

نقوبم آموزش ۱۴۰۵



۰۹۱۰ ۵۳۴ ۹۰۴۰
۰۹۲۰ ۷۰۵ ۶۱۹۲



www.gostaresedu.com
gostaresedu@gmail.com



شیراز، صندوق پستی
۷۱۹۵۵ - ۶۵۴



فهرست مطالب

صفحه	عنوان
	۱- مدیریت و برنامه ریزی
۱	مدیریت منابع انسانی
۴	مدیریت عمومی
۶	مدیریت امور اداری
۸	مدیریت مالی و حسابداری
۹	مدیریت برنامه ریزی و کنترل پروژه
۱۰	مدیریت استراتژیک
۱۱	مدیریت بازرگانی
۱۳	مدیریت تدارکات و زنجیره تأمین
۱۴	۲- فنی و مهندسی
۱۵	۳- دوره های عمومی و نیمه تخصصی IT
۱۶	۴- ایمنی و بهداشت، محیط زیست و ایمنی دریایی
۱۹	۵- سیستم ها و استانداردهای مدیریت و کیفیت
۲۰	۶- خانواده و مسئولیت های اجتماعی





مدیریت و برنامه ریزی مدیریت منابع انسانی			ردیف	عنوان دوره	مدت زمان (ساعت)
هوش مصنوعی	۱	منابع انسانی دیجیتال	۸		
	۲	نقش و کاربردهای هوش مصنوعی در مدیریت منابع انسانی	۱۲		
	۳	هوش مصنوعی برای مدیران-کاربرد عملی در تصمیم گیری و بهره وری	۱۶		
	۴	دوره جامع تحلیل داده و هوش مصنوعی در منابع انسانی و رهبری سازمانی	۱۶		
	۵	مدیریت عملکرد و تدوین سیستم های نوین حقوق و پاداش به کمک هوش مصنوعی	۱۶		
رهبری	۱	خودباوری	۸		
	۲	مهارت شنیدن	۸		
	۳	شهروند سازمانی	۸		
	۴	مدیریت خشم	۸		
	۵	مدیریت استرس	۸		
	۶	مهارت کار تیمی	۸		
	۷	تعادل کار و زندگی	۸		
	۸	مهارت های ارتباطی	۸		
	۹	توسعه فردی و موفقیت	۱۶		
	۱۰	شناخت خود و توانمندیها	۸		
	۱۱	مدیریت و رهبری خویشتن	۸		
	۱۲	هوش هیجانی در محیط کار	۸		
	۱۳	هوش اجتماعی در محیط کار	۸		
	۱۴	اعتماد به نفس و تصمیم گیری	۸		
	۱۵	اخلاق حرفه ای و تعهد سازمانی	۱۲		
	۱۶	دلبستگی سازمانی و اعتبار به کار	۸		
	۱۷	تقویت مهارت تفکر انتقادی و تحلیلی	۸		
	۱۸	مهارت های ارتباط موثر و آداب معاشرت در سازمان	۱۲		
	۱۹	مهارتهای انعطاف پذیری (تاب آوری، پشتکار، سازگاری، خلاقیت)	۱۲		



gostaresh_education



www.gostareshedu.com



مدیریت و برنامه ریزی مدیریت منابع انسانی		
ردیف	عنوان دوره	مدت زمان (ساعت)
یادگیری و آموزش	نیازسنجی آموزشی	۸
	اثربخشی آموزشی	۸
	اصول و فنون تدریس	۱۲
	یادگیری و توسعه منابع انسانی	۱۶
	آموزش یادگیری و تسهیم دانش	۱۲
	نیازسنجی آموزشی با الگوی DACUM	۱۲
	مدیریت آموزش و توانمندسازی کارکنان	۱۶
	تربیت مدرسان سازمانی (مربی گری در محیط کار)	۱۶
امور کارکنان (از استخدام تا بازنشستگی)	جبران خدمات	۱۲
	فرسودگی شغلی	۱۶
	تعهد و انگیزه کاری	۱۶
	فنون و مصاحبه استخدامی	۸
	فرهنگ و تجربه کارکنان	۸
	استانداردهای منابع انسانی	۸
	کانون ارزیابی منابع انسانی	۸
	ابزارهای توسعه منابع انسانی	۸
	نظام سلامت در روابط کار	۸
	مهارت قدردانی از کارکنان	۸
	تکنیک های تفویض اختیار	۱۶
	طراحی، تجزیه و تحلیل شغل	۸
	تحویل و توسعه منابع انسانی	۸
	نظام انگیزه بخشی به کارکنان	۸
	نکات طلایی وفاداری کارکنان	۸
	حسابرسی و ریسک منابع انسانی	۱۲





مدیریت و برنامه ریزی مدیریت منابع انسانی			ردیف	عنوان دوره	مدت زمان (ساعت)
۱۷	مدیریت عملکرد مبتنی بر شایستگی	۸	امور کارکنان (از استخدام تا بازنشستگی)		
۱۸	طراحی مسیر کارراهه پیشرفت شغلی	۸			
۱۹	مدیریت استعدادها و جانشین پروری	۱۲			
۲۰	جانشین پروری و مسیر پیشرفت شغلی	۱۶			
۲۱	جذب و استخدام حرفه ای و اثربخش	۱۶			
۲۲	مدیریت حفظ و نگهداری منابع انسانی	۱۶			
۲۳	فرایند شایسته سالاری و ابعاد شایستگی	۱۶			
۲۴	ارزیابی عملکرد و مدیریت شایستگی ها	۱۶			
۲۵	انگیزش کارکنان و افزایش تعهد سازمانی	۱۶			
۲۶	شناسایی مهارت ها، منش ها و معارف ها	۱۲			
۲۷	امور رفاهی کارکنان (با تأکید بر نسل (Z))	۱۸			
۲۸	آموزش کارگزینی (استاندارد شرح شغل)	۸			
۲۹	رضایت شغلی و چگونگی اندازه گیری آن	۸			
۳۰	مدیریت رفتار سازمان نسبت به پیشکسوتان	۸			
۳۱	اصول برنامه ریزی و نظام مدیریت منابع انسانی	۱۶			
۳۲	جامعه پذیری و آماده سازی نیروهای جدیدالاستخدام	۸			
۳۳	تدوین شناسنامه های شغلی، ارزشیابی مشاغل، جبران خدمات و مزایا به روش Hay Group	۸			
۱	مدیریت تعارض	۱۶	سازمان و مدیریت		
۲	مدیریت رفتار سازمانی	۱۶			
۳	طراحی ساختار سازمانی	۱۶			
۴	مدیریت تغییر و تحول سازمانی	۱۶			
۵	فرهنگ سازمانی و هویت تیم	۱۶			
۶	فرهنگ سازمانی و اخلاق حرفه ای	۱۶			





