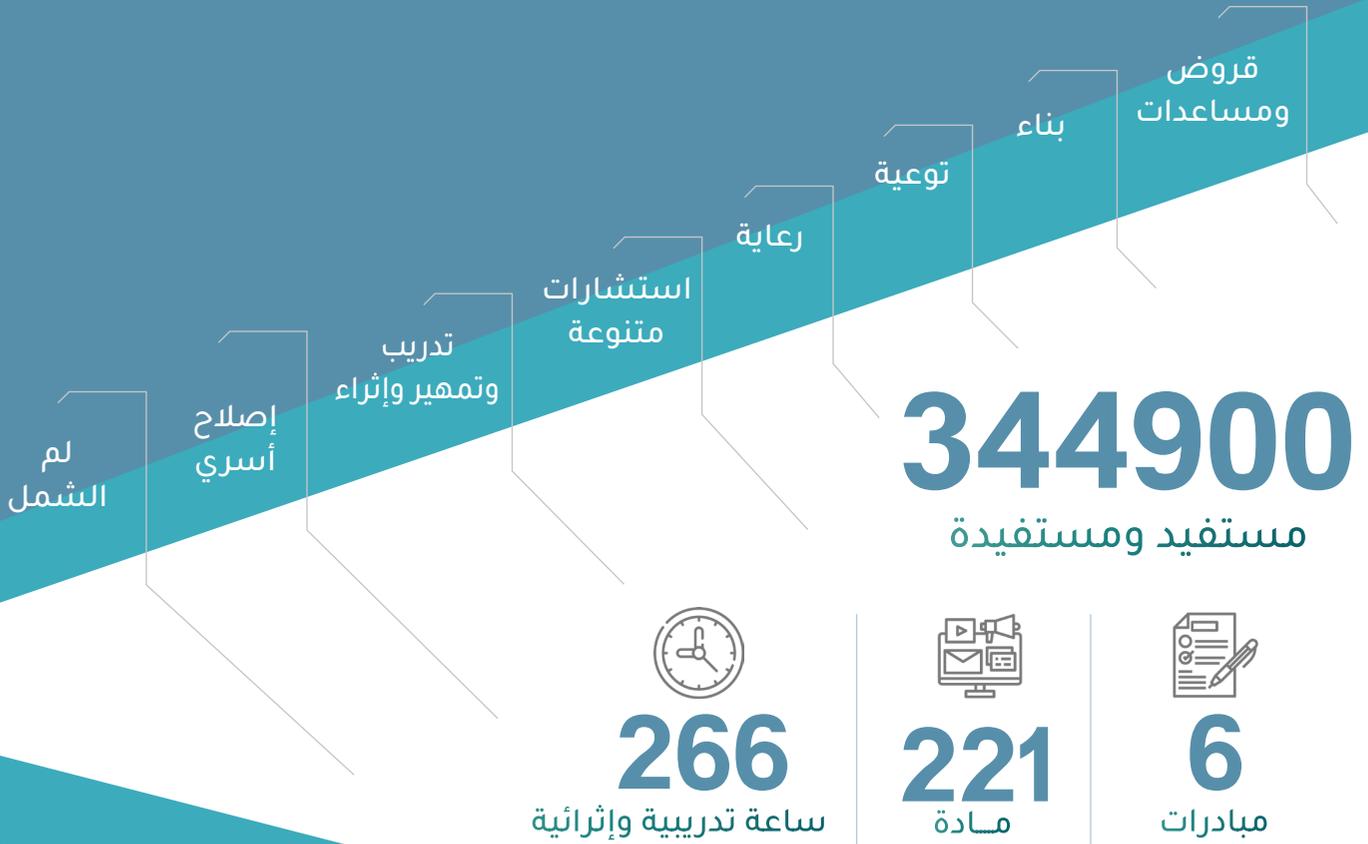


مبادرات «أسرة» خلال جائحة كورونا





بذلنا الغالي والنفيس للمحافظة على صحة الإنسان وسلامته
وتوفير كل أسباب العيش الكريم له وأؤكد لكم حرصنا الشديد
على توفير ما يلزم المواطن في هذه الأرض الطيبة.

خادم الحرمين الشريفين
الملك سلمان بن عبدالعزيز آل سعود



صاحب السمو الملكي الأمير الدكتور /
فيصل بن مشعل بن سعود بن عبد العزيز
يشيد بدور جمعية أسرة.



«أعجبنى ما تقوم به
جمعية أسرة جمعية رائدة
ويعملون بشكل مهني»



د. محمد بن عبدالله السيف مدير عام جمعية أسرة

بناء على رسالتنا الأسرية والمجتمعية... سخرت الجمعية جميع إمكاناتها وطاقاتها للقيام بواجبها أثناء جائحة كورونا فزادت من إنتاجها وسهلت الحصول على خدماتها فحولت التحدي إلى فرصة والمحنة إلى منحة وقدمت العديد من المبادرات والبرامج والمواد النوعية التي كان لها الأثر الواضح على الأسرة والمجتمع وذلك تماشياً مع الجهود الحكومية المبذولة والمبادرات التي أطلقها ورعاها سمو أمير المنطقة. وفي هذه المناسبة أوجه شكري لصاحب السمو الملكي الأمير الدكتور / فيصل بن مشعل أمير منطقة القصيم على دعمه المتواصل، وأثني بالشكر لمجلس إدارة الجمعية على تسهيله كل السبل المساعدة لنا، والشكر موصول ومحفوظ لفريق العمل في أسرة على الجهود الجبارة التي قاموا بها.

فريق العمل



بتوجيه من مدير عام «أسرة» الدكتور محمد بن عبدالله السيف،
تم تشكيل فريق متخصص ومتنوع الكفاءات ومتعدد المهارات
لإدارة الأزمة وتنفيذ التوجيهات المتعلقة بخطة الجمعية التوعوية
والتثقيفية خلال جائحة كورونا.

