شاکله اصلی این معاونت را تشکیل می‌دهد. طی یک سالی که از عمر این معاونت می‌گذرد، همواره تلاش‌های پیگیرانه‌ای در جهت نیل به اهداف ترسیم شده صورت گرفته است. با وجود موانع، محدودیت‌ها و نپا بودن دانشگاه این تلاش‌ها قابل تحسین اند.

در حوزه معاونت دانشجویی برنامه‌های آتی شامل، به کارگیری کارشناسان مشاوره، برگزاری مسابقات ورزش دانشگاهی (دانشجویان و کارکنان)، اتوماسیون تغذیه و برون سپاری خدمات رفاهی، تهیه کارنامه سلامت دانشجویان در دستور کار قرار دارد و در برخی زمینه‌ها به مرحله اتمام نیز رسیده‌ایم. ما نیک می‌دانیم تا رسیدن به کیفیت مورد نظر، راه بس دشواری پیش روی ماست، اما همت والای همکاران در سازمان مرکزی، پردیس‌ها و مراکز آموزش عالی نشانه‌ای روشن برای غلبه بر دشواری‌ها و موانع است. امیدواریم با عنایات حق تعالی و همت مسئولان، در ادامه سال جاری و بویژه در سال آتی بتوانیم حیطه‌ی خدمات خود را بیش از پیش گسترش دهیم.

ان شاء الله

مهارت‌های زندگی و برنامه‌های پیش رو

دگرگونی‌های سریعی که در ابعاد مختلف زندگی فردی و در عصر حاضر مشاهده می‌شود لزوم توجه به سلامت فردی و خانوادگی را بیش از پیش مطرح می‌سازد. این واقعیات منجر شده صاحب‌نظران و متخصصین حیطه‌ی بهداشت روانی در جهان، به امر پیشگیری بپردازند. لذا برنامه‌ی پیشگیری موسوم به "آموزش مهارت‌های زندگی" به منظور پیشگیری از آسیب‌های روانی-اجتماعی و همچنین ارتقای سطح بهداشت روان از سوی سازمان بهداشت جهانی طراحی و در سطح وسیعی مورد استفاده قرار گیرد. اداره کل راهنمایی و مشاوره برنامه منسجمی جهت برگزاری دوره‌های مهارت‌های زندگی طی چهار سال نموده است. بر اساس این برنامه، هر ساله کلیه دانشجویان در دو دوره مهارت‌های زندگی که سرفصل‌های آن مشخص شده‌اند شرکت خواهند داشت. علاوه بر این دو دوره، دو دوره نیز به صورت پیشنهادی ارائه شده که بر اساس نیازهای دانشجویان برگزار خواهند شد.

غربالگری سلامت روان، یک ضرورت

جمعیت دانشجویی، به دلیل ساختار جوان خود در کنار برخی استرسورهای بیرونی و درونی، با ناهنجاری‌هایی مواجه می‌شود که آسیب‌های روحی و روانی را در پی خواهد داشت، لذا رسالت مراکز مشاوره پردیس‌های دانشگاه مبنی بر ارائه خدمات جامع در سطوح مختلف پیشگیری و درمان مشکلات روانشناختی و تحصیلی دانشجویان و شناسایی دانشجویان آسیب‌پذیر می‌باشد. مشاور مرکز با برنامه‌ریزی منظم خود در کنار سایر فعالیتهایش و سنجش سلامت روان کلیه دانشجویان ورودی جدید، غربالگری را به عمل آورده و پی‌گیری‌ها و مداخلات لازم را به موقع عملی خواهد کرد. به منظور غربالگری از مقیاس ملی سلامت روان دانشجویان استفاده می‌شود که از سوی وزارت علوم مورد تأیید قرار گرفته است. بدلیل اینکه دانشجویان دانشگاه از بهمن ماه ورود پیدا می‌کنند، لذا زمان اجرای این آزمون در دی‌ماه سال جاری خواهد بود.