مدیریت و برنامه ریزی مدیریت منابع انسانی			سازمان و مدیریت
مدت زمان (ساعت)	عنوان دوره	ردیف	
۱۶	قدرت، نفوذ و سیاست سالم سازمانی	۷	
۱۶	مدیریت تغییر و افزایش چابکی سازمان	۸	
۱۶	مدیریت منابع انسانی برای مدیرعامل ها	۹	
۱۶	برنامه ریزی استراتژیک در روابط عمومی	۱۰	
۱۶	مدیریت منابع انسانی برای مدیران غیر منابع انسانی	۱۱	
۱۶	مدیریت منابع انسانی برای مدیران کارخانه ها و مدیران فنی	۱۲	
۱۶	افزایش و تسلط مهارت هوش کلامی و فن بیان در بهره وری سازمان	۱۳	
۸	مدیریت و تیم سازی سازمانی به روش فرگوسن (همراه با نمایش فیلم)	۱۴	

مدیریت و برنامه ریزی مدیریت عمومی		
مدت زمان (ساعت)	عنوان دوره	ردیف
۱۶	مدیریت زمان	۱
۱۲	مدیریت دانش	۲
۱۲	پرورش خلاقیت	۳
۱۰	ایجاد برند شخصی	۴
۱۶	مدیر در نقش کوچ	۵
۱۶	خلاقیت و حل مسأله	۶
۱۲	اصول و فنون مذاکره	۷
۱۲	تفکر مبتنی بر ریسک	۸
۱۲	مهارت های نرم مدیریتی	۹
۸	مدیریت جلسات حرفه ای	۱۰
۱۶	اصول برقراری ارتباط مؤثر	۱۱
۱۲	روش ها و فنون حل مسأله	۱۲





مدیریت و برنامه ریزی مدیریت عمومی		
مدت زمان (ساعت)	عنوان دوره	ردیف
۱۶	کارتیمی و تسهیلگری مؤثر	۱۳
۱۴	مهارت های ارتباطی مدیران	۱۴
۲۰	مدیریت عمومی و سرپرستی	۱۵
۱۶	نظام آراستگی محیط کار ۵S	۱۶
۱۶	مهارت های حرفه ای مدیریتی	۱۷
۱۰	تصمیم گیری و قدرت تصمیم	۱۸
۱۶	زبان بدن Body Language	۱۹
۱۸	رهبری کوچینگ و منتورینگ	۲۰
۱۲	تفویض اختیار مؤثر در مدیریت	۲۱
۱۶	اصول و مبانی مدیریت و سازمان	۲۲
۱۲	مصاحبه خبری و فن بیان مدیران	۲۳
۱۸	مدیریت ریسک سازمانی ERM	۲۴
۱۶	مدل های تصمیم گیری در مدیریت	۲۵
۱۶	مدیریت خلاقیت و نوآوری سازمانی	۲۶
۱۶	مدیریت انگیزش و بهره وری سازمانی	۲۷
۱۶	اصول و مهارت های سرپرستی اثربخش	۲۸
۱۶	طراحی و هدایت تیم های با عملکرد بالا	۲۹
۱۶	مهارت های رهبری در عصر هوش مصنوعی	۳۰
۱۸	مهارت های ارتباطی و حل تعارضات سازمانی	۳۱
۱۶	Six Sigma Green Belt / Black Belt	۳۲
۱۰	حکایت های مدیریتی جهت رهبری و مدیریت سازمان	۳۳
۱۲	تکنیک های جدید تصمیم گیری در محیط های نامطمئن	۳۴
۱۶	مدیریت ذهن، نظم فردی و سازمانی با نرم افزار One Note	۳۵
۱۶	مدیریت مشارکتی (ویژه مدیران زن و مدیران جوان در سطح عملیات و پایه)	۳۶





مدیریت و برنامه ریزی امور اداری		
ردیف	عنوان دوره	مدت زمان (ساعت)
دفتری	۱ مدیریت جلسات اداری	۱۶
	۲ پیشنهادات و نوآوری مستمر	۱۲
	۳ گزارش نویسی درامور اداری	۱۲
	۴ آموزش روسا و مسئولین دفتر	۱۸
	۵ گردش مکاتبات و اصول بایگانی	۱۲
	۶ مدیریت مشارکتی (نظام پیشنهادات)	۱۲
	۷ مدیریت زمان و الویت بندی امور در محیط کار	۱۲
	۸ آیین نگارش، اصول نامه نگاری و مکاتبات اداری(فنون مکاتبات، گزارش نویسی و بایگانی)	۱۲
خدمات	۱ اصول تشریفات سیاسی	۱۶
	۲ اصول و آداب تشریفات	۱۶
	۳ بازرسی ایمنی و بهداشت مواد غذایی	۱۶
	۴ آموزش هتلداری و فنون پذیرایی و تشریفات	۳۲
	۵ برنامه ریزی و کنترل امور و خدمات و بهداشت در محیط کار	۱۶
اصول و مقررات	۱ قانون تامین اجتماعی	۱۶
	۲ اصول و فنون مصاحبه	۱۶
	۳ اصول قراردادهای اداری	۱۶
	۴ قانون خدمات کشوری	۱۶
	۵ نظام روابط کار در سازمان ها	۱۶
	۶ مسئولیت کیفی کارکنان دولت	۱۶
	۷ قانون رسیدگی به تخلفات اداری	۱۶
	۸ آشنایی با قانون استخدام کشوری	۱۶
	۹ مقررات و سیستم مکانیزه انواع وام ها در صنعت نفت	۱۶
	۱۰ آشنایی با سیستم های حقوق و دستمزد درصنعت نفت	۱۶