عندما تكون الرؤية واضحة والرسالة نبيلة والهدف محدد ، والدافع الوازع الديني والانتماء الوطني والغيرة عل المجتمع، نذل الصعوبات ونتجاوز التحديات ونخلق الفرص ونحول المحن إلى منح والمستحيل إلى الممكن.

تخفيض الإنتاج والاقتصار على تقديم الخدمات الضرورية المقدمة للمجتمع هكذا كان الحال في كثير من القطاعات الخدمية بسبب الجائحة.

لكن جمعية أسرة كان لها رأي آخر فضاعفت إنتاجها في برامجها البنائية والوقائية والعلاجية ووسعت نطاق خدماتها وسهلت الحصول عليها.

قدمت المراكز المختصة خدماتها بأسعار مخفضة

فقدمت جمعية أسرة خدماتها في الإصلاح الأسري والاستشارات المتنوعة والتدريب مجاناً وأحياناً تدفع مبالغ وجوائز تحفيزية

وقدمت المنشآت الربحية تسهيلات للحصول على القروض والمساعدات للمقبلين على الزواج..

فقدمت أسرة قروض بدون فوائد وبأقساط ميسرة بل وتقدم مساعدات غير مستردة بإجراءات سهلة.

«أسرة».. مسيرة الخير والعطاء

المحتويات

بماذا
تميزنا

10 رقم
الصفحة

مبادرات
أسرة

9 رقم
الصفحة

مبادرة
سعادتي مع
أسرتي

20 رقم
الصفحة

مبادرة بيتنا
مدرستنا

18 رقم
الصفحة

مبادرة
مستمررون

13 رقم
الصفحة

أرقام
وإحصائيات

12 رقم
الصفحة

أسرة في
الإعلام

42 رقم
الصفحة

مبادرة نحو
أسرة سعيدة

30 رقم
الصفحة

مبادرة نحن
معكم

28 رقم
الصفحة

مبادرة خلق
بالبيت

24 رقم
الصفحة

مبادرات «أسرة» خلال جائحة كورونا

3

مبادرة

سعادتي مع أسرتي

برامج متنوعة بناءية وتوعوي ووقائية وعلاجية للتعامل مع أعراض الجائحة وكيفية إدارة الوقت ورفع مستوى الوعي واكتساب مهارات ذاتية وتربوية

مستفيد
ومستفيدة

16000

2

مبادرة

بيتنا.. مدرستنا

برامج ومواد توعوية تساعد الأسرة للتعامل الأمثل مع التعليم عن بعد

مستفيد
ومستفيدة

26000

1

مبادرة

مستمرون

التأكيد على استمرار الجمعية في تقديم خدماتها للمستفيدين بل وتسهيل الحصول عليها ورفع الإنتاج

مستفيد
ومستفيدة

19000

6

مبادرة

(نحو أسرة سعيدة)

كانت الجمعية هي الشريك الاستراتيجي الأول حيث قدمت جميع برامج ومواد المبادرة ال(٩٥) منفردة، بالإضافة إلى أربعة برامج تم تنفيذها مع شركاء المبادرة، وقامت بإخراج وتصميم وإعداد التقارير الدورية والختامية وكذلك الخطة العامة والشهرية والأسبوعية بالتنسيق مع مشرفة المبادرة

مستفيد
ومستفيدة

241900

5

مبادرة

نحن معكم

استهدفت نزلاء المحاجر الصحية قدمت برامج إثنائية وهدايا لهم

مستفيد
ومستفيدة

240

4

مبادرة

خلك بالبيت

دعوة للالتزام بتعليمات الحجر المنزلي وتقديم مادة إثنائية وتثقيفية وألعاب مسلية تفاعلية وكذلك مسابقات علمية وصحية وتوعوية

مستفيد
ومستفيدة

42000

بماذا تميزنا؟



1

حرصت الجمعية على التنوع في الطرح لتلبي احتياجات وأذواق الجميع ابتداءً من المقاطع التوعوية القصيرة ومروراً برسائل الجرافيك المعبرة والإضاءات والمحاضرات والندوات وانتهاءً بالبرامج والدورات التدريبية التي تستمر بعضها لمدة شهر كامل وتجمع بين اللقاءات والتطبيقات داخل الأسر

4

إشراك العنصر النسائي كمدربات ومحاضرات في الموضوعات الخاصة بالنساء

3

شمولية البرامج والمواد المقدمة لتلبي احتياجات وتطلعات جميع أفراد الأسرة وشرائح المجتمع

2

التنوع في استقبال الاستشارات ما بين اتصال مباشر عبر خط ثابت طوال الأيام خلال 24 ساعة للاستشارات الأسرية العامة وتحديد ساعتين يوميا للاستشارات الخاصة وتفعيل الاستشارات الإلكترونية

بماذا تميزنا؟



5

البت المباشر لجميع المحاضرات والدورات التدريبية في أربع منصات (الزوم - تويتر - يوتيوب - منصة أسرة الإثرائية) ورفعها مباشرة لليوتيوب وتويتر ليستفيد منها الجميع على مر الأيام

6

طول فترة التنفيذ إذ استمرت ستة شهور وحتى في الأعياد استمرت في توعية الأسرة وحمايتها من آثار وأعراض الجائحة ومع طول فترة المبادرة في كل يوم يقدم مادة توعوية للمستفيدين

7

كثرة المقبلين والمتابعين والمستفيدين من البرامج والخدمات المقدمة (344900) مستفيد ومستفيدة