دعوت به همکاری

اداره کل راهنمایی و مشاوره، در نظر دارد "گاه‌نامه راه نو"، در زمینه، راهکارها، آموزش و پژوهش در مسائل روان‌شناختی و مشاوره‌ای را منتشر نماید. از علاقه‌مندان درخواست می‌شود مطالب و موضوعات علمی خود را به آدرس ذیل ارسال نمایند. مطالب ارسالی با نام و مشخصات فرد ارسال کننده به چاپ خواهد رسید.

آدرس رایانامه: counselor@chmail.com

آدرس سایت: www.cfu.ac.ir/moshaver



بیست و سومین اجلاس

رؤسای مراکز مشاوره

بیست و سومین اجلاس رؤسای مراکز مشاوره در دانشگاه شریف، ۱۳ و ۱۴ مهرماه برگزار گردید. در این جلسه دکتر ملاباشی، معاون محترم وزیر علوم و رئیس سازمان دانشجویان، با اشاره به پیچیده‌شدن مشکلات جوامع امروزی، تخصصی‌کردن فعالیت‌ها و لزوم توجه بیش از پیش به بهداشت روانی دانشجویان را خواستار شد. دکتر گلزاری معاون محترم امور جوانان وزارت ورزش و جوانان، در باب ازدواج دانشجویی و پل‌های ارتباطی بین این وزارتخانه و وزارت علوم بحث مفصلی را ایراد کردند. در ادامه دکتر یعقوبی سرپرست محترم دفتر مرکزی مشاوره وزارت علوم به گزاشی از ادوار مختلف فعالیت‌های دفتر مرکزی پرداختند.

در این نشست دو روزه کارگاه‌های اعتیاد و سوء مصرف مواد و نرم افزار ثبت جلسات نیز برگزار گردید. دستورالعمل شورای هماهنگی استانی مراکز مشاوره، موضوع دیگری بود که به شور گذاشته شد. بر اساس این دستورالعمل، در شورای هماهنگی، رؤسای مراکز مشاوره پردیس‌های استانی دانشگاه فرهنگیان به همراه مراکز مشاوره دانشگاه‌های وزارت علوم حضور خواهند داشت و سالانه دو نشست فنی برگزار خواهند کرد و نتایج این شورا در تصمیم‌سازی‌ها و سیاست‌گذاری‌های کشوری اثرگذار خواهد بود.

به مناسبت هفته بهداشت روان

برای نخستین بار در دهم اکتبر سال ۱۹۹۲ میلادی، با همکاری و حمایت سازمان جهانی بهداشت روان، این روز به نام روز جهانی بهداشت روان، نامگذاری گردید. به منظور افزایش و ارتقاء آگاهی‌های عمومی در مورد موضوعات مرتبط با موضوع بهداشت روان هر ساله شعاری اعلام میشود. شعار سال ۲۰۱۳، سلامت روان و سالمندی میباشد که در این راستا اداره کل مشاوره و راهنمایی اقدامات زیر را ارائه نموده است.

۱- تهیه ویژه نامه سلامت روان؛

۲- ارسال شیوه نامه اجرایی ایام هفته بهداشت روان؛

۳- آگاهی رسانی از طریق بورشورها و پوستره‌های مربوطه؛

در این هفته در پردیس‌ها و مراکز، برنامه‌های متعددی اجرا و به این اداره گزارشی ارسال کرده‌اند که مقرر شد از آن‌ها تقدیر و تشکر به عمل آید.

تهیه بانک اطلاعاتی اماکن، فضاها، سالن‌ها، تجهیزات ورزشی

و نیروی انسانی در بخش تربیت بدنی

اداره کل تربیت بدنی دانشگاه فرهنگیان در نظر دارد با تدوین برنامه استراتژیک ورزش دانشگاه ضمن مشخص کردن مسیر راه و راهکارهای لازم برای دسترسی به اهداف کوتاه مدت و میان مدت، اهداف بلند مدت و افق‌های روشنی را برای ورزش دانشگاهی پیش بینی نماید. یکی از الزامات تدوین برنامه استراتژیک مشخص شدن وضعیت موجود نیروی انسانی، تجهیزات و اماکن و فضاها و ورزشی است. در این راستا این اداره نسبت به طراحی، توزیع، جمع آوری و آنالیز اطلاعات وضعیت اماکن، فضاها، سالن‌ها، تجهیزات ورزشی و نیروی انسانی اقدام نموده است. ضمناً از طریق پورتال اداره کل تربیت بدنی به آدرس <http://cfu.ac.ir/tarbiatbadani> آخرین اخبار، اطلاعیه‌ها و بخشنامه‌ها قابل دسترسی می‌باشد.

