

سخن‌باخوانندگان

این نشریه در راستای پاداشت زحمات یک‌یک کاکلکان فحیم و فریخته شهرداری تهران و به منظور تحقق رسالت اداره کل برنامه ریزی و آموزش شهرداری تهران، منی بر تسهیم دانش، اران آگاهی و کسترش دانش شهرداری در ایام نوروز به بهمت جمعی از کارشناسان و مدیران این مجموعه به رشته تحریر درآمده است، امیدواریم این مستندگامی کوچک به منظور ارتقای یادگیری در سطح شهرداری برود.

با سپاس فراوان و تقدیم امتنانات ویژه
مدیر کل برنامه ریزی و آموزش شهرداری تهران



فزارسیدن سال نوبیشه نوید بخش افکار نو، کردار نو و تصمیم‌های نو برای آینده است. آینده‌ای که به امید داریم بهتر از گذشته باشد. پیشاپیش حلول سال نو و تولد دوباره طبیعت را تبریک عرض نموده و در سال نوتوفیقات روز افزون در ذیل توجهات حضرت باری تعالی را برای شما آرزو مندیم. و از خداوندگار خرد و آگاهی خواستارم تا در سال آتی هر چه بیشتر در راستای ارتقاء و توانمندسازی شخصی خودگامی موثر برداشته تا یک‌یک با تسهیم دانش، موجبات تعالی سازمان فحیم شهرداری را مهیا سازیم.



قطعاً با امید می‌توان آرامش و نشاط را در شهروندان ایجاد کرد. در پی آن باید با جلب مشارکت مردم، شهر را به شکوفایی رساند. قطعاً امید، مقدمه ایجاد مشارکت خواهد بود.

Click or Drag to Zoom



گردشگری در تهران

- معرفی تورهای یک روزه و نیم روزه تهران گردی

(برای ثبت نام تورهای تهران گردی با ۱۳۷ تماس حاصل فرمائید.)

***137*1397#**

Visit.tehran.ir

- معرفی نرم افزار های گردشگری



گردشگری در تهران

- معرفی تورهای یک روزه و نیم روزه تهران گردی
- معرفی نرم افزار های گردشگری

HSE و توصیه های نوروزی

- حفظ و حراست از محیط زیست
- نکات ایمنی و بهداشت جسم و روان
- لوازم و تجهیزات ایمنی در سفر

صله ارحام نوروزی

- مهمان نوازی و مهمان داری
- صله ارحام، شادی و طول عمر
- آداب بازدید از خویشاوندان در ایام نوروز

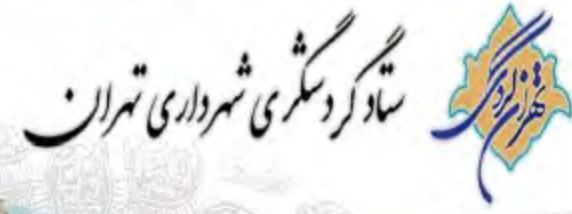
نکات کاربردی مدیریتی

- نکات مدیریتی نقل از کتاب "تو یک مدیر هستی"
- تکنیک های مدیریت زمان
- خلاصه کتاب "نه برای لقمه ای نان"

Click or Drag to Zoom



معرفی تورهای یک روزه تهران گردی



- ساعت برگزاری تور: ۹ صبح الی ۱۶ عصر
- خدمات تور: بسته پذیرایی، راهنمای تور، بیمه، اتوبوس گردشگری و ورودیه ها

Visit.tehran.ir

Click or Drag to Zoom

معرفی نورهای نیم روزه تهران گردی



معرفی تورهای نیم روزه تهران گردی

باغ موزه نگارستان
خانه مقدم

نگارستان



موزه

سردر باغ ملی
موزه پست
موزه علوم و فناوری
موزه آیگیته

موزه



قصر

باغ موزه قصر
موزه رضا عباسی



قصر

ری گردی

ابن بابویه
چشمه علی
برج طغرل
زیارت حرم شاه عبدالعظیم حسنی



معرفی تورهای نیم روزه تهران گردی

حرم مطهر

حرم امام خمینی
حرم شاه عبدالعظیم حسنی



هنر

موزه فرش
موزه هنرهای معاصر



دلفیناریوم

دلفیناریوم برج میلاد
تماشاگاه زمان



عودلاجان

سرای کاظمی
حمام نواب
خانه موزه مدرس، خانه فخر الملوک
امام زاده پجیبی



• ساعت برگزاری تور: ۹ صبح الی ۱۳ عصر

• خدمات تور: بسته پذیرایی، راهنمای تور، بیمه، اتوبوس گردشگری و ورودیه ها

معرفی نرم افزار های گردشگری

نرم افزارهای ویژه گردشگری به شما کمک می کنند تا با جاذبه های گردشگری ایران آشنا شده و نظر خود در مورد مکان های دیدنی که به آنها سفر کرده اید را با دیگران به اشتراک گذاشته و از نظرات دیگر آشنا شوید.