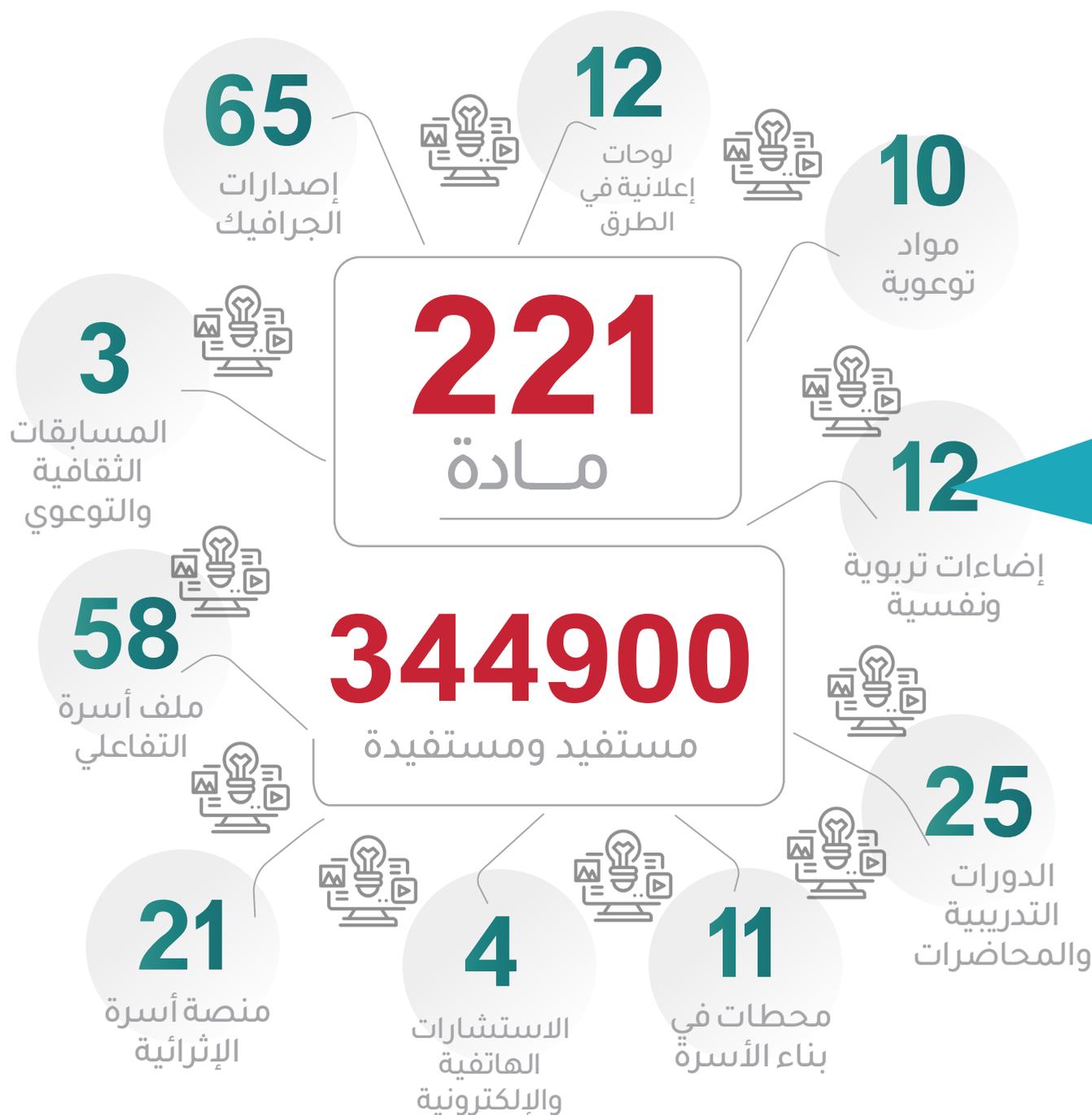
9

إشراك المستفيدين وقياس مدى رضاهم في البرامج وتقييمهم لها من خلال مؤشرات تحقق الأهداف

8

استقطاب المدربين والمحاضرين والمستشارين المميزين في مجالاتهم سواء من داخل المنطقة أو خارجها وحتى من دول الخليج

أرقام وإحصائيات



1

مبادرة مستثمرون

30
مادة

19000
مستفيد ومستفيدة

التأكيد على استمرار الجمعية
في تقديم خدماتها للمستفيدين
بل وتسهيل الحصول عليها
ورفع الإنتاج

محطات في بناء الأسرة..

سلسلة حلقات تكاملية لبناء الأسرة من التكوين إلى التمكين



الحلقة السادسة : الأسباب
العشرة للتواصل العاطفي
بين الزوجين



الحلقة السابعة : الحذر
من عشارية الخلافات
الزوجية



الحلقة الثامنة : وقفات
مع الحياة الزوجية



الحلقة التاسعة :
مهارات حل المشكلات



الحلقة العاشرة :
التربية الإيجابية



الحلقة الحادية عشر:
فن التعامل مع
المراهق



الحلقة الأولى: كيف
نستقبل رمضان



الحلقة الثانية : معايير
اختيار الشريك



الحلقة الثالثة :
الحقوق والواجبات



الحلقة الرابعة : التوازن
المالي في الأسرة



الحلقة الخامسة :
فهل من مدرك؟



دورة « أسس الحياة الزوجية الناجحة»

للمقبلين على الزواج والمتزوجين حديثاً



الحلقة الثالثة: بيئة الدخلة
.. أولى خطوات النجاح



الحلقة الأولى: الحقوق
والواجبات



الحلقة الرابعة: فن
التعامل مع المشكلات



الحلقة الثانية: التوازن
المالي بعد الزواج



دورة
شريك حياتي كيف
أسعده ويسعدني
للمقبلات على الزواج والمتزوجات حديثاً

شريك حياتي كيف
أسعده ويسعدني



2600

مستفيد ومستفيدة

48

محاضرة

108

ساعة

برنامج «القيادة الأسرية»



قدمته جمعية أسرة بريدة ممثلة بوحدة الوعي الاجتماعي، بالتعاون مع مركز دراسات القيادة.

لقاءات إثرانية وتطبيقات عملية في القيادة الأسرية

مادة علمية
مجاناً البرنامج
لقاءات إثرانية
تطبيق عملي
أنشطة متعددة

يوم لقاء
ويوم تطبيق

المدرّب
د. صالح المحميد
مؤسس مركز دراسات القيادة

يبدأ البرنامج يوم الأحد
60 دقيقة يومياً

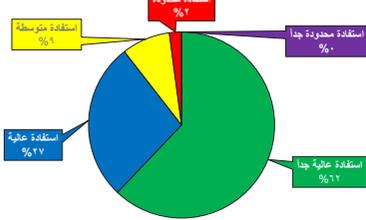
للإستماع والإقتراحات

الشروط:
1. حضور البرنامج أون لاين...
2. تنفيذ التطبيقات العملية والمهام بعد نهاية البرنامج وإرسالها على البريد الإلكتروني.