مدیریت و برنامه ریزی امور اداری		
ردیف	عنوان دوره	مدت زمان (ساعت)
گزینش	۱ بازرسی در گزینش	۱۶
	۲ ارزیابی و صدور رای	۱۶
	۳ تحقیق در گزینش - مقدماتی	۱۶
	۴ تحقیق در گزینش - تکمیلی	۱۶
	۵ پرسش هاو پاسخ های اعتقادی	۱۶
	۶ جریان شناسی سیاسی و اعتقادی	۱۶
	۷ اصول و ضوابط و مقررات حاکم بر گزینش ۱	۱۶
	۸ اصول و ضوابط و مقررات حاکم بر گزینش ۲	۱۶
حراست و حفاظت فیزیکی	۱ حفاظت گفتار	*
	۲ حفاظت پرسنلی	*
	۳ انواع موانع حفاظتی	*
	۴ جامعه شناسی امنیتی	*
	۵ روانشناسی شخصیتی	*
	۶ اصول و مبانی حراست	*
	۷ اصول حفاظت فیزیکی	*
	۸ امنیت و حفاظت فیزیکی	*
	۹ ورود تهاجمی یا اجباری	*
	۱۰ شیوه و ابزارهای حراستی	*
	۱۱ مقابله با عملیات تروریستی	*
	۱۲ سازمان و تشکیلات حراست	*
	۱۳ حقوق اختصاصی حراست ها	*
	۱۴ اصول فن مذاکره ویژه حراست	*
	۱۵ مدیریت استراتژیک در حراست	*
	۱۶ حفاظت فیزیکی اسناد و تأسیسات	*





مدیریت و برنامه ریزی امور اداری		
مدت زمان (ساعت)	عنوان دوره	ردیف
*	قوانین و مقررات بکارگیری سلاح	۱۷
*	آموزش ورزش های رزمی تخصصی	۱۸
*	اصول حفاظت فیزیکی و امور حراست	۱۹
*	حفاظت ارتباطات با گرایش تخلیه تلفنی	۲۰
*	آموزش مبانی حقوقی نگهبان و پلیس یار	۲۱
*	آموزش همراهی شخصیت و مهمانان ویژه	۲۲
*	آشنایی با اعتیاد و انواع مواد مخدر سنتی و صنعتی و تبعات آن	۲۳
*	آشنایی با آثار جرائم توهین، افترا و نشر اکاذیب در فضای مجازی و تبعات آن	۲۴

حراست و حفاظت فیزیکی

* : مدت زمان برگزاری و محتوای دوره ها بنا به خواسته سازمان مقتضای تنظیم می گردد.

مدیریت و برنامه ریزی مدیریت مالی و حسابداری		
مدت زمان (ساعت)	عنوان دوره	ردیف
۱۲	مبارزه با پولشویی	۱
۵۰	حسابداری مالی	۲
۳۰	حسابداری صنعتی	۳
۱۲	تهیه صورت های مالی	۴
۱۲	مالیات و ارزش افزوده	۵
۱۰	آشنایی با سامانه مودیان	۶
۳۰	آشنایی با نرم افزار سپیدار	۷
۲۴	تجزیه و تحلیل صورت های مالی	۸
۱۸	مدیریت مالی برای مدیران غیرمالی	۹
۲۴	قوانین مالیاتی و تدوین اظهارنامه مالیاتی	۱۰



gostaresh_education



www.gostareshedu.com



مدیریت و برنامه ریزی مدیریت برنامه ریزی و کنترل پروژه		
مدت زمان (ساعت)	عنوان دوره	ردیف
۱۶	مهندسی ارزش	۱
۲۴	مدیریت پورتفولیو	۲
۱۶	مدیریت ادعا Claim	۳
۱۶	مدیریت پروژه به روش اسکرام	۴
۱۶	کاربرد اکسل در مدیریت پروژه	۵
۱۶	مدیریت پروژه چابک - Agile	۶
۲۴	دوره جامع اسکرام مستر حرفه ای	۷
۳۰	مدیریت پروژه های چابک با JIRA	۸
۲۴	امکان سنجی براساس نرم افزار کامفار	۹
۲۴	روش مطالعه فنی و اقتصادی یک پروژه	۱۰
۱۶	کاربرد هوش مصنوعی در مدیریت پروژه	۱۱
۱۶	مدیریت پروژه ارزش کسب شده EVMS	۱۲
۲۴	آشنایی با مفاهیم برنامه ریزی و کنترل پروژه	۱۳
۱۶	تربیت کارشناس برنامه ریزی و کنترل پروژه	۱۴
۳۲	دوره جامع مدیریت و کنترل پروژه کاربردی	۱۵
۳۲	برنامه ریزی و کنترل پروژه با نرم افزار MSP	۱۶
۱۶	مدیریت پروژه براساس استاندارد ISO 21502	۱۷
۱۶	کاربرد Power BI در مدیریت و کنترل پروژه	۱۸
۲۴	مدیریت پروژه براساس متدولوژی PRINCE۲	۱۹
۱۶	پیاده سازی و توسعه دفتر مدیریت پروژه (PMO)	۲۰
۳۵	مدیریت پروژه براساس استاندارد جهانی PMBOK	۲۱
۳۲	آشنایی با روش های اجرای پروژه ها و مدل های آن	۲۲
۱۶	Scale Agile Framework (SAFe 6.0)	۲۳
۲۴	برنامه ریزی و کنترل اسناد و مدارک مهندسی (DCC)	۲۴