برای اینکه بتوانید تجربه سفری آسان و لذت بخش را داشته باشید، سعی میکنید اطلاعاتی راجع به شهر مقصد، را از اینترنت، مجله و... پیدا کنید. باید زمان زیادی صرف کنید تا این اطلاعات را بدست آورید، اگر شما هم میخواهید راه حل آسان تری داشته باشید، اپلیکیشن سفرگردی بهترین انتخاب است.

جمع آوری وسایل و آماده کردن چمدان همیشه یکی از کارهای لذت بخش و سخت هر سفری است. اکثرا به صورت ذهنی لیست وسایل مورد نیاز را جمع می کنند. با اپلیکیشن چمدان شما می توانید لیست وسایل را بسازید و همزمان با جمع آوری، تیک آنها را هم بزنید تا مطمئن باشید چیزی را جا نخواهید گذاشت

لینک های دانلود نرم افزار:



یافتن جاذبه های گردشگری همیشه از معضلات اصلی همه ما بوده است همگردی برای اولین بار این امکان را برای مردم ایران فراهم آورده است تا بتوانند در هر نقطه ای از این کشور زیبا نزدیکترین جاذبه های گردشگری و تفریحی اطراف خود را بیابند.

اگر اهل مسافرت های خارج از کشور هستید باید پیش از حرکت به سمت مقصد هتل و محل اقامت خود را پیدا کرده باشید. در این راستا اپلیکیشن Trivago با پیش از ۷۰۰ هزار هتل در دیتابیس به کمک شما خواهد کرد

اگر اهل مسافرت های خارج از کشور هستید، حتما می دانید که یادگیری زبان محلی آنها از واجبات اینگونه سفرها است. اما اگر توانایی یا زمان فراگیری کامل آن زبان را ندارید نگران نباشید. چرا که "جهانگرد" به کمک شما آمده است

HSE و توصیه های نوروزی

- حفظ و حراست از محیط زیست
- نکات ایمنی و بهداشت جسم و روان
- لوازم و تجهیزات ایمنی در سفر



HSE و توصیه های نوروزی

سفر همواره جزء لاینفک زندگی ماست ولیکن توجه به نکات بهداشتی، ایمنی و حفاظت از محیط زیست به ما کمک می کند تا خاطرات ماندگار از سفرهایمان محقق شده به طوریکه جنبه های بارز محیط زیست مان نیز دچار مخاطره نشود در این بخش به رعایت نکات در این زمینه می پردازیم.



HSE و توصیه های نوروزی

- از خوردن غذاهای پر چرب، پر نمک و پر قند خودداری نمایید.
- از تناول کردن بیش از ۱۰۰ گرم از دانه های روغنی در روز خودداری نمایید.
- مواد شوینده و ضد عفونی کننده را تماماً همراه داشته باشید.
- مراقب بیماری های ویروسی و مسری در ممل مقصد باشید.
- با برنامه ریزی دقیق سفر مراقب افراد فردسال و سالمند باشید.
- یک جعبه کمک های اولیه و مقدار مواد غذایی همراه داشته باشید.
- در توقفات بین راهی مراقب فرزندان خود باشید.
- قبل از سفر یکی از نزدیکان خود را از مقصد و نحوه سفر خود آگاه سازید.
- از به همراه داشتن اشیاء قیمتی غیر ضرور در سفر خودداری نمایید.
- خود مانند یک مامور راهنمایی و رانندگی رفتار ترافیکی خود را کنترل نمایید.
- در صورت روشن کردن آتش قبل از حرکت از خاموش بودن آن اطمینان حاصل نمایید.
- از رها کردن باقی مانده مواد غذایی در طبیعت خودداری نمایید.
- با انجام معاینه فنی خودرو قبل از سفر از سلامت آن اطمینان حاصل نمایید.