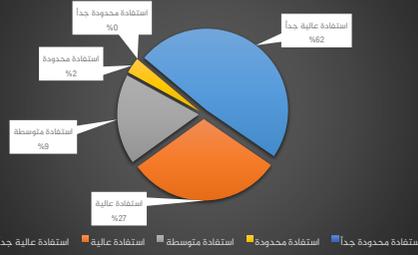
التسجيل والوصول إلى التليجرام
امسح الكود بجوالك

أسرة قيادة مسؤولة

ما مدى استفادتك من المادة العلمية في اليوم الأول؟



ما مدى استفادتك من التطبيق العملي في اليوم الأول؟



خطوات لتصبح منصتاً

1- خذ وقتك، أنا أنصت
2- أنا أقدر وجهة نظرك، تكلم
3- لا تستعجل الإخذ بقية الحديث
4- دعني أتأكد أنني أفهم جيداً
5- اترك وقتاً كافي للمحدث الآخر
6- تخيل نفسك مكان الشخص الآخر
7- كن مرهف الإحساس تجاه المتحدث
8- انتص لمدة دقيقة قبل الحديث

تقنيات الإنصات



دورة: فن ادارة الاجتماعات



محاضرة: رحلة مع الإمام .. بين السقوط والأمان





القروض والمساعدات

ريال **4960000**
اجمالي المبالغ المصروفة أثناء الجائحة

تسريع إجراءات صرف المساعدات والقروض وتسهيل الإجراءات للمتزوجين حديثاً وذلك لإعانتهم على مواجهة متطلبات الحياة

المساعدات

1700000 ريال
170 مستفيد

القروض

3260000 ريال
95 مستفيد

2

مبادرة

بيتنا.. مدرستنا

26000

مستفيد ومستفيدة

9

مواد

برامج ومواد توعوية تساعد
الأسرة للتعامل الأمثل مع
التعليم عن بعد

استخدم الحاسب الآلي أثناء التعلم عن بعد

وقم بإطفاء هاتفك أو ضع في مكان بعيد عنك حتى لا تستمر في تفتّده كل بضع دقائق.



وإذا اضطررت لاستخدام الهاتف الجوال في التعلم عن بعد فاستعن بتطبيقات تجنب المواقع للتأكد على عدم الدخول إلى مواقع التواصل الاجتماعي أثناء ساعات الدراسة.

#بيتنا_مدرستنا



تصاميم الجرافيك

آمن.. لتعليم إلكتروني



كن واعياً، ولا تتعامل إلا مع المنصات التعليمية المعتمدة من وزارة التعليم.

#بيتنا_مدرستنا



التهيئة الأسرية للدراسة عن بعد (الجزء الأول).



١٠ نصائح للوالدين بمناسبة العام الدراسي



تمكين دور الأسرة في التعليم عن بعد



التعليم عن بعد فرصة عظيمة

لممارسة أنشطة تعليمية جديدة ومختلفة عن الوسائل التقليدية.



اجعله فرصة للتدرب على البحث والاستقصاء والتطبيق.

#بيتنا_مدرستنا

على الآباء والأمهات أن يكونوا جادين في **طبي برنامج الإجازة** بكل جوانبه ورفعه حتى تحين إجازة أخرى.



ثم نرسم مع أولادنا برنامجاً جديداً يتناسب مع أيام الدراسة.

#بيتنا_مدرستنا

كُن قريباً من أبنائك

أثناء التعلم عن بعد بالمساعدة والتحفيز.



واكن في نفس الوقت امنحهم الثقة ليختبروا على التعلم الذاتي وتحمل المسؤولية.

#بيتنا_مدرستنا

لا تجعل

التعلم عن بعد في المنزل يشعرك وكأنك في عطلة طويلة، فتبدأ بالسهو ليلاً، والاستيقاظ متأخراً.



احرص على النوم لساعات كافية ليلاً واستيقظ مبكراً واستعد بشكل جيد لضمان نتائج عالية وأداء ممتاز.

#بيتنا_مدرستنا

3

مبادرة

سعادتي مع أسرتي

16000

مستفيد ومستفيدة

16

مادة

برامج متنوعة بنائية وتوعوية ووقائية
وعلاجية للتعامل مع أعراض الجائحة وكيفية
إدارة الوقت ورفع مستوى الوعي واكتساب
مهارات ذاتية وتربوية