مدیریت و برنامه ریزی		
مدیریت برنامه ریزی و کنترل پروژه		
مدت زمان (ساعت)	عنوان دوره	ردیف
۱۶	شناخت و کمی سازی ادعا در قراردادهای پیمانکاری	۲۵
۳۴	برنامه ریزی و کنترل پروژه با نرم افزار Primavera P6	۲۶
۱۶	کلیات مدیریت پروژه براساس استاندارد جهانی PMBOK	۲۷
۱۶	مدیریت دانش و درس آموخته-ها در سازمان-های پروژه محور	۲۸
۸	آشنایی با ساختارهای شکست و ساختار شکست کار در پروژه ها	۲۹
۱۶	مدیریت ریسک پروژه با نرم Primavera Risk Analysis P6	۳۰
۲۴	تحلیل تاخیرات با Primavera P6 براساس پروتکل SCL و ارائه لایحه تاخیرات	۳۱
۳۰	پیاده سازی مدیریت ریسک پروژه توسط نرم افزار Primavera Risk Analysis	۳۲
۲۴	مدیریت قراردادهای پروژه با نرم افزار Primavera Contract Management	۳۳
آمادگی آزمون		
۴۰	آمادگی آزمون PMP	۳۴
۳۲	آمادگی آزمون PMI-ACP	۳۵
۱۶	آمادگی آزمون Professional Scrum Master (PSM I)	۳۶

مدیریت و برنامه ریزی		
مدیریت استراتژیک		
مدت زمان (ساعت)	عنوان دوره	ردیف
۱۶	مدل سازی فرایند	۱
۱۶	تحلیل استراتژیک	۲
۱۶	رهبری استراتژیک	۳
۲۴	جاری سازی استراتژی	۴
۱۶	تحلیل و بهبود فرآیندها	۵
۱۶	مدیریت ریسک استراتژیک	۶
۱۶	سنجش استراتژی های سازمان	۷





مدیریت و برنامه ریزی مدیریت استراتژیک		
مدت زمان (ساعت)	عنوان دوره	ردیف
۲۴	مدیریت و برنامه ریزی استراتژیک	۸
۱۲	تحلیل فرایندهای سازمان براساس مدل جدید FLUX	۹
۱۶	تحلیل فرایندهای سازمان براساس مدل PDCA و FLUX	۱۰
۱۶	تدوین و اجرای استراتژی های رقابتی (مدل پورتر-SWOT)	۱۴
۱۶	همسویی استراتژیک منابع انسانی با استراتژی سازمان و رهبری	۱۱
۱۶	مدیریت و برنامه ریزی استراتژیک مبتنی بر کارت امتیازی متوازن BSC	۱۲
۱۶	آشنایی با اصول هدف گذاری، مدیریت و ارزیابی عملکرد سازمان براساس OKR و KPI	۱۳

مدیریت و برنامه ریزی مدیریت بازرگانی		
مدت زمان (ساعت)	عنوان دوره	ردیف
۱۶	آیین نامه برگزاری مناقصات	۱
۲۴	اصول تهیه و تدوین قراردادهای بین المللی	۲
۲۴	مدیریت پیمان ها و مناقصات در پروژه های EPC	۳
۱۲	آشنایی با فرآیند تهیه اسناد مناقصه بر مبنای فیدیک	۴
۳۲	تشریح شرایط عمومی پیمان در پروژه های مختلف بر مبنای فیدیک	۵
۱۶	مدیریت ریسک و حل اختلافات قراردادی	۶
۱۶	تعدیل و تغییرات در قراردادها	۷
۱۶	مدیریت اجرای قرارداد و نظارت بر پیمانکاران	۸
۱۶	قراردادهای بین المللی و تحریم ها	۹
۱۶	مدیریت بحران و فسخ قرارداد	۱۰
۱۶	حقوق قراردادها در پروژه های عمرانی	۱۱
۲۴	مدیریت قراردادها در پروژه های نفت و گاز	۱۲
۱۶	مدیریت ضمانت نامه ها و بیمه های قراردادی	۱۳

امور قراردادها



gostaresh_education



www.gostareshedu.com



مدیریت و برنامه ریزی مدیریت بازرگانی			مدیریت کسب و کار، بازاریابی، فروش و روابط عمومی
مدت زمان (ساعت)	عنوان دوره	ردیف	
۸	مدیریت برند	۱	
۱۶	تحقیقات بازار	۲	
۱۶	مدیریت تبلیغات	۳	
۱۶	مدیریت فروش	۴	
۱۶	مدیریت بازاریابی	۵	
۸	اصول قیمت گذاری	۶	
۱۶	مذاکره مؤثر در فروش	۷	
۸	اصول مذاکرات بین الملل	۸	
۱۲	مدیریت بازاریابی دیجیتال	۹	
۱۲	مهارت های مشتری مداری	۱۰	
۱۲	کاربرد هوش مصنوعی در فروش	۱۱	
۱۶	تبلیغات و تکنیک های پیشبرد فروش	۱۲	
۱۰	تکنیک های موفقیت در کسب و کار	۱۳	
۱۲	مهارت های رفتاری فروشنده حرفه ای	۱۴	
۱۰	صادرات و شناسایی بازارهای بین المللی	۱۵	
۱۰	هوش مصنوعی برای رهبران کسب و کار	۱۶	
۱۰	برندسازی شخصی Personal Branding	۱۷	
۱۰	بهره گیری از هوش مصنوعی در توسعه بازاریابی	۱۸	
۱۶	مبانی سیستم مدیریت تداوم کسب و کار ISO ۲۲۳۰۱	۱۹	
۱۶	مدیریت ارتباط با مشتری و سنجش رضایت مشتری CRM & CSM	۲۰	