صله ارحام، شادی و طول عمر

با تمام وجود به دیدن آن‌ها برویم، مشکلی که افیرا در بین ما رواج پیدا کرده و موجبات غفلت ما را از احترام به اطرافیان بلافاصله والدین فراهم کرده؛ وابستگی شدید ما به تلفن همراه و ابزار آلات سرگرمی متنوع آن اعم از اینترنت و یا بازی‌هاست. متما برای شما هم پیش آمده که در میان جمع، بسیاری به جای توجه به یکدیگر، سرگرم در گوشی فود هستند. این در حالی است که آنان منتظر نگاه شما هستند و شما نگاهتان را از آنها دریغ می‌نمایید. مسلماً چنین امری می‌تواند یک نوع بی‌احترامی و بی‌ادبی به اطرافیان بلافاصله والدین باشد.

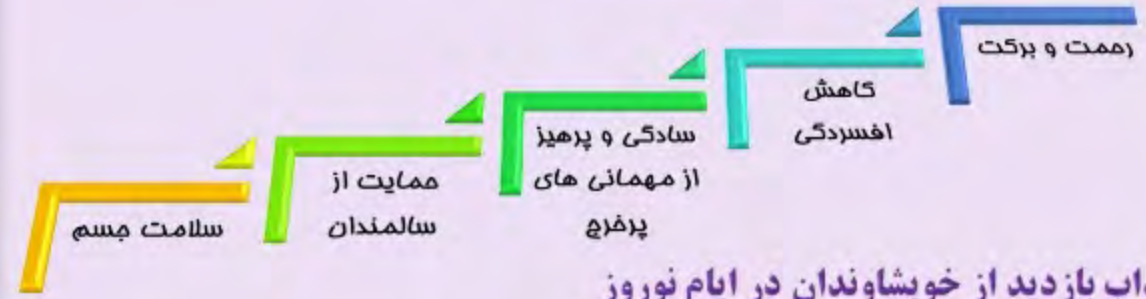
از جمله موارد نیکو و شایسته‌ی مرسوم بین ایرانیان در مناسبت‌هایی چون ایام نوروز، دید و بازدیدهایی است که بین آنها متداول است که در اسلام به صله رعم تعبیر می‌شود و برای آن آثار و برکات زیادی همچون برکت رزق، آبادانی شهرها، طول عمر و... شمرده شده و در مقابل نیز ترک‌کننده آن را مورد سرزنش قرار داده است. آنچه مسلم است در صله رعم باید به کسانی که بیشتر بر کردن ما مق دارند، اهمیت ویژه‌ای داد. به عبارت دیگر آنان را مقدم بر دیگران بدانیم. از جمله این افراد که بر یکایک ما مق بزرگی دارند، پدران و مادران و فویشاوندان نزدیک است.

صله ارحام نوروزی

- صله ارحام، شادی و طول عمر
- فواید صله ارحام
- آداب بازدید از خویشاوندان در ایام نوروز



فوآئد صلہ ارحام



آداب بازدید از خویشاوندان در ایام نوروز

- زمانی که به عید دیدنی رفته اید، گوشی موبایل و فضای مجازی را رها کنید.
- زمانی که میزبان هستید، تمام وقت را در آشپزخانه و در حال پذیرایی مشغول نباشید.
- بهتر است قبل از رفتن به عید دیدنی با صاحب خانه تماس گرفته و آمدن خود را اطلاع دهید.
- سعی کنید در هر بازدید عید شوهی و بذله گویی را در مد اعتدال نگه دارید.
- بحث را به سمت صمیمت های سیاسی، مذهبی یا عقیدتی نکشانید.
- مواستان باشد که در خوردن میوه و شیرینی زیاده روی نکنید.
- متما با صاحب خانه و اعضای خانواده میزبان گفت و گو کنید.



نکات کاربردی مدیریتی

- نکات مدیریتی نقل از کتاب "تو یک مدیر هستی"
- تکنیک های مدیریت زمان
- خلاصه کتاب "نه برای لقمه ای نان"
- معرفی کتاب

نکات مدیریتی نقل از کتاب "تو یک مدیر هستی"

دو طرح شما واقعا نوآورانه است.

اما می ترسم نتوانیم آن را اجرا کنیم. چون قبلا همین کاری نگردیده ایم.