عضویت اداره کل تربیت بدنی در مجامع علمی- ورزشی دانشگاهی

اداره کل تربیت بدنی برای ارتقاء نام و جایگاه دانشگاه فرهنگیان پس از تلاش‌های فراوان توانست به عضویت فدراسیون ملی ورزش‌های دانشگاهی و انجمن علمی تربیت بدنی و علوم ورزشی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری در آید که امیدواریم این ارتباطات در آینده نزدیک موجبات پیشرفت ورزش دانشگاه فرهنگیان را فراهم آورد.

اقدامات پیش روی اداره کل تربیت بدنی دانشگاه فرهنگیان

اداره کل تربیت بدنی در نظر دارد در سال آتی نسبت به برگزاری بیست و دومین دوره مسابقات ورزشی دانشجویان پردیس‌ها و مراکز آموزش عالی سراسر کشور با شرکت بیش از ۴۰۰۰ ورزشکار و به میزبانی یکی پردیس‌های کشور (هم اکنون در حال رایزنی است) اقدام نماید. همچنین تشکیل شورای عالی ورزش دانشگاه فرهنگیان را اقدامی اساسی در جهت تامین اعتبار در اجرای برنامه‌ریزی و سازماندهی کلان ورزش دانشگاه فرهنگیان می‌داند و نیز تشکیل انجمن‌های علمی و ورزشی و تأمین و بکارگیری نیروی انسانی متخصص را در حوزه تربیت بدنی پردیس ضروری می‌داند. ضمناً این اداره در نظر دارد فصلنامه تربیت بدنی و علوم ورزشی را با همکاری صاحب‌نظران این حوزه راه‌اندازی نماید.

برگزاری اولین دوره مسابقات ورزشی اعضای هیئت علمی و

کارکنان دانشگاه

به یمن کاشت شجره طیبه دانشگاه فرهنگیان، بیست و یکمین دوره مسابقات ورزشی دانشجویان پردیس‌ها و مراکز آموزش عالی سراسر کشور به میزبانی پردیس شهید مقصودی همدان و پردیس نسیمیه تهران برگزار گردید و با رویکرد ورزش دانشگاه محور که یک بعد آن ورزش دانشجویی و بعد دیگر ورزش اعضای هیئت علمی و کارکنان است، در دومین سالگرد تأسیس دانشگاه فرهنگیان، اولین دوره مسابقات ورزشی اعضای هیئت علمی و کارکنان دانشگاه فرهنگیان سراسر کشور به میزبانی پردیس دکتر شریعتی ساری در تاریخ ۲۲-۱۳۹۲/۰۶/۱۸ برگزار گردید.



📄 برای نخستین بار در کشور، طرح رتبه‌بندی خوابگاه‌های دانشجویی اجرا شد.

طرح رتبه‌بندی خوابگاه‌های دانشجویی برای نخستین بار در کشور در دانشگاه فرهنگیان اجرا شد. به گزارش اداره کل امور دانشجویی این طرح با هدف رتبه‌بندی خوابگاه‌ها درصدد است گامی در جهت ایجاد رقابت سالم و تجهیز بهتر این مکان برای دانشجویان بردارد. خوابگاه‌های دانشجویی نقش به‌سزایی در تکمیل شخصیت دانشجویان، آرامش روحی و روانی همچنین پیشرفت تحصیلی ایشان دارند چرا که خوابگاه‌ها علاوه بر اینکه باید محیطی برای استراحت دانشجویان باشد بلکه با داشتن امکانات رفاهی ویژه‌ای بتواند نیازهای متنوع و به حق ایشان را در دانشگاه فراهم نماید.