مدیریت و برنامه ریزی مدیریت تدارکات و زنجیره تأمین		
مدت زمان (ساعت)	عنوان دوره	ردیف
۱۶	مدیریت انبار و موجودی	۱
۱۶	مبانی خرید و تدارکات	۲
۱۶	مدیریت ریسک در تدارکات	۳
۱۶	بهینه سازی زنجیره تأمین داخلی	۴
۱۶	آشنایی با سیستم سفارشات کالا	۵
۱۶	آشنایی با قوانین اینکوترمز ۲۰۲۰	۶
۱۶	اصول تدارکات و خریدهای داخلی	۷
۱۶	اصول تدارکات و خریدهای خارجی	۸
۱۶	آشنایی با استانداردهای زنجیره تأمین	۹
۱۶	ریسک های ارزی و لجستیک خارجی	۱۰
۱۶	آشنایی با فرآیند صادرات کالا و خدمات	۱۱
۲۴	آشنایی با مفاهیم زنجیره تأمین و مبانی لجستیک	۱۲
۱۶	آشنایی با قوانین و مقررات امور گمرکی و ترخیص کالا	۱۳





برگزاری دوره های فنی و تخصصی بنا به درخواست آن سازمان محترم امکان پذیر می باشد

ردیف	گرایش مهندسی
۱	مهندسی آب
۲	مهندسی معدن
۳	مهندسی معماری
۴	مهندسی فرآیند
۵	مهندسی ایمنی
۶	مهندسی سازه
۷	مهندسی برق
۸	مهندسی انرژی
۹	مهندسی ابزار دقیق
۱۰	مهندسی مکانیک
۱۱	مهندسی Piping
۱۲	مهندسی جوشکاری
۱۳	نگهداری و تعمیرات
۱۴	مهندسی ماشین آلات
۱۵	مهندسی مواد و متالورژی
۱۶	مهندسی تأسیسات (HVAC)



gostaresh_education



www.gostareshedu.com



دوره های عمومی و نیمه تخصصی IT		
ردیف	عنوان دوره	مدت زمان (ساعت)
۱	لینوکس	۱۸
۲	Security +	۲۰
۳	راه اندازی شبکه	۲۰
۴	اکسل مقدماتی	۱۶
۵	اکسل پیشرفته	۲۴
۶	دوره جامع اکسل	۴۸
۷	پایگاه داده پیشرفته	۲۰
۸	اکسل برای مهندسی	۳۲
۹	دوره جامع پاورپوینت	۸
۱۰	کار با هوش مصنوعی	۱۶
۱۱	طراحی داشبورد در اکسل	۱۲
۱۲	آشنایی با نرم افزار Knime	۱۲
۱۳	برنامه نویسی با زبان Python	۲۰
۱۴	برنامه نویسی تخصصی در اکسل (VBA)	۳۲
۱۵	آشنایی با نرم افزار Microsoft PowerBI (مقدماتی)	۲۰
۱۶	آشنایی با نرم افزار Microsoft PowerBI (پیشرفته)	۲۰
۱۷	ساخت گزارش در نرم افزار Microsoft PowerBI	۲۰
۱۸	آشنایی با نرم افزار EVE ENG برای شبیه سازی شبکه های کامپیوتری	۲۰





گروه ایمنی و بهداشت، محیط زیست و ایمنی دریایی

مدت زمان (ساعت)	عنوان دوره	ردیف
۱۶	اطفاء حریق	۱
۱۶	ایمنی حریق	۲
۲۴	بقا در طبیعت	۳
۱۶	مدیریت بحران	۴
۱۸	ایمنی پیمانکاران	۵
۱۶	ایمنی دیگ بخار	۶
۱۶	ارگونومی عمومی	۷
۱۶	اطفا حریق مخازن	۸
۱۶	ایمنی کار در ارتفاع	۹
۱۲	تدوین HSE Plan	۱۰
۱۶	مبانی پدافند غیرعامل	۱۱
۱۲	آموزش سیستم تنفسی	۱۲
۱۶	ایمنی انبار و انبارداری	۱۳
۱۶	ایمنی ساختمان و سازه	۱۴
۱۶	شناسایی مواد خطرناک	۱۵
۱۶	ایمنی مخازن تحت فشار	۱۶
۱۶	مقاعده سازی در HSE	۱۷
۱۶	جستجو و نجات در آوار	۱۸
۱۶	سامانه فرماندهی حوادث	۱۹
۱۲	آموزش ایمنی به کودکان	۲۰
۱۶	ایمنی ماشین آلات صنعتی	۲۱
۱۶	آموزش رفتارشناسی حریق	۲۲
۱۶	آموزش تصادفات جاده ای	۲۳
۲۴	اصول و مبانی امداد و نجات	۲۴