چهار نکته عملی مهم و هنرمندانه مدیریتی

- ✓ سودآوری و ثروت آفرینی
- ✓ انضباط مالی،
- ✓ فلاقیت و نوآوری
- ✓ تشویق و تمسین کارکنان

برای بقا باید سودآوری داشت و انضباط مالی را رعایت کرد.

برای رشد و موفقیت در رقابت، باید نوآوری داشت و فلاقیتها را پرورش داد.

برای چابکی و شور و شوق باید آفرینها را گسترش داد و امتکار نکرد.



خلاصه کتاب "نه برای لقمه ای نان"

«به کارمند خود اعتماد کن»
 بطور کلی مردم زمانی که شما از نظر آنان جویا می شوید به همکاری دلچسپی نشان می دهند، تا آنکه به آنها بگوید هر کاری را چگونه به انجام برسانند.
 «زیستن روی طناب بلند بازی»
 یک رئیس باید آمادگی رویه رو شدن یا شرایط دشوار را داشته باشد. برای یک مدیر، خواب به آسانی فراهم نمی شود.
 بایستی مهارتهای خود را برای چیره شدن بر ناهمواریها به کار برد و در پایان نیرومند تر از پیش از کار برون آید.
 «روح دادهای یک روز عادی و خالی از حادثه»
 رخ دادهایی که در سراسر پیشه ی ما رخ می دهند زینت بخش خون حیاتی ما است. در حقیقت چیزی به عنوان شکست یا کامیابی مطلق وجود ندارد زیرا در نتایج و آثار هر شکستی کامیابی های نسبی را می توان یافت و در هر کامیابی عناصر از شکست را می توان دید. در پایان یک روز عادی مدیر باریک اندیش همه ی کارها و تصمیمهای خود را مورد ارزیابی قرار می دهد تا دریابد چه میزان پیش رفته یا شکست خورده است.

«عوامل اساسی»
 یک کارمند برای پیشرفت در سازمان باید دو خصلت مهم شایستگی و وفاداری را داشته باشد و شایستگی و توانایی نیز امری نسبی و پایداری هستند. مهارتی که امروز سودمند است ممکن است فردا به سبب فن شناخت تازه یا فنون تازه ی مدیریت کهنه شود.
 اما استعداد از این دو مهم تر است و بی بردن به استعداد هر کارمند از مسئولیت های بزرگ مدیریت است.
 کیفیت کار یک سازمان را مردمی تعیین می کنند که در آن به کار می پردازند آنچه دانشگاه های ما در دسترس قرار می دهند تنها مواد خام محسوب می شود.
 این به کار فرما بستگی دارد تا مواد را چگونه پرداخت کند و بیاراید و از درون آنها کارمندی ممتاز پدید آورد.



نوشته ی: کوروش ماتسوشیما

ترجمه: دکتر محمد علی طوسی



((هر انسان یک سرمایه است))

به طور اساسی یک مدیر باید صفات مثبت و برجسته ی افراد را مورد توجه قرار دهد نه اینکه کاستی های آنها را آشکار گرداند، زیرا به تنهایی در نظر گرفتن نقاط منفی یک کارمند باعث می شود تا مدیر هیچ وقت نتواند بدون دودلی کارمندی را به کار مسئولیت دار بگمارد.

((برای نان و ارزشها))

اگر مدیر از احساس برخوردار باشد انگاه می تواند کارمندی را از منطلق وجودی و آرمانهای شرکت آگاه سازد. اگر کارمندان در یابند که برای لقمه ای نان کار نمی کنند انگاه برای دستیابی به جهانی همگانی، برای ما سخت همکاری می کنند.

((دم به دنبال سر می رود))

برنامه های آموزشی با نیازسنجی صحیح، همراه با مراکز مجهز، ارزش وقت و سرمایه ای که برای آنها به کار برده می شود را دارند. اما باید بدانیم که اینها اثباتی خنثی و غیر شخص هستند که نمی توانند احساس کنند، همدردی نمایند یا بی اندیشند. بنا بر این فردی باید به انسانی کردن محتوای آنها دست بزند. شخص اول در هر سازمان، باید برای دیگران نمونه باشد.

هر مدیری به سبب انسان بودنش دارای کاستی است که این خود یک ویژگی با ارزش مشترک با افرادی است که با وی کار می کنند. اما در یک زمینه نمی تواند کوتاه بیاید و باید نمونه باشد. تعهد، پایبندی به کار و آموزش عینی مستقیم همیشه بسیار کارگر تر از هر گونه برنامه ی آموزش رسمی است.