در روند انجام این طرح که از سال گذشته آغاز شده، با تنظیم نمون برگ‌ی به صورت الکترونیکی در سامانه آمار و اطلاعات بسیاری از اطلاعات در خصوص فضاهای فیزیکی و تجهیزات موجود به صورت خود اظهاری گردآوری شده است که این اطلاعات شامل وضعیت کیفی ساختمان، قدمت ساختمان، موقعیت مکانی از لحاظ بعد مسافت، تعداد بلوک‌ها و ... است.

همچنین در سال جاری در خصوص نیروی انسانی موجود مخصوصاً شاغلین در پست سرپرستان شبانه‌روزی اطلاعات مربوطه به همراه نمون برگ ارزیابی آن‌ها جمع‌آوری شده و کار بررسی اطلاعات رسیده جهت درجه‌بندی خوابگاه‌ها از نظر شاخص انسانی در دست اقدام است.

📄 شیوه‌نامه میهمانی و انتقال دانشجویان تدوین و ابلاغ شد

در راستای سیاست‌های کلان دانشگاه فرهنگیان مبنی بر بومی‌گزینی و قانونمند کردن فرآیند میهمان دائم و موقت دانشجویان، همچنین ایجاد شرایط مناسب برای تحصیل ایشان با توجه به گستردگی در سطح کشور و رشته‌های تحصیلی موجود، شیوه‌نامه نقل و انتقالات تدوین و ابلاغ شد.

طی جلسات متعدد با وزارت علوم، تحقیقات و فناوری نیاز خاص این دانشگاه به تدوین شیوه‌نامه‌ای مخصوص دانشجویان این دانشگاه بر اساس آیین‌نامه نقل و انتقالات دانشجویان وزارت علوم مطرح و پس از برگزاری جلسات متعدد این شیوه‌نامه با توجه به شرایط دانشجویان بومی‌سازی و ابلاغ شد. لازم به ذکر است انتقال به تغییر محل تحصیل دانشجویان از یک پردیس به پردیس دیگر در همان رشته، همان دوره و همان مقطع تحصیلی گفته می‌شود از آنجا که دانشگاه فرهنگیان یک دانشگاه با پردیس‌ها و مراکز آموزش عالی تابعه در کل کشور است در نتیجه بحث انتقال مفهومی نداشته و دانشجویان فقط در این دانشگاه می‌توانند تقاضای میهمانی به صورت موقت یا دائم را با توجه به شرایطی که در شیوه‌نامه قید شده را داشته باشند.

📄 تشکیل شوراهای صنفی-رفاهی دانشجویی برای اولین بار

به منظور افزایش آگاهی دانشجویان نسبت به مسایل صنفی-رفاهی (امور تغذیه و خوابگاه، خدماتی و رفاهی، کمک آموزشی و خدماتی آموزشی)، ترویج و تقویت فضای مشارکت و همکاری دانشجویان با مسئولین دانشگاه و تعیین حقوق و مسئولیت‌های خود جهت آشنایی بیشتر آن‌ها با واقعیت‌ها و مشکلات یکدیگر تشکیل شوراهای صنفی-رفاهی دانشجویی در دستور کار دانشگاه فرهنگیان قرار گرفت. همچنین طی بخشنامه‌ای از سرپرستان پردیس‌ها و مراکز آموزش عالی تابعه خواسته شد نسبت به تشکیل این شوراهای بر اساس آیین‌نامه شورای صنفی-رفاهی دانشگاه‌ها و مراکز آموزش عالی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری با رعایت زمان‌بندی فعالیت‌های انتخاباتی، اقدام کنند.