إضاءات أسرية تربوية نفسية توعوية

إضاءة 4
لا تكن سبباً
في توتر
ابنك

لا تكن سبباً في توتر ابنك



إضاءة
لتكن رد
فعلك عقلاً

إضاءة ١ : لتكن ردة فعلك عقلانية



إضاءة 6
حول التحدي
إلى فرصة

حول التحدي إلى فرصة



إضاءة 2
خطوات عملية
للتعامل مع
الفايروس

إضاءة ٢ : خطوات عملية للتعامل مع الفايروس



إضاءة 5
استراتيجيات
التطمين النفسي

استراتيجيات التطمين النفسي



إضاءة 3
غير طريقة
تفكيرك

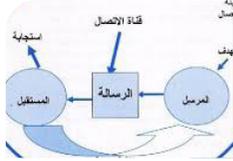
إضاءة ٣ : غير طريقة تفكيرك



برامج تدريبية ومحاضرات



الأسرة والتعامل
مع الأزمات - كورونا
أنموذجاً



توظيف نظرية الاتصال
لساير في الإرشاد
الأسري



فيديو توعوي جمعية
اسرة ضد فيروس
كورونا



إدارة الأزمات



إدارة القلق والضغوط..
كيف نحول التحديات
إلى فرص؟



كيف تستطيع الأسرة
أن تصنع الإيجابية خلال
الحجر الصحي؟



التفكير الإبداعي في
حل المشكلات واتخاذ
القرار



هندس رمضانك

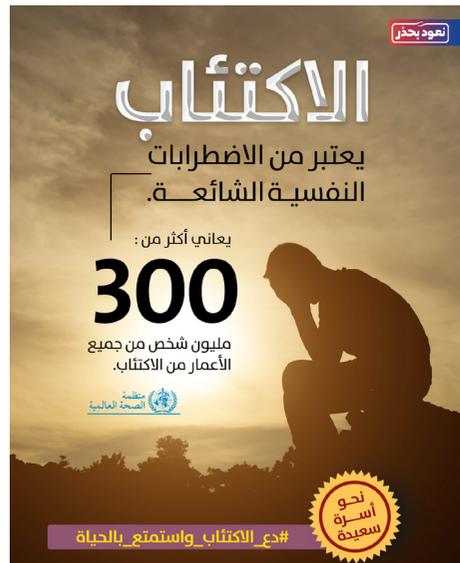


في ظل الظروف الحالية
التي تختم البقاء في المنزل
والتي من المستحيل غير الضرورية
تجنب الخروج من المنزل.
إننا نعلم أن التغييرات التي
تحدثت في بيئة في المنزل
أكثر خطورة وصعوبة

الوقاية من كورونا ..
كيف يكون البقاء في
المنزل ممتعاً ..



نماذج من تصاميم الجرافيك



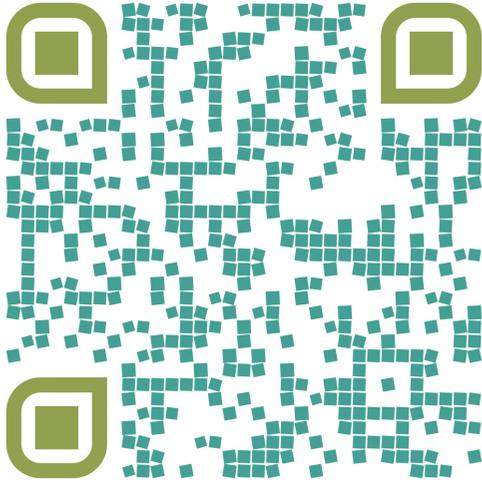
4

مبادرة

خلك في البيت

42000 | 71
مستفيد ومستفيدة | مادة

دعوة للالتزام بتعليمات الحجر المنزلي
وتقديم مادة إثرائية وتثقيفية وألعاب
مسلية تفاعلية وكذلك مسابقات
علمية وصحية وتوعوية



خلك في البيت

بما أننا هذه الفترة نلزم البيت غالب الوقت فسيأتي علينا بالضر وفي هذه القائمة العديد من مقاطع الفيديو النافعة والكتب والألعاب المسلية لو اختار الإنسان منها ما يعجبه لخرج بأذن الله بكثير من الفائدة والمتعة.

قم بالضغط على العنوان أو الصورة للوصول إلى المحتوى

يحتوي هذا الملف على :

1. مقاطع فيديو من إصدارات الجمعية.
2. مقاطع يوتيوب نافعة.
3. كتب مفيضة (المصاحف التفاعلية)
4. ألعاب مسلية.



المسابقات الصحية والتوعوية



مسابقة تحدي أسرة
السؤال الخامس



مسابقة تحدي أسرة
السؤال الأول



مسابقة فكرة في
الحجر الصحي



مسابقة تحدي أسرة
السؤال الثاني



مسابقة (الوقاية الصحية
في السيرة النبوية).



مسابقة تحدي أسرة
السؤال الثالث



مسابقة تحدي أسرة
السؤال الرابع



مسابقة
#تحدي جمعية أسرة
#نتفرق _ لنلتقي

مسابقة توعوية أسرية صحية للوقاية من "كورونا"

الجائزة الكبرى
3000 ريال

شروط الجائزة الكبرى:

- 1- تكون لأفضل فكرة أسرية تربية أو صحية تم تنفيذها خلال فترة الحجر المنزلي.
- 2- يكون محتوى الفكرة مقطع فيديو لا تتجاوز مدته دقيقة واحدة توضح فيه الفكرة وهدفها.
- 3- ترسل المشاركات على الرقم 0503831414 من الآن حتى 1441 / 8 / 17 هـ.

مسؤول

بمبادرة مشروع تعزيز القيم النبوية
بمكسي الشيخ عبدالله الرشيد لخدمة الأسرة النبوية بإمعة القصيم
 بالتعاون مع جمعية أسرة بريدة

مسابقة
الوقاية الصحية
في السيرة النبوية

جائزة مالية بقيمة
20.000 ريال

بشروط
المشاركة في الرابط
التالي حتى 20
أغسطس 2020
على الهاتف
0503831414
إلا في العدد أكثر من
12 مليار
المشاركة أكثر من
مئة ألفي شخص
المشاركات
المتعددة والمتنوعة
في صورة الوسيلة
التي تخدم السيرة
النبوية

تبدأ المسابقة في
14 / 8 / 1441 هـ
وتنتهي 17 / 8 / 1441 هـ

للواصل
والاستفسار:
0550535682

الجمعية عبر الاندرويد
تحميل التطبيق
للوصول للخدمة

عندك فكرة
أسرية أو تربية
أو وقائية نفذتها
خلال فترة الحجر الصحي؟

شارك معنا
في مسابقة
#تحدي جمعية أسرة
#نتفرق _ لنلتقي

▶ الجائزة تمنح لأفضل فكرة،
▶ يتم إرسال مقطع فيديو توضح
فكرة الفكرة وهدفها (سنة تصوير مبهمة)
▶ ترسل المشاركات على الرقم
0503831414
▶ من الآن حتى 1441 / 8 / 22 هـ

الجائزة
3000 ريال

التجمع الصحي
بمكسي القصيم
Health Center

لوحات توعوية في الطرق الرئيسية.