((تصمیم گیری از راه همراهی))

اگر شما رئیس یک شرکت بزرگ باشید پی می برید که نمی توانید در همه ی تصمیم های درون سازمان شرکت جوید و به ناچار باید بخشی از اختیارات را به مدیران و روسای بخشهای شرکت واگذارید. شما سیاست بنیادی و اصول را برای آنها روشن می سازید. مدیران نیز اختیاراتی را به زیردستانشان وا می گذارند. به این شیوه همه اعضای شرکت در تصمیم گیری شرکت می کنند.

((دیوانسالاری مانع ارتباط است))

گاهی سلسله مراتب سازمانی چنان سخت می شود که یک کارمند شانس دستیابی به افراد بالاتر از خود را به جز رئیس بی واسطه اش را از دست می دهد. دیوانسالاری تنها مانع بیان آشکار اندیشه های کارمندان می شود و سرانجام رشد شرکت را متوقف می کند. از وظایف مدیریت است تا قضائی را پدید آورد تا ارتباط افراد را در سراسر بیوندهای عمودی سازمانی برانگیزد و تشویق کند.

((واگذاری اختیار))

طبق یک دستور کلی هر کار باید به کسی واگذار شود که شوق گرفتن آن را دارد. کار را باید به کارمند واگذار کرد اما نباید او را به حال خود رها ساخت. مدیر باید مراقب باشد تا همواره کارمندان مناسب در جای مناسب به کار درازند.

((یک انسان درستکار))

راستگویی نیرویی در خود دارد که هیچگاه از برانگیختن دیگران باز نمی ماند. راستگویی باعث شده تا با کمترین دشمنی به کسب و کار بپردازد. در مدیریت تردستی های زیرکانه راه ندارد. مدیر تنها زمانی نیرومند است که بدوستان همزاد راستگویی و جلب اعتماد تکیه داشته باشد.



« مطمئناً هر کس در این جمع با من موافق باشد، من می پذیرم »

۱- GTD یا Getting Things Done

ایده اصلی این تکنیک اینست که شفاف ابتدا باید کارها را از ذهن خود خارج کند و آن ها را ثبت کند. با این کار ذهن از یادآوری این که چه کارهایی را باید انجام دهد رها می شود و می تواند روی کارهای ثبت شده تمرکز کند. در روش GTD برای انجام کارها یک فرآیند مشخص تعریف می شود و طبق آن، کارها یک به یک انجام می شوند. GTD بر مبنای ساده سازی مکانیزم ثبت، کنترل و دریافت تمام اطلاعاتی است که برای انجام یک کار لازم است. در مورد GTD نرم افزارهای زیادی هم برای کامپیوترهای شخصی و هم برای موبایل ها هوشمند طراحی شده که استفاده از آنها می تواند مفید باشد. سایت David Allen در این مورد اطلاعات زیادی دارد.

۲- تکنیک کوهه فرنگی یا Pomodoro

این تکنیک یک روش ایتالیایی است. این روش توسط Francesco Cirillo ابداع شده و بر مبنای مفهوم Time Boxing شکل گرفته.

یادگرفتن این تکنیک زمان زیادی نمی بره و خیلی ساده قابل یادگیری است. در این روش شما یک تایمر در اختیار دارید و انجام کار را به محدوده های ۲۵ دقیقه ای تقسیم می کنید. به هر کدام از این محدوده ها یک کوهه فرنگی یا یک Pomodoro می گویند. بین هر ۲۵ دقیقه ۳ تا ۵ دقیقه زمان استراحت قرار دارد و بعد کوهه فرنگی بعدی شروع می شود. این روش برای افرادی که دچار افتلال تمرکزی هستند می تواند مفید باشد.

۳- تکنیک تمرکز فرانکلین کاهوی

این روش بر مبنای اولویت بندی کارها تشکیل شده. به این شکل که کارها را در یک ماتریس براساس این که چقدر باید سریع انجام شوند طبقه بندی می شوند. این روش توسط استفان کاهوی پایه ریزی شده است. تاکنون بیش از دو میلیون نفر در دنیا از این روش استفاده کرده اند. در این روش هدف این است که با مشخص کردن کارهای کم اهمیت تر بیشتر بر روی فعالیت هایی تمرکز کرد که انجام آنها ارزش بالایی دارد.