ایمنی و بهداشت-محیط زیست



gostaresh_education



www.gostareshedu.com



گروه ایمنی و بهداشت، محیط زیست و ایمنی دریایی

مدت زمان (ساعت)	عنوان دوره	ردیف
۱۶	آموزش ارتباطات و بی سیم	۲۵
۱۶	واکنش در شرایط اضطراری	۲۶
۱۶	ایمنی جوشکاری و برشکاری	۲۷
۱۶	فرماندهی عملیات آتش نشانی	۲۸
۱۶	آموزش ارزیابی ریسک حریق	۲۹
۱۶	سیستم های اعلام و اطفاء حریق	۳۰
۱۲	آموزش شارژ سیلندرهای تنفسی	۳۱
۱۶	ایمنی رانندگی تدافعی و تهاجمی	۳۲
۱۶	اصول کمک های اولیه-مقدماتی	۳۳
۱۶	اصول کمک های اولیه-پیشرفته	۳۴
۱۶	آموزش سلامت و بقای آتش نشان	۳۵
۱۶	مدیریت پسماند و بهداشت محیط	۳۶
۱۲	آموزش شارژ خاموش کننده اطفایی	۳۷
۱۶	سناریو نویسی و تهیه نقشه های خطر	۳۸
۱۶	آشنایی با مجوزهای ایمنی انجام کار	۳۹
۱۶	گازسنجی و ایمنی گازهای خطرناک	۴۰
۲۴	آموزش تخصصی و تربیت آتش نشان	۴۱
۱۶	بررسی و تجزیه و تحلیل حوادث شغلی	۴۲
۱۲	بیماری های حرفه ای و بهداشت صنعتی	۴۳
۱۲	آموزش کف و کفسازها در آتش نشانی	۴۴
۱۲	آموزش آبرسانی در عملیات اطفاء حریق	۴۵
۱۶	آموزش سیستم فرماندهی حوادث (ICS)	۴۶
۱۲	آموزش اطفاء حریق در ساختمان های بلند	۴۷
۱۶	ایمنی ریگری (ایمنی مهاربندی و باربرداری)	۴۸

ایمنی و بهداشت-محیط زیست



gostaresh_education



www.gostareshedu.com



گروه ایمنی و بهداشت، محیط زیست و ایمنی دریایی		
مدت زمان (ساعت)	عنوان دوره	ردیف
۱۲	تحقیق، تحلیل و روش نگارش گزارش حوادث	۴۹
۱۶	اصول طراحی و سیستم های ایمنی و آتش نشانی	۵۰
۱۶	اصول ایمنی و استانداردهای لیفتینگ و باربرداری	۵۱
۱۶	آموزش تکنیک های تهویه و تخلیه در آتش نشانی	۵۲
۱۶	شناسایی و ارزیابی ریسک ها و فرصت های فرآیندی	۵۳
۱۶	آشنایی با انواع پمپ و کاربردهای آن در آتش نشانی	۵۴
۱۶	آموزش خودروها، تجهیزات و ابزارآلات آتش نشانی	۵۵
۱۶	ارزیابی و شناسایی خطای انسانی، تکنیک ها و روش ها	۵۶
۱۶	ایمنی انجام تست های هیدرواستاتیک و هیدروپنوماتیک	۵۷
۱۶	آشنایی با قوانین و استانداردهای ملی و بین المللی HSE	۵۸
۱۶	آموزش کار با تجهیزات نجات هیدرولیکی، بادی و موتوری	۵۹
۱۶	سناریو نویسی در مدیریت بحران، الزامات، رویکردها و روش ها	۶۰
۱۸	دوره آموزشی الزامات HSE پیمانکاران و تهیه HSE Plan پروژه ها	۶۱
۳۲	آموزش تخصصی و تربیت افسرایمنی، بهداشت و محیط زیست (HSE)	۶۲
۱۶	ارزیابی، کنترل و مدیریت ایمنی گاز سولفید هیدروژن (H ₂ S) در صنعت نفت و گاز	۶۳
۳۲	آموزش تخصصی و تربیت کارشناس اجرایی سیستم ایمنی، بهداشت و محیط زیست (HSE)	۶۴
۸	بقا در دریا	۱
۲۴	B O S I E T	۲
۸۰	ایمنی دریایی ۴ گانه	۳
۱۶	آموزش غواصی تک ستاره	۴
۱۶	آموزش غواصی دو ستاره	۵
۴۰	اپراتوری اتاق فشار غواصی	۶
۶۰	تکنسین پزشکی غواصی (DMT)	۷
۸	فرار از مهلکه بالگرد مغروق (HUET)	۸