5

مبادرة

نحن معكم

240

لنزلاء الإيواء الصحي

استهدفت نزلاء الإيواء
الصحي، قدمت برامج إثرائية
وهدايا لهم

ضمن مبادرة « نحن معكم » وبالتعاون مع التجمع الصحي بالقصيم، قدمت الجمعية مجموعة من الهدايا للموجودين في الإيواء الصحي، إضافة إلى تخصيص مجموعة من البرامج الهادفة لهذه الفئة تستهدف رفع المستوى المعنوي للنزلاء وتقديم المواد التثقيفية والتوعوية.



امسح الباكورد
لمشاهدة الفيديو

عندك فكرة
أسرية أو تربية
أو وقائية نفذتها
خلال فترة الحجر الصحي؟

شارك معنا
في مسابقة
#تحدي جمعية أسرة
#نتفرق للتلقي

ال جائزة تمنح لأفضل فكرة،
يتم إرسال مقطع فيديو توضح
فيه الفكرة ومدها (مدة ٥ ثواني فقط)
ترسل المشاركات عن الرقم
0503831414
من الآن حتى 22 / 8 / 1441 هـ.

الجائزة **3000**
ريال

التجمع الصحي
بقصيم Gasim
Health Cluster

أسرة

يقدم مشروع تعزيز القيم النبوية
بكرسي الشيخ عبدالله الرشيد لخدمة السيرة النبوية
بالتعاون مع جمعية أسرة بيردة

مسابقة
الوقاية الصحية
في السيرة النبوية

جوائز مالية بقيمة
10.000
ريال

شروط
المسابقة

التسجيل في الرابط
للتقديم
يتميز بـ 12
مسابقات خصوصية
على الدورات
الافتتاحية الإلكترونية
إذا كان العدد أكثر من
12 مار.

المشاركة أكثر من
مرة لنفس شخص
مشاركين
الاستكمال بالاختبار
في مذكره الواسعة
الصحية في السيرة
النبوية.

التسجيل
وتقديم
الاجود
0550535682

لقاءات إنرائية
وتطبيقات عملية في
القيادة الأسرية

لقاءات
إنرائية
مجاناً
تطبيق
مجاناً
مادة
علمية
يوم لقاء
ويوم تطبيق

التهرب
3 - صباح الخميس
مؤسس مركز دراسات القيادة

سنة البرنامج يوم الأحد
10:00 صباحاً - 12:00 ظهراً
من 8 - 9 م

الاشتراك:
1 حضور البرنامج أون لاين .
2 تنفيذ التطبيقات العملية والمعالم بعد
نهاية البرنامج وإرسالها على البريد الإلكتروني.

التسجيل والوصول
إلى البرنامج
أمن الكود
بجواز

للواصل / واتس 0503831414

6

مبادرة

نحو أسرة سعيدة

التي أشرفت عليها اللجنة النسائية التنموية بإمارة منطقة القصيم

241900

مستفيد ومستفيدة

كانت الجمعية هي الشريك الاستراتيجي الأول حيث قدمت جميع برامج ومواد المبادرة ال (٩٥) منفردة، بالإضافة إلى أربعة برامج تم تنفيذها مع شركاء المبادرة، وقامت بإخراج وتصميم وإعداد التقارير الدورية والختامية وكذلك الخطة العامة والشهرية والأسبوعية بالتنسيق مع مشرفة المبادرة

95

مادة

95 %

من المبادرة نفذتها «أسرة»

مشاركة «أسرة» في مبادرة « نحو أسرة سعيدة» التي أشرفت عليها اللجنة النسائية التنموية بإمارة منطقة القصيم



سمو أمير القصيم يستقبل أعضاء مبادرة نحو أسرة سعيدة : اللجنة التنموية النسائية
+ الشريك الاستراتيجي المنفذ للمبادرة « أسرة» لاستلام التقرير الختامي للمبادرة.



فريق أعضاء جمعية أسرة في حفل التكريم على شرف سمو أمير منطقة القصيم

صاحبة السمو الأميرة عبير بنت سلمان المنديل رئيسة اللجنة النسائية التنموية تخصص «أسرة» بالشكر لجهودها في المبادرة. وذلك في الإصدار الختامي لتقرير المبادرة الصادر عن اللجنة النسائية التنموية.

شكر
وتقدير

نشكر صاحب السمو الملكي الأمير الدكتور
فيصل بن مشعل بن سعود بن عبدالعزيز
أمير منطقة القصيم - حفظه الله -

على الثقة التي منحها للجنة النسائية التنموية بالإشراف على مبادرة
(نحو أسرة سعيدة) والتي أثمرت - ولله الحمد - نتائج إيجابية على
المنطقة كما نشكر الشركاء (التجمع الصحي وجامعة القصيم)
ونخص بالشكر الشريك الاستراتيجي الأول (جمعية أسرة)
سائلين الله أن يكتب الأجر للجميع

صاحبة السمو
الأميرة عبير بنت سلمان المنديل
رئيسة اللجنة النسائية التنموية



أولاً: المواد الإعلامية التوعوية

40600

مستفيد



8 نصائح
يجب الالتزام بها
أثناء الزيارات العائلية



نصائح يجب
الالتزام بها أثناء
الزيارات العائلية



ما الأسباب التي
قد تؤدي إلى الإصابة
بالإكتئاب



الإعلان
التشويقي
للاضطرابات
النفسية



**الاكتئاب
معلومات
وحقائق**



الاكتئاب:
معلومات
وحقائق



إرشادات عامة
في مرحلة ما بعد رفع الحجر المنزلي
وعودة الحياة إلى طبيعتها



إرشادات عامة
في مرحلة ما
بعد رفع الحجر
المنزلي






أنواع
لاضطرابات
النفسية




وايت بورد
الاكتئاب



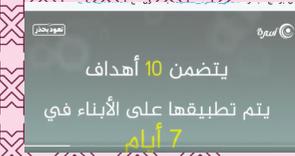

ما هو العنف
الأسري؟
وما أشكاله؟




مبادرة "نحو أسرة سعيدة"
اللجنة النسائية التنموية
بإمارة منطقة القصيم




التعريف
بديوانية
الأسرة

التقرير الختامي
لبرنامج
عايش لهدف




ثقافة
التسامح




الأمان
الأسري




إعلان تشويقي
«ظاهرة العنف
الأسري»