📄 اخذ مجوز برگزاری شوراهای موارد خاص

پس از پیگیری‌های معاونت دانشجویی، مجوز تشکیل شوراهای موارد خاص دانشگاه‌ها از وزارت علوم، تحقیقات و فناوری اخذ شد. به گزارش اداره کل امور دانشجویی، از ناحیه وزارت علوم، تحقیقات و فناوری پردیس‌های منتخب استانی در سراسر کشور مجوز تشکیل شوراهای موارد خاص دانشگاه‌ها و به سازمان مرکزی دانشگاه مجوز برگزاری شوراهای موارد خاص استانی اعطا شد. با این تفویض اختیار روند بررسی پرونده‌های دانشجویی بر اساس قوانین وزارت علوم و توسط افراد منتخب و شایسته به طور یکسان و زمان کمتر با توجه به خصوصیات هر استان انجام می‌پذیرد.

شایان ذکر است موارد خاص به وضعیت دانشجویانی اطلاق می‌شود که جریان تحصیل آنان به عللی خارج از اراده و اختیار آن‌ها با مشکل مواجه شده و رفع آن با مقررات و آیین‌نامه‌های موجود ممکن نیست. در این خصوص شوراهایی تحت عناوین شوراهای موارد خاص دانشگاه‌ها یا شوراهای استانی به عنوان مرجعی برای حل مشکل دانشجویان با مجوز از وزارت علوم، تحقیقات و فناوری تشکیل می‌شود.

📄 کام‌نهایی یکپارچه‌سازی اتوماسیون تغذیه دانشجویی

طرح یکپارچه‌سازی اتوماسیون تغذیه دانشجویی با هدف یکسان‌سازی اتوماسیون تغذیه دانشجویی و تسهیل و تسریع در روند این فرایند در رزرو غذا و ارایه آن به دانشجویان مراحل نهایی اجرایی شدن را طی می‌کند.

به گزارش اداره کل دانشجویی، یکپارچه‌سازی اتوماسیون تغذیه دانشجویی علاوه بر صرفه‌جویی در وقت و هزینه باعث پرهیز از اسراف مواد غذایی شده و تعدیل نیروی انسانی را در پی دارد. شایان ذکر است این طرح از ماه‌های گذشته شروع شده و منتظر نهایی شدن اجرای آن در کل کشور می‌باشیم.

شناسنامه سلامت

می‌دانیم که انسان موجودی است متشکل از روح و جسم، و این دو بعد بر روی یکدیگر تأثیر دارند. در نتیجه همان طور که روح بر جسم دارای تأثیر است و این مطلب را در بیماری‌های روان‌تنی می‌بینیم، جسم نیز بر روح دارای تأثیر است. حال اگر این بعد از وجود آدمی یعنی جسم مادی او دارای سلامت کافی باشد، اثرات مشغول کننده و باز دارنده آن بروح نیز کمتر خواهد شد و برعکس. در دین به سلامتی جسمی و هر آنچه که به آن مرتبط است اهمیت زیادی داده شده و دستورات زیادی در رابطه با عواملی که سلامتی جسمی انسان‌ها را به خطر می‌اندازند آورده شده است که به عنوان نمونه می‌توان به دستورات بهداشتی و پیشگیری‌کننده از بیماری‌ها، توصیه‌های درمانی، دستور رجوع به طبیب در هنگام بیماری، ممنوعیت استفاده از موادی که به بدن آسیب می‌رسانند و... اشاره کرد.

بر این اساس، لزوم توجه به سلامت دانشجویان به عنوان قشر فرهیخته جامعه ضرورتی اجتناب ناپذیر است. اداره کل بهداشت، سلامت و تغذیه دانشگاه، در صدد است تا با ایجاد طرح غربالگری، کارنامه سلامت روان تشکیل داده و بر طبق آن برنامه‌ریزی‌هایی در جهت پیشگیری و ارتقای سلامت جسمی دانشجویان انجام دهد. زمان و نحوه‌ی اجرای این طرح، متعاقباً اعلام خواهد

گردآوری و ساماندهی اطلاعات پزشکان

نیروی انسانی همواره مهم‌ترین عامل برای پیشبرد اهداف یک سازمان است. اداره کل بهداشت، سلامت و تغذیه نیز در این راستا اقدام به ارسال بخشنامه‌ای جهت گردآوری و ساماندهی اطلاعات پزشکان نمود. اطلاعات واصله شامل تعداد، مدرک، دوره‌های تخصصی گذرانده‌شده توسط پزشک و مطالبی از این دست می‌باشد. اطلاعات واصله پس از پردازش و تحلیل جهت ارائه به ریاست محترم دانشگاه و امور اداری در راستای جذب و ساماندهی نیروها مورد استفاده قرار خواهد گرفت.