ایمنی و بهداشت-محیط زیست

ایمنی دریایی



gostaresh_education



www.gostareshedu.com



سیستم ها و استانداردهای مدیریت و کیفیت		
ردیف	عنوان دوره	مدت زمان (ساعت)
مفاهیم و کلیات	۱ مدیریت کیفیت فراگیر TQM	۱۶
	۲ طرح ریزی پیشاپیش کیفیت محصول APQP	۱۸
	۳ آشنایی با الزامات سیستم مدیریت نوآوری ISO ۵۶۰۰۰	۱۸
	۴ آشنایی با الزامات سیستم مدیریت اقتصاد چرخشی ISO ۵۹۰۰۰	۱۸
	۵ آشنایی با الزامات مدیریت ریسک براساس استاندارد ISO ۳۱۰۰۰	۱۸
	۶ اصول مستندسازی و پیاده سازی سیستم مدیریت کیفیت ISO ۹۰۰۱	۲۰
	۷ آشنایی با الزامات سیستم مدیریت کیفیت براساس استاندارد ISO ۹۰۰۱	۲۰
	۸ آشنایی با الزامات سیستم مسئولیت پذیری اجتماعی سازمان ها ISO ۲۶۰۰۰	۱۶
	۹ آشنایی با الزامات سیستم مدیریت کیفیت آزمایشگاه ها ISO/IEC ۱۷۰۲۵:۲۰۱۷	۲۰
	۱۰ آشنایی با الزامات سیستم مدیریت زیست محیطی براساس استاندارد ISO ۱۴۰۰۱	۲۰
	۱۱ آشنایی با الزامات سیستم مدیریت کیفیت در صنایع نفت و گاز و پتروشیمی ISO ۲۹۰۰۱	۲۰
	۱۲ آشنایی با الزامات سیستم مدیریت ارزیابی رضایت مشتری براساس استاندارد ISO ۱۰۰۰۴	۱۶
	۱۳ آشنایی با الزامات سیستم مدیریت رسیدگی به شکایات مشتری براساس استاندارد ISO ۱۰۰۰۲	۱۶
	۱۴ آشنایی با الزامات سیستم مدیریت کیفیت در فرآیند آموزش براساس استاندارد ISO ۱۰۰۱۵	۱۶
	۱۵ آشنایی با الزامات سیستم مدیریت ایمنی و بهداشت حرفه ای براساس استاندارد ISO ۴۵۰۰۱	۲۰
ممیزی داخلی	۱ ممیزی داخلی سیستم مدیریت نوآوری ISO ۵۶۰۰۰	۱۶
	۲ ممیزی داخلی سیستم مدیریت اقتصاد چرخشی ISO ۵۹۰۰۰	۱۶
	۳ ممیزی داخلی سیستم مدیریت کیفیت براساس استاندارد ISO ۹۰۰۱	۱۶
	۴ ممیزی داخلی سیستم مدیریت ریسک براساس استاندارد ISO ۳۱۰۰۰	۱۶
	۵ ممیزی داخلی سیستم مسئولیت پذیری اجتماعی سازمان ها ISO ۲۶۰۰۰	۱۶
	۶ ممیزی داخلی سیستم مدیریت زیست محیطی براساس استاندارد ISO ۱۴۰۰۱	۱۶
	۷ ممیزی داخلی سیستم مدیریت کیفیت آزمایشگاه ها ISO/IEC ۱۷۰۲۵:۲۰۱۷	۱۶
	۸ ممیزی داخلی سیستم مدیریت کیفیت در صنایع نفت و گاز و پتروشیمی ISO ۲۹۰۰۱	۱۶
	۹ ممیزی داخلی سیستم مدیریت ارزیابی رضایت مشتری براساس استاندارد ISO ۱۰۰۰۴	۱۶
	۱۰ ممیزی داخلی سیستم مدیریت کیفیت در فرآیند آموزش براساس استاندارد ISO ۱۰۰۱۵	۱۶
	۱۱ ممیزی داخلی سیستم مدیریت ایمنی و بهداشت حرفه ای براساس استاندارد ISO ۴۵۰۰۱	۱۶
	۱۲ ممیزی داخلی سیستم مدیریت رسیدگی به شکایات مشتری براساس استاندارد ISO ۱۰۰۰۲	۱۶



خانواده و مسئولیت های اجتماعی		
ردیف	عنوان دوره	مدت زمان (ساعت)
سلامت سازمانی کارکنان	۱	الفبای بازنشستگی
	۲	خودکارآمدی در مدیریت فضای مجازی
	۳	توسعه فردی با تمرکز بر تعادل کار و زندگی
	۴	طلوع یک رویا: از بازنشستگی تا پسابازنشستگی
	۵	سازمان داستان مند: راهی به سوی افزایش بهره وری
	۶	سواد رسانه ای و دانش مدیریت خلاق فضای مجازی
	۷	پیشگیری از فرسودگی شغلی و راهکارهای مقابله با آن
	۸	سبک زندگی سالم و خودکارآمدی در پیش گیری از اعتیاد
	۹	نقش ما در حفظ سلامت جسمی - روانی بانوان همکار (گروه هدف: آقایان همکار)
	۱۰	نقش من در حفظ سلامت جسمی و روانی بانوی شاغلم (گروه هدف: همسران کارکنان زن)
	۱۱	نقش بانوان در حفظ سلامت جسمی - روانی همسران در محیط کار (گروه هدف: همسران کارکنان مرد)
کارکنان و خانواده	۱	خانه ی امن در بحران
	۲	تغذیه و سلامت خانواده
	۳	بلوغ دوم: بلوغ ذهن و روان
	۴	هوش مصنوعی مولد برای بانوان
	۵	خانواده خلاق؛ خانواده کارآفرین
	۶	آموزش مهارت زندگی به فرزندان
	۷	کارگاه «من و مادری های نابجايم»
	۸	الگوهای بالغانه در روابط زناشویی
	۹	اقدامات پیشگیرانه در مدیریت استرس
	۱۰	آشنایی و مواجهه با فرزندان پیش فعال
	۱۱	خودمراقبتی و تاب آوری زنان و دختران
	۱۲	تربیت جنسی فرزندان: غلبه بر یک چالش
	۱۳	والد در نقش کوچ: ارتباط موثر والد و فرزند
	۱۴	مگه تمام عمر چند تا بهاره: هنر زندگی در لحظه
	۱۵	«نگرانی شغل من است!»: مدیریت استرس والدین





