

۱۶۲۹۵۸۵

بسم الله الرحمن الرحيم

مجموعه آموزش کارگاهی سبک زندگی سالم

راهنمای مربی

www.ketab.ir

راهنمای مربی
مجموعه آموزش کارگانی سبک زندگی سالم

تحقیق و تألیف

دکتر بهزاد دهماری، سید حسین مدنی، رضیه خونانی

ناشر: انتشارات طب و جامعه

تیراژ: ۲۰۰۰

نوبت چاپ: اول

زمستان ۱۳۹۵

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۲۲۲-۳۴-۸

ISBN: 978-600-7222-34-8

«کلیه حقوق متعلق به اداره کل اجتماعی وزارت تعاون کار و رفاه اجتماعی، اداره کل فرهنگ و پیشگیری
ستاد مبارزه با مواد مخدر، گروه مؤلفه‌های اجتماعی سلامت مؤسسه ملی تحقیقات سلامت و اداره کل
سلامت شهرداری تهران است»

انتشارات طب و جامعه: ۰۹۳۹۴۶۲۸۳۸۸ - tbojameh@gmail.com

- ۷ طرح ملی پیشگیری از مصرف مواد مخدر در جامعه کار و تولید
- ۷ چرا این طرح اجرا می‌شود؟
- ۸ این طرح توسط کدام سازمان‌ها حمایت می‌شود؟
- ۹ اهداف این طرح چیست؟
- ۱۰ مداخلات برای پیشگیری و ارتقای سلامت در محیط کار
- ۱۱ آشنایی با سبک زندگی سالم
- ۱۱ (۲) معرفی مجموعه ارزش‌های سبک زندگی سالم
- ۱۳ توصیه‌های مهم برای برگزانت کارگاه آموزشی توسط بهبان
- ۱۷ (۴) مروری بر مفهوم و ابعاد سبک زندگی سالم
- ۲۱ (۵) مروری بر مهارت‌های برگزار کارگاه آموزشی
- ۲۱ الف) سخنرانی و ارائه شفاهی مطلب
- ۲۴ ب) روش اداره بحث گروهی
- ۲۶ ج) بارش افکار
- ۲۸ د) انتقاد
- ۳۱ (۶) ارزشیابی کارگاه
- ۳۱ منابع برای مطالعه بیشتر
- ۳۵ پیوست‌ها (کاربرگ‌های آموزش و ارزشیابی)