نصائح زوجية
لحياة سعيدة
-1-




إعلان تشويقي
«الحياة الزوجية
السعيدة»




نصائح زوجية
لحياة سعيدة
-2-




التقرير التفاعلي
لفعاليات
المبادرة




نصائح زوجية
لحياة سعيدة
-3-



55200
مستفيد

ثانياً:

البرامج الإثرائية
والتدريبية
والمحاضرات



تكيف الإنسان
والتغيرات
النفسية الشائعة



برنامج
عايش لهدف






مهارات التعامل
مع الضغوط
النفسية





إدارة
الأزمات





التشوهات المعرفية
وعلاقتها بالصحة النفسية
للذكورة / حماة البيبي





التأقلم مع
جائحة
كورونا





استثمار
العيد في
تربية الابناء





كيف أبني
شخصية
ابني؟





الأمان
الأسري





ندوة بيوت
مستقرة لا
تعرف العنف





الاستقرار
الأسري





كيف تكتشف
ذكاء ابنك
بأسهل طريقة





الاستقرار
الزوجي



برنامج ديوانية الأسرة

خارطة طريق الاستقرار الأسري

ممارسات عملية وتطبيقات سلوكية لمدة شهر كامل

يهدف إلى تحقيق السعادة وحماية الأسرة من العنف



خطوات التنفيذ:

تقييم البرنامج وفق استبانة ترسل للمستفيدين

تطبيقات سلوكية داخل الأسرة وفق البطاقة المعدة لذلك

محاضرات نظرية كل يوم أحد



الحلقة الأولى:
ذكريات تجربة والدي في التربية الوجدانية



الحلقة الثانية:
قيم الأسرة تعتم استقرارها



الحلقة الثالثة:
كيف نحقق الاستقرار النفسي في بيوتنا

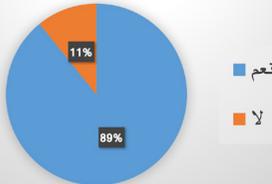


الحلقة الرابعة:
طريق الأسرة للاستقرار المالي

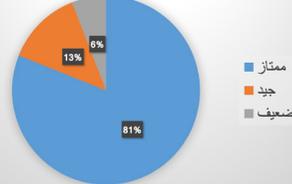


المحاضرات

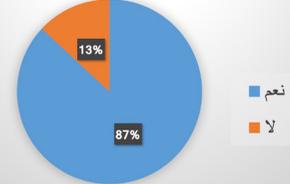
هل قمت بتطبيق السلوكيات



ما رأيك بالفائدة من الدورة



هل اطلعت على البطاقة السلوكية



تقييم المستفيدين للبرنامج

ضمن مبادرة نحو أسرة سعيدة
جمعية أسرة ببريدة تقدم
برنامجاً نوعياً مبتكراً بعنوان:

عاش لهدف
4x7+10
أهداف أيام أسابيع
طريقك الإيجاد خطة تربوية متكاملة ميسرة

المتغيرات:
✓ مراعاة الواقعية
✓ البرنامج منتهي على تكوين
عادات النجاح جديدة عند الأبناء
✓ يحصل المشاركون على أزياء
حقال تطبيق قومية
✓ البرنامج مجاني 100٪

مبتكر البرنامج:
المربي الأستاذ الربيعي

جوائز للمشاركين تبلغ قيمتها 7200 ر.س

الجهة المستفيدة:
الوالدين
المتعلمين بالثانية

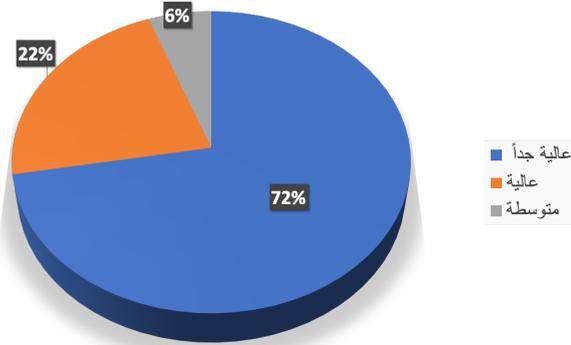
تومي الجمعة والسبت 22 و 23 رمضان،
من الساعة 10 مساءً

الوصول للقائمة الكود
https://www.asra.org.sa

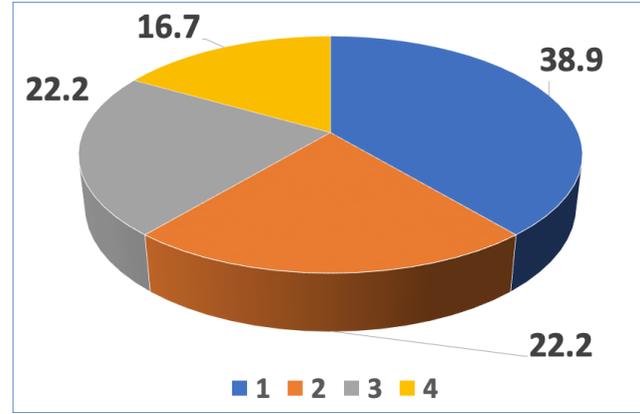
برنامج عايش لهدف اعداد خطة تربوية متكاملة ميسرة.

برنامج تطبيقي مبتكر، نوعي وعملي، نظمته جمعية أسرة ببريدة ضمن مبادرة نحو أسرة سعيدة بالتعاون مع اللجنة النسائية التنموية بمنطقة القصيم، وتم تقديمه من خلال تطبيق التجرام يتضمن عشرة أهداف يتم تطبيقها على الأبناء في 7 أيام على مدى 4 أسابيع لتعويد الأبناء على تحديد الأهداف ووضع الخطط الكفيلة بتحقيقها.