شیر و عملکرد حافظه

بر اساس مطالعه‌ای که در مجله بین‌المللی لبنیات به چاپ رسید، نوشیدن یک لیوان شیر در روز نه تنها بخشی از مواد مغذی مورد نیاز بدن را تأمین می‌کند، بلکه بر عملکرد مغز و سلامت روانی نیز تأثیر بسزایی دارد. محققان دریافتند افراد بزرگسالی که به میزان کافی شیر و فرآورده‌های لبنی مصرف می‌کنند، در مقایسه با افرادی که شیر نمی‌خورند، از امتیاز بالاتری در تست‌های مربوط به عملکرد مغز برخوردارند. نتایج نشان داد افرادی که حداقل یک لیوان شیر در روز می‌نوشند، در تست‌های مربوط به عملکرد مغز موفق‌تر عمل می‌کنند.

گزارش شش ماهه اول سال ۹۲ اداره بهداشت و سلامت

کارهای انجام شده

- تدوین آیین نامه و مقررات بهداشتی دانشگاه فرهنگیان
- تدوین دستورالعمل استانداردهای آشپزخانه، سرویس‌های بهداشتی و خوابگاهها
- تدوین شرح وظایف کارکنان بخش‌های بهداشتی و کارهای مربوط به تغذیه
- تدوین استاندارد سازی مواد غذایی و جدول ارزش غذایی مورد استفاده
- جمع‌آوری مشخصات کارشناسان بهداشت کلیه پردیس‌ها و تفکیک افرادی که تخصص آن‌ها مرتبط با پست آن‌ها نیست؛ سپس اقدام در جهت به‌کارگیری افراد در این پست‌ها با تخصص مرتبط.

کارهای در دست اقدام

- پیشنهاد تعیین و تبیین جایگاه پزشکان عمومی در چارت سازمانی دانشگاه فرهنگیان و پردیس‌ها
- جمع‌آوری آمار و اطلاعات مربوط به کارمندان و پزشکان موجود در بخش بهداشت، سلامت و تغذیه در پردیس‌های سراسر کشور (تاکنون حدود ۲۰ پردیس جواب داده اند)
- جمع‌آوری و تدوین "شناسنامه سلامت" برای دانشجویان و کارمندان (طی چند روز آینده به صورت آزمایشی در چند پردیس انجام خواهد شد و پس از ویرایش و رفع اشکالات و اعمال پیشنهادات به صورت سراسر پردیس‌ها اجرایی خواهد شد)
- تهیه و تدوین دستورالعمل معاینات و آزمایشات بدو ورود دانشجویان (که پس تصویب و صدور مجوز انشاءالله از سال آینده اجرایی خواهد شد)
- تهیه و تعریف شرح وظایف پزشکان شاغل در پردیس‌ها
- تهیه جزوات آموزشی و آگاهی بخشی در مورد بیماری‌های شایع و سوء مصرف مواد مخدر و الکل و...
- تدوین و تهیه دستورالعمل پایش و معاینات دوره‌ای دانشجویان و کارمندان شاغل در پردیس‌ها
- فراهم کردن و جمع‌آوری مطالبی برای تدوین کتاب "بهداشت و کمک‌های اولیه" برای تدریس به عنوان ۲ تا ۳ واحد درسی در پردیس‌ها

منتظر نظرها، انتقادات و پیشنهادهای سازنده شما بزرگواران

هستیم.

۰۲۱۸۷۷۵۱۲۷۶