خانواده و مسئولیت های اجتماعی		
مدت زمان (ساعت)	عنوان دوره	ردیف
۶-۱۲	«ستون خیمه ی قلبم»: حمایت عاطفی از سالمندان	۱۶
۶-۱۲	مدیریت اقتصاد خانواده: برنامه ریزی مالی مشترک	۱۷
۶-۱۲	خود مراقبتی و مراقبت از دیگران حین و بعد از جنگ	۱۸
۶-۱۲	دانش مدیریت خلاق فضای مجازی و سواد رسانه ای	۱۹
۶-۱۲	«تسلی بخش های فلسفی»: دریچه ای به سوی پذیرش	۲۰
۶-۱۲	«خانه دوست کجاست؟»: سفری از اضطراب به آرامش	۲۱
۶-۱۲	«نوبت عاشقی ست یک چندی»: شعرترایی و قصه درمانی	۲۲
۶-۱۲	«آرامش در طوفان»: مدیریت استرس در روزهای ناپایدار	۲۳
۶-۱۲	خشت اول (دوره مشترک والدین و فرزندان پیش دبستانی)	۲۴
۶-۱۲	کار، بحران و ذهن انسان چگونه در شرایط جنگ کارآمد بمانیم	۲۵
۶-۱۲	«شاخه گلی تقدیم به خودم»: مدیریت فشارهای عاطفی و هیجانی	۲۶
۶-۱۲	«تو در زندگی هیچ چیز نمیشوی!»: روش های پرورش فرزند موفق	۲۷
۶-۱۲	«دمی بنشین برم تا گل بگویم»: تاثیر لحن و بیان در روابط زناشویی	۲۸
۶-۱۲	«با دوستان مروت با دشمنان مدارا»: تکنیک های نفوذ و ارتباط موثر	۲۹
۶-۱۲	«جادوگران زمان و اوقات سحر آمیز»: مدیریت گذران اوقات فراغت	۳۰
۶-۱۲	«من یک نسل Z هستم!»: چالش ها و راهکارهایی برای والدین نسل نو	۳۱
۶-۱۲	«به روزرسانی ویندوز زندگی»: مهارت های تطبیق پذیری با دنیای جدید	۳۲
۶-۱۲	«نشان آماده حرکت است»: مسیرهای دستیابی به رضایت در کار و زندگی	۳۳
۶-۱۲	«طرز تهیه معجون شخصیت جادویی»: چگونه یک کاراکتر تاثیرگذار باشیم؟	۳۴
۶-۱۲	«یک مثلث عشقی: خود، همسر، خانواده»: رویکردی شناختی به سلامت خانواده	۳۵
۶-۱۲	کارگاه زوج درمانی: «معماران زندگی»	۳۶
۶-۱۲	کارگاه مهارت مدیریت تعارض و حل مساله در خانواده: «به سان باد بهاری گره گشا می باش!»	۳۷
۶-۱۲	کارگاه مهارت های کسب آرامش و ارتباط کم تنش: «به کجا چنین شتابان؟» (دوره مشترک)	۳۸
۶-۱۲	کارگاه راهبرد مکالمه سازنده میان همسران: «انگار با دیوار صحبت می کنم!» (دوره مشترک)	۳۹
۶-۱۲	کارگاه فرزندپروری تعاملی: «این بچه، بچه تو هم هست!» (دوره مشترک)	۴۰
۶-۱۲	کارگاه خانواده تاب آور: «بهار نارنج های از زمستان گذشته» (دوره مشترک)	۴۱

کارکنان و خانواده



gostaresh_education



www.gostareshedu.com

خانواده و مسئولیت های اجتماعی				
ردیف	عنوان دوره	مدت زمان (ساعت)		
۴۲	کارگاه خانواده هوشمند: «از هوش معنوی تا هوش مصنوعی» (دوره مشترک)	۶-۱۲	کارکنان و خانواده	
۴۳	کارگاه دانش افزایی حقوق خانواده: «آیا حقوق خانوادگی خود را می شناسیم؟»	۶-۱۲		
۴۴	کارگاه خانواده و زیست مطلوب: «به سوی خانواده داستان مند» (دوره مشترک)	۶-۱۲		
۴۵	کارگاه آگاهی بخشی پیش از ازدواج: «که عشق آسان نمود اول ولی افتاد مشکل ها»	۶-۱۲		
۴۶	کارگاه فرزندپروری و بهبود روابط خانواده ۱: «رفع فیلترینگ روابط مادران و فرزندان»	۶-۱۲		
۴۷	کارگاه فرزندپروری و بهبود روابط خانواده ۲: «دکمه به روزرسانی پدرها کجاست؟»	۶-۱۲		
۴۸	کارگاه تحلیل رفتار متقابل در خانواده: «من سکوت تو را هم می فهمم» (دوره غیرمشترک)	۶-۱۲		
۴۹	کارگاه راهی به سوی به سازی روابط زنان و مردان: «از سیاره من تا سیاره تو!» (دوره مشترک)	۶-۱۲		
۱	نوجوان سفیر سلامت	۶-۱۲	فرزندان کارکنان	
۲	آموزش حافظ خوانی	۲۴		
۳	آموزش گلستان خوانی	۲۴		
۴	مهارت های مطالعه و تندخوانی	۲۴		
۵	فن بیان برای کودکان و نوجوانان	۲۴		
۶	کمپ مهارت آموزی انس با طبیعت	۶-۱۲		
۷	بوت کمپ آموزش و مسابقات لیوان چینی	۶-۱۲		
۸	بوت کمپ روبیک: منتج به المپیاد روبیک	۶-۱۲		
۹	بوت کمپ داستان نویسی: نوجوان داستان مند	۶-۱۲		
۱۰	بوت کمپ ساخت پادکست با گوشی تلفن همراه	۶-۱۲		
۱۱	کارگاه تقویت هوش مالی در کودکان و نوجوان	۶-۱۲		
۱۲	صندلی خالی: مهارت های آمادگی آزمون ها و کنکور	۲۴		
۱۳	بوت کمپ نوجوان کاریزماتیک و شکست جادوی سیاه	۶-۱۲		
۱۴	جشنواره بازی های فکری «پویش و رویش» (پنتاگو، اتللو، جنگا و ...)	*		
۱۵	آموزش مهارت های اجتماعی برای کودکان: اعتماد به نفس و عزت نفس	۶-۱۲		
۱۶	بوت کمپ نوجوان کارآفرین و آشنایی با استارت آپ های دانش آموزی	۶-۱۲		
۱۷	کمپ مجازی نوجوان دیجیتال و هوش مصنوعی (۱- برنامه نویسی پایتون ۲- طراحی ابزارک های کاربردی ۳- طراحی وب سایت)	۳۶		





دفتر گسترش
پژوهش
و آموزش
فارس



www.gostareshedu.com
info@gostareshedu.com



+98 910 534 9040
+98 920 705 6192



P.O. Box: Shiraz
NO. 71955-654

Fars Research and Education Development