ما مدى استفادتك من المادة الصوتية لخطة البرنامج:



عدد الأبناء الذين شاركوا في البرنامج:



ثالثاً:

إضاءات تربوية نفسية توعوية

7100

مستفيد

أجده؟
1



أجده



التوهم
المرضي
1



توهم المرض



تأمل
الموقفين
2



تأمل
الموقفين



الاكتئاب
2



الاكتئاب



ربّ قول أنفد
من صول
3



رّب قول أنفد
من صول



اكتئاب
ما بعد
الولادة
3



اكتئاب ما بعد
الولادة



رابعاً: إصدارات الجرافيك

مشاهدة عبر وسائل التواصل
الاجتماعي المختلفة

139000

تم إصدار العديد من إصدارات
الجرافيك التي تحمل رسائل
توعوية وثقافية وإعلانية



شاهد جميع
إصدارات الجرافيك



تنفيذ

أساس الزواج الصحيح التفاهم المتبادل

أساسيات الزواج السعيدة

أسرار الحياة الزوجية السعيدة

1. التفاهم المتبادل
2. الاحترام المتبادل
3. التواصل الجيد
4. الثقة المتبادلة
5. الصبر
6. التسامح
7. التعاون
8. الصدق
9. العطف
10. التفاني

قال رسول الله ﷺ "خيركم خيركم لأهله"

الأهل هم زوجتك وأولادك وأقربك،
وهؤلاء الأهل هم الأهل بحسن
خالقك وخيرك ونعمتك، لأن
الأقربين أولى بالمعروف.

شبل من العنف الأسري

العنف الأسري هو سلوك متعمد أو متكرر يهدف إلى إيذاء الجسد أو النفس أو السمعة أو الممتلكات أو الحرية الشخصية.

مكان الرفق في شيء إلا زانه

الرفق في شيء إلا زانه، ولا تقطع ريشه ما كان يطير.

من أهم أسباب العنف داخل الأسرة

1. الفقر
2. سوء التفاهم
3. سوء التواصل
4. عدم الاحترام
5. سوء التربية

الوسواس القهري

الوسواس القهري هو اضطراب نفسي يتميز بظهور أفكار أو مشاعر أو دوافع غير مرغوب فيها بشكل متكرر، مما يؤدي إلى سلوكيات أو طقوس قهريّة تهدف إلى تخفيف القلق أو تجنب الأذى.

من أسباب الاكتئاب

الاكتئاب هو اضطراب نفسي يتميز بحالة من الحزن العميق، وفقدان الاهتمام بالأنشطة التي كانت تمتع الشخص بها، وتغيرات في الشهية والنوم.

الاكتئاب

الاكتئاب هو اضطراب نفسي يتميز بحالة من الحزن العميق، وفقدان الاهتمام بالأنشطة التي كانت تمتع الشخص بها، وتغيرات في الشهية والنوم.

خامساً:

الاستشارات الأسرية

وفرت المبادرة خدمة الاستشارات الالكترونية متعددة القنوات، من خلال موقع الويب ، ومن خلال وسائل التواصل الاجتماعي، ومن خلال الاتصال الهاتفي ، والواتس أب

730

اجمالي الاستشارات

125

استشارة نفسية

510

استشارة أسرية
وتربوية وزوجية

95

استشارات الكترونية

قدمت
«أسرة»
بشكل
منفرد

675

استشارة
من أصل

730

استشارة

نحو
أسرة
سعيدة

استشارات أسرية نفسية

يقدمها نخبة من
أطباء الصحة النفسية
في التجمع الصحي
وجامعة القصيم



الاحد والاثنين الاتصال على : 0592628616
الثلاثاء الاتصال على : 0551448333
الأربعاء الاتصال على : 0551448222

وللاستشارات الأسرية والتربوية والزوجية 920012020
الاتصال على هاتف جمعية أسرة الموحد على مدار الساعة في جميع الأيام

شهرشوال: الاضطرابات النفسية
شهرذي القعدة: العنف الأسري
شهرذي الحجة: الحياة الزوجية السعيدة



التجمع الصحي
بالقصيم
Health Cluster



إمارة منطقة القصيم
للجنة السامية للتطوير بمنطقة القصيم

«أسرة» في الإعلام

حظيت مبادرات أسرة
وأنشطتها وبرامجها
المميزة بتغطيات موسعة
من وسائل الإعلام المختلفة



مراسل الإخبارية: مبادرة «جمعية أسرة» في بريدة تعنى بكافة أفراد المجتمع



حديث مدير عام «أسرة» عن برنامج القيادة الأسرية لقناة الإخبارية



تغطية صحيفة الجزيرة لمبادرة نحن معكم



حديث مدير عام «أسرة» لقناة السعودية خلال الحجر الصحي



تغطية وكالة الأنباء السعودية «واس» لبرنامج القيادة الأسرية



تغطية وكالة الأنباء السعودية «واس» ل دورة «فن التعامل مع المشكلات»



رئيس مجلس إدارة «أسرة» يتحدث لصحيفة أخبار الوطن عن جهود القيادة في مواجهة «كورونا»



مداخلة رئيس مجلس إدارة «أسرة» في قناة الرسالة.



حديث مدير عام «أسرة»
لبرنامج صباح السعودية عن
مشاركة «أسرة» في مبادرة
«نحو أسرة سعيدة»



مدير عام «أسرة» يتحدث
لقناة الإخبارية عن دور
الجمعية في دعم الشباب



تغطية «واس» / سمو
أمير القصيم يستقبل
أعضاء مبادرة «نحو أسرة
سعيدة» ويتسلم التقرير
الإحصائي للمبادرة



سمو أمير القصيم
يتسلم التقرير الإحصائي
لمبادرة نحو أسرة
سعيدة/ تغطية قناة
السعودية



سمو أمير القصيم
يشيد بجهود جمعية
أسرة



مساعد المدير العام
للبرامج يتحدث لبرنامج
نشرة النهار عن مبادرة
عن أسرة سعيدة



تغطية قناة السعودية
لتدشين سمو أمير
القصيم مبرة الشيخ علي
بن العثيم - رحمه الله





نسعد بتواصلكم
واستفساراتكم
920